

創立20周年記念行事を3年ぶりに実施することができました。手探り状態で準備したもので、行き届かないこともありましたが、会員OBの方も含め楽しんでいただけたと思います。参加ご協力いただき有難うございました。

梅雨と暑夏の季節を迎えます。体調管理と熱中症に気を配りましょう。老化の進行を抑えるには何より運動が大事です。トレーニング山行にぜひ参加ください。7月の企画は涼を求め「滝」が中心です。お待ちしております。

## 1. 活動経過

### (1) 総会

4月15日(土)9時より中総体育館ロビーにおいて16名の出席で開催しました。

提案された議案①活動経過報告②2023年度の会費③規約補則の改定④2023年度役員を選任⑤2022年度収支報告⑥会計監査報告⑦2023年度予算について、それぞれ承認・決定されました。

終了後のハイキングは雨天のため中止し、20周年昼食懇親会の運営について話し合いました。

### (2) 20周年記念昼食懇親会

4月27日(金)三河湾リゾートリンクスにおいて45名の参加で開催し、滞りなく終了しました。

収支状況は345千円の予算に対し支出は約310千円でした。

### (3) 山行活動(3月25日以降) ( )の数字は参加者数

3月25日(土)定例B 鳩吹山(雨天中止)

4月 8日(土)トレ 岡崎城～大樹寺目指して(6)

4月15日(土)中総清掃山行(雨天中止)

4月22日(土)定例B 渥美四山(6)

5月 6日(土)定例B 王滝溪谷・天下峰(4)

5月11日(木)定例B 岩古谷山(6)

### (4) 運営委員会の開催

◎ 3月3日(金)13時より、「よりなん」で9名の出席で開催。

◎ 5月5日(金)13時より 9名の出席で「よりなん」で開催。次回は7月7日(金)よりなんで13:00～

## 2. 緊急連絡網と会報配布ルート

今年度の体制を設定したので、この会報と合わせ配布します。保管し活用ください。

## 3. 6月～7月の山行計画 ※南公園集合は第3駐車場です。(マップは第117号参照)

月 日	曜日	種類	行 き 先	リーダー	集合～解散
6月 1日	木	トレA	三ヶ根山 標高:321m (幸田町・蒲郡市・西尾市)	佐野	JR岡崎駅 8:15 ~ 12:10
岡崎駅8:31 = 8:41三ヶ根駅8:50 …… 三ヶ根山 …… 三ヶ根駅11:57 = 岡崎駅12:08 片道運賃240円 ICカード使用可 山頂付近の素敵なアジサイを愛でましょう					
6月 8日	木	定例B	風頭山・北山湿地(市内石原町・池金町) (標高:597m 累積標高差 m)	神野 野本	※南公園第3P 8:20 ~ 15:30
南公園8:20 = 登山口 …… 風頭山 …… 登山口 = 12:20忠魂碑(昼食休憩)12:50 = 北山湿地15:00 = 15:30南公園 乗合料金:800円 会としては初めて訪れる標高120m付近にある北山湿地は、岡崎市内最大の湿地で岡崎市と愛知県の天然記念物に指定されています。			 アケボノソウ		 ハルリンドウ
6月17日	土	トレA	愛知こどもの国(西尾市)標高:112m 珍しいジャガランダの花は見られるでしょうか?	鈴木 光岡	※南公園第3P 8:20 ~ 12:00
 ジャガランダ			南公園8:20 = 子供の国駐車場 …… 園内周遊 …… 駐車場 = 12:30南公園 乗合料金:500円 -ジャガランダ- 世界三大花木の一つで、自生地では10mを超す高木になります。釣鐘状の青紫色の花を枝の先に咲かせ、息を呑むほどの美しさ。日本では気候が合わず花はまず見られない。		
6月24日	土	定例B	朝熊ヶ岳(標高:555m)・おはらい町 累積標高差+538m -534m	古橋	JR岡崎駅 6:40 ~ 18:50
岡崎駅6:56 = 名古屋駅 = 伊勢市駅(近鉄) = 朝熊駅 ……(朝熊岳道) …… 11:50朝熊ヶ岳(昼食休憩)12:20 ……(宇治岳道) ……おはらい町 …… 内宮前バス停② = 伊勢市駅 = 名古屋駅 = 18:45岡崎駅					

