

正しく学んで、楽しく登ろう！

好日山荘
登山学校

×



naturalstyle

NS/2026 関西の日帰り沢登り

担当 角谷道弘ガイド

イエローレベル

歩く楽しみ／健康と気づき

グリーンレベル

歩くから登へ／安全と基礎

ブルーレベル

登るを深める／技術と判断

■猛暑の夏を関西近郊の沢登りで涼みましょう■

ヘルメット・ハーネス・沢シューズ必携(全てレンタル可能です)

沢登り体験的な入門と初級の沢登り、沢登りの知識と技術を学んで、いつかはアルプスの沢登りも行ける準備を！

個性豊かでホスピタリティー重視のNS(ナチュラルスタイル)所属ガイド(日本山岳ガイド協会認定ガイド)がご案内します！



六甲・逢山峡



和泉・上山谷



比良・白滝谷



国際山岳ガイド・角谷道弘

7/18(土)

「六甲・逢山峡」

集合 神戸電鉄有馬口駅

改札出口 9:00

現地集合:車の方は駅前P

解散 同駅 16時頃

兵庫六甲・逢山峡体験・沢登り (最小催行3名ー最大6名)

六甲で最も美しくきれいな沢。明るい花崗岩のナメ滝をあるきながら上流は奥深い雰囲気のある廊下のような沢。登山初心者でも参加できる、歩きの沢登りです。(危険箇所はロープで安全確保します)

■有馬口駅(トイレ有・コンビニ無し)・・・歩き30分・・・逢山峡入渓・・・ナメ滝・・・堰堤の滝・・・林道・・・鍋谷の滝・・・奥の廊下・・・ダム・・・砂礫地帯・・・林道・・・歩き60分・・・有馬口駅

*地下鉄三宮8:19-8:29谷上8:36-神戸電鉄-谷上駅8:47

*沢の入渓ポイントでデト設置します。そこで行き帰り衣類や靴をお着替できます。

■基本装備+ヘルメット+簡易ハーネス+沢シューズ ■累積標高+300m

■講習費 好日山荘会員¥15,000 一般¥16,000 当日経費¥1,500前後(ガイド交通費)

7/19(日)

「和泉・上山谷」

集合 南海樺・美木多駅

北側タクシー乗場9:00

現地集合:滝畑ダム駐車場

解散 同駅 16時頃

大阪和泉・上山谷初心・沢登り (最小催行3名ー最大4名)

都会に近く楽しく涼しい沢登りができる貴重な沢です。簡単に短い滝をいくつか登るのも楽しいです。少しスリルな経験ができる初心者ルートです。(危険箇所はロープで安全確保します)

■樺・美木多駅-専用車-駐車場(トイレ有・コンビニ無し)・・・すぐに入渓・・・沢登り(3-4時間)・・・駐車場(車にデトしておいた衣類等にてお着替えます)一樺・美木多駅

*南海難波8:18-和泉中央行-8:48樺・美木多駅

■基本装備+ヘルメット+簡易ハーネス+沢シューズ ■累積標高+300m

■講習費 好日山荘会員¥18,000 一般¥19,000 当日経費¥1,000前後(ガイド交通費)

7/20(祝・月)

「比良・白滝谷」

集合 JR堅田駅

改札出口 8:45

現地集合:車の方は坊村P

解散 同駅 17-18時頃

滋賀比良・白滝谷初級・沢登り (最小催行3名ー最大4名)

ナメ滝や斜滝がたくさんでできます。登れるところは登り難いところは高巻など水量や技量など状況に合わせて登ります。終点の夫婦滝は圧巻です。(危険箇所はロープで安全確保します)

■堅田駅-専用車-坊村駐車場(トイレ有・コンビニ無し)・・・歩き60分・・・白滝谷入渓・・・布ヶ滝・・・2段の滝・・・夫婦滝・・・歩き90分・・・坊村駐車場(車にデトしておいた衣類等にてお着替えます)一堅田駅

*大阪駅7:45-新快速敦賀行-8:35堅田駅

■基本装備+ヘルメット+簡易ハーネス+沢シューズ ■累積標高+800M

■講習費 好日山荘会員¥18,000 一般¥19,000 当日経費¥1,000前後(ガイド交通費)

沢登り基本装備 登山靴やアプローチシューズ、靴下、インナー上下、ミッドウエア(速乾性の長袖シャツ+長ズボン、沢登り用のウェア上下)、レインウェア上下、帽子(日除け帽子はつば短めがよい)、手袋(薄手、場合により軍手でもよい)、場合によりサングラスや日焼け止め、バックパック(日帰り20-30L)、行動食(昼食含む)、飲料(水筒や魔法瓶 最低1L)、ヘッドランプ、地図(アプリ可、わからない方は当日お伝えします)、タオル、ティッシュ、健康保険証、財布貴重品、携帯電話(予備バッテリー)、メガネやコンタクトの方は予備、あればファーストエイドキット(絆創膏、テーピング、レスキューシート、ナイフ、笛、常備薬)、筆記用具など*衣類のイメージ、基本夏山ハイキングと同じでよいですが、保温や動きやすさからズボンは沢用や速乾性タイツ+短パンなどでよいです。滝を積極的に登ったり泳いだりすること多ければ上着も沢用の方が保温性がありますが、今回の沢はどれも積極的でなければ上着はそれほど濡れません。沢シューズはラバータイプとフェルトタイプがありますが、水温高め=苔多め=フェルトが有利、初心者向きとお考え下さい。下山後は、着替えるタイミングと場所を作りますので、帰宅用衣類やタオルなどご持参ください。

*補足:季節:日除けフェイスカバー、虫よけ、カイロ 環境:携帯トイレセット、着替え 女性:トイレセット、清潔・肌セット 防災:レスキューシート、浄水器、バーナーとコンロ サポート:ストック、サポーター、拡大鏡、双眼鏡、折り畳み傘、お守り安全装備 ヘルメット、ハーネス(クライミング用より簡易ハーネスの方が軽量でよい)、安全環付カラビナ1枚(安全確保用に使用します)*ヘルメット、簡易ハーネス+カラビナ、沢シューズは各レンタル可能(各¥1000)