

<5人一組例会山行>

箕面の森～勝尾寺～粟生外院

2024年10月12日(日) 快晴
参加者 : 15名(男性9名、女性6名)

<コースタイム6時間16分(休憩1時間21分) >

9:00 阪急箕面駅集合・出発 ⇒ 9:25 瀧安寺 ⇒ 9:58 箕面大滝 ⇒ 11:17 東海自然歩道西起点
(食事、ワンポイントレッスン) 11:50 ⇒ 12:59 最勝ヶ峰・開成皇子(かいじょうおうじ)の墓 ⇒ 13:50 勝尾寺 ⇒
15:18 粟生外院(ゴール) 歩行距離 12.7KM ↗ 724m ↘ 700m

快晴に恵まれ、心地よい一日でした。瀧安寺で準備体操ののち箕面大滝へ。土曜日ということで、人出が多くしかも外人さんばかりが目立ちここはどこの国かと思ってしまうくらい。

山道に入れば観光客はここまでは来ないので、秋風の爽やかな静かな道を、ひたすら登ったり下りたり。

東海自然歩道西起点の広場で昼食、スズメバチ対策のワンポイントレッスンを受けてから、また、登ったり下りたり。最勝ヶ峰の開成皇子の墓を経て、勝尾寺に下山。ここでまたインバウンドの群れに圧倒されました。勝尾寺から粟生外院への道は果てしなくも見える登り階段を上り、下りも急斜面有り、思ったよりタフな工程ではありました。

仕上げは和食処「サガミ」の「わんこそば」で打ち上げ。お疲れさまでした！

(T.S)



先ずは入念にストレッチ (瀧安寺境内)



箕面大滝到着 (外人さんだらけ)



大滝を出発



しばらくは車道歩き



ここから山道に入ります



いきなりの急登



狭い道を行きます(谷側は結構急斜面)



一息入れてます



五月山への道標



坂道を下って



東海自然歩道西起点の駐車場着 昼食



ワンポイントレッスン



ぎふちょう橋を渡って



「箕面の石・チャート岩石」の方位盤



開成(かいじょう)皇子の墓



ようやく勝尾寺に到着



勝尾寺からのこの階段が長かった！



粟生外院 わんこそばで打ち上げ