「お伊勢参らば朝熊をかけよ、朝熊かけねば片参り」と伊勢音頭に唄われた、標高555メートルの朝熊山は日本百景にも選定され、山頂からは伊勢市・鳥羽市や伊勢湾が一望できる。朝熊岳道は道幅広くなだらかです。下山口の「赤福本店」からおかげ横丁・おはらい町を巡り、時間に余裕があれば伊勢神宮(内宮)の参拝も可能です。

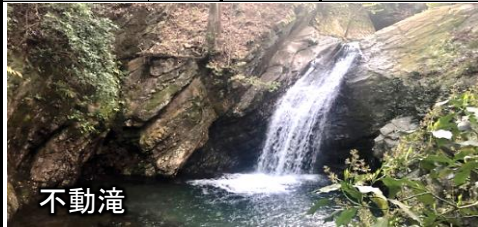
下山後バスに乗車までの時間は約1時間を予定しています。

青空フリーパス:各自購入 近鉄250円・路線バス470円ICカード可



赤福本店

月日	曜日	種類	行き先	リーダー	集合～解散
7月6日	木	トレB	くらがり溪谷清掃山行(市内石原町) まぼろしの滝:標高:582m 累積標高差:341m	神野 野本	※南公園第3P 8:20 ~ 14:30



不動滝

南公園8:20 =くらがり溪谷駐車場 …… くらがり溪谷ハイキングコースの清掃 ……まぼろしの滝 …… 溪谷の途中で昼食休憩 …… 不動滝 …… くらがり溪谷駐車場 = 14:30南公園  
くらがり溪谷の清掃山行は会として初めての企画。  
涼しい沢の流れを耳に、溪谷美を楽しみながら清掃作業をしましょう。  
トング・ごみ袋・昼食を持参してください。乗合料金:800円

7月13日	木	トレA	万灯山(西尾市・幸田町) 標高146m 最高地点148m	佐野	※南公園第3P 8:30 ~ 12:00
-------	---	-----	---------------------------------	----	-------------------------

南公園8:40 = 長円寺駐車場 …… 万灯山 …… 万灯山最高点 …… 万灯山 …… 長円寺駐車場 = 南公園12:00

岡崎市南部の六ツ美・中島地区と、安城市桜井方面の素晴らしい眺望が広がる、標高差わずかに120mの楽々登山コース。

前回(2012年5月)と違ったルートで、先回行かなかった万灯山の最高地点を目指します。

乗合料金:500円



山頂からの展望

7月22日	土	定例B	八曾山(標高:326m 犬山市)とビヤガーデン 累積標高差約:+-310m	安藤 清水	JR岡崎駅 7:45 ~ 17:50
-------	---	-----	--	----------	-----------------------

岡崎駅8:01 = 名古屋駅 …… 名鉄バスセンター = 高速バス = 入鹿池口 ……八曾の滝 …… 八曾山 …… 岩見山 …… 入鹿池口  
16:13 = 名鉄バスセンター …… 名古屋駅17:15 = 17:47岡崎駅  
沢沿いの遊歩道と八曾の滝に、山頂付近のウラジロの群生地が涼しさを誘う素敵なコース。

高速バス片道運賃 890円

下山後希望者は名鉄百貨店屋上ビヤガーデン(飲み放題・スイーツ・フルーツも食べ放題4600円)で喉を潤しましょう。

希望者は予約のため6月30日(金)までにリーダーへ申込。



八曾の滝

7月29日	土	定例B	田立の滝(長野県南木曾町) 標高差約+-477m	古橋	JR岡崎駅 7:25 ~ 17:05
-------	---	-----	-----------------------------	----	-----------------------



天河滝

岡崎駅7:46 = 金山駅 = 中津川駅 = 10:12田立駅 = (タクシー) = 粒栗駐車場 …… 螺旋滝・浄心滝・霧ヶ滝・12:00天河滝12:20(昼食休憩) …… 粒栗駐車場 …… 田立駅14:47 = 中津川駅 = 金山駅 = 岡崎駅17:03

中央アルプス国定公園指定された日本の滝100選の田立の滝は、大滝川の峡谷にある無数の瀑布の総称。

特に主瀑である天河滝の、高さ40mの花崗岩壁のてっぺんから崩れるように落ちる様はまさに圧巻です。

マイナスイオンに包まれた木曾ヒノキの原生林の幽谷。森林浴と溪谷美を楽しみましょう。昼食は20分間で食べ終わるのを持参してください。

青空フリーパス(2620円)各自購入。

タクシー予約のため事前申込制。申込みはリーダーまで期限は7月13日(木)

料金は参加人数により変動のため未定。