

箕面公園から豊能自然歩道コース

早春の豊能自然歩道を歩くコースです。溪流沿いの道、深く静かな杉林の道、落ち葉を踏みしめて歩く明るい雑木林など変化に富み、歩きを楽しめるコースです。

阪急箕面駅前広場でストレッチ体操後、箕面川沿いに上ります。次第に汗ばんできますので、途中で衣類調整の休憩を取り、箕面大滝まで歩きます。ここで記念撮影です。

大滝を後にして遊歩道から車道に上がると滝が下に見えてきます。車道沿いに進み百年橋手前の駐車場でトイレ休憩。

百年橋を渡ると急な坂道が現れます。150mの高低差を登り、100m下ります。100段階も2、3カ所あり結構きついが、数十年の杉や桧林の落ち着いた雰囲気ので気持ちがいい遊歩道です。この間は、世話役が二手に分かれ、元気な方は先に行って頂き、ゆっくり歩く方は、自分のペースで歩いて頂く様、配慮します。

先着組は「ビジターセンター」を見学頂き、後続組が到着したところで、ビジターセンター北側の「もみじ公園」で昼食です。

「もみじ公園」を出ると初め少し息が上がる坂道がありますが、間もなく緩やかなアップダウンのある明るい雑木林の道が「しらみ地蔵」まで続きます。この辺は、今回のコース中で一番気持ち良く歩けるところです。

「しらみ地蔵」から「ウツギ谷」を一気に市街地まで下ります。栗生外院の「皿池公園」で解散します。帰りは、皿池公園から1kmほど南の国道171号線のバス停「新家」からバスに乗りJR茨木駅に戻ります。

今回のコースは、距離11km、高低差300mで滑り易いところがあります。軽登山靴とストック持参をお勧めします。

—記—

- ◇ 日 時：平成20年3月13日(木) 10:00必着 《雨天決行》、
- ◇ 集 合：阪急電車 箕面駅 南東側広場
- ◇ 交 通：阪急高槻市(快速急行)→茨木市(快速急行)→十三(急行)→石橋→箕面
 8:52 8:57 9:12-9:16 9:28-9:32 9:38
 【宝塚線に乗換】【箕面線に乗換】
- ◇ 料 金：阪急 茨木市→箕面(310円) 高槻市→箕面(360円)
 阪急バス 新家→JR茨木(230円)

- ◇ コース：

 →

 →

 →

 →

 (ストレッチ 10:15 発) (11:20 発) (トイレ 11:40 発) (12:30-昼食-13:20) (14:20 発)
- →

 →

 (15:30 解散)

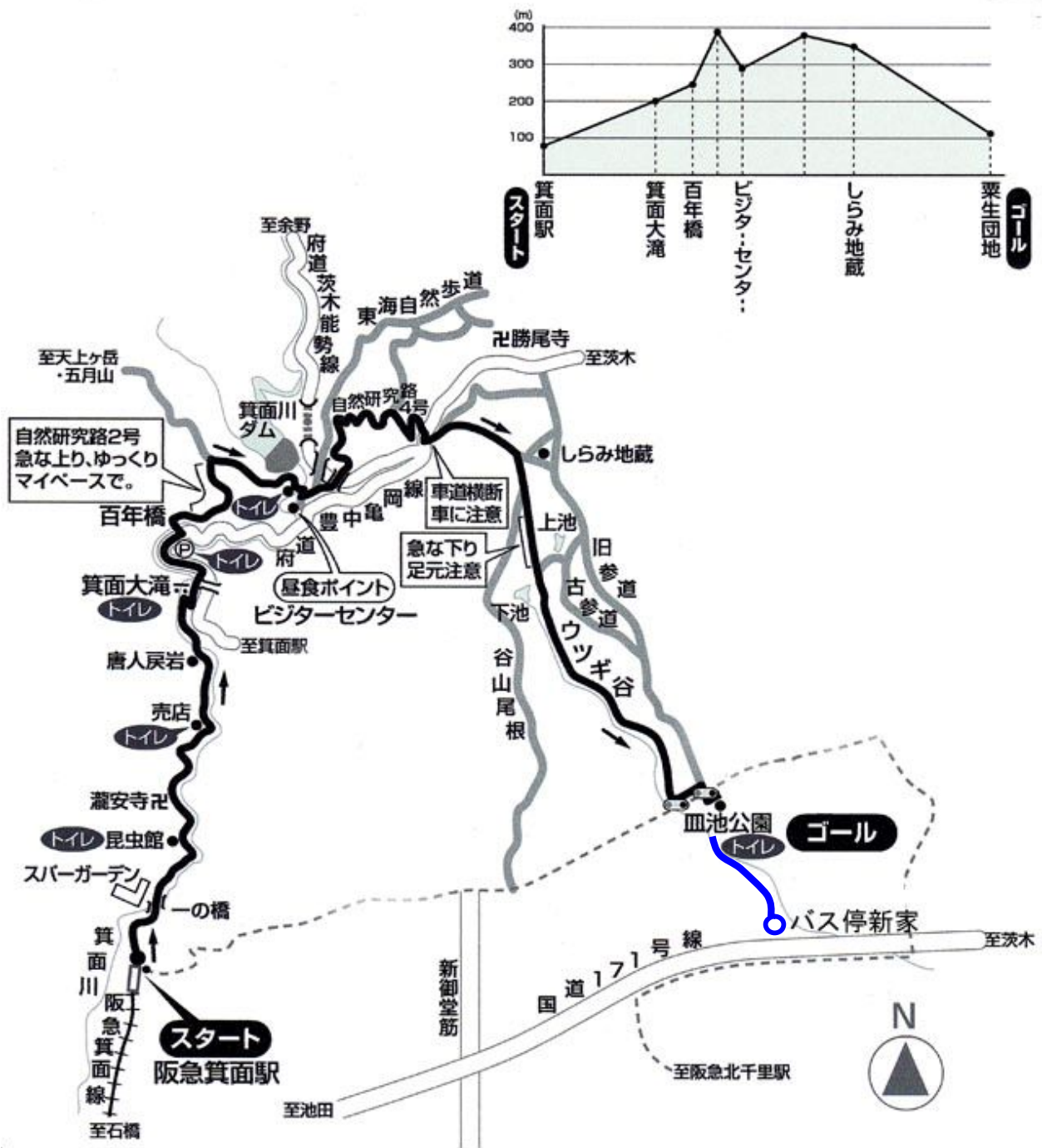
- ◇ 持 参 品：弁当 飲料水 雨具 防寒具 嗜好品 ストック 等々。
- ◇ 次回例会：5月度の行事は4月に別途ご案内いたします。
 なお4月の登山は、別案内状にて本案案内状と一緒にご案内致しております。

◇ 個人情報：以下に付いて徹底致します。

- ・歩こう会で撮影された写真の一部は、「支部のホームページ」及び「支部だより」に使わせて頂きます。不都合な方は事前に幹事にお申し出下さい。

◇ 問合せ先：濱井信行（687-7845） 田村勲（626-7747） 見城好豊（687-7262）

◇ 箕面公園から豊能自然歩道コースの概要



参加証：当日下記の参加証を切り取ってご持参下さい。

H20・03・13(木)	氏名	支部名	備考
会員			
家族会員			
その他			200円お支払下さい