

## 高山ダムから木津川沿いを歩く

(快適コース)

深まりゆく秋、豊かな自然の中で紅葉し始めた川沿いを楽しく歩きましょう。

小さな駅舎のJR月ヶ瀬口駅を降りて、駅前の広場で朝の挨拶、コース説明と軽いストレッチ体操で身体をほぐし出発。左方向へ道標に従って歩くと、直ぐに木津川に出ます。

笹瀬橋を渡り、緩やかな上り坂の車道を30分程歩きます。車の往来に気を付けながら歩きましょう。

坂の途中から、木々に覆われた右の小道に入ります。車も通らないウォーキング道です。

森林浴を楽しみながら30分ほどで再び車道へ、ダムサイトの駐車場横の広場に到着です。

JR月ヶ瀬口駅よりここまで約1.5時間程の道程です。ここで昼食と休憩、集合写真を撮ります。

ダムゲート付近の眼下に広がる眺望を楽しんで下さい。

ダムゲートを渡り、ここから木津川沿いの車道へ、JR大河原駅を目指し緩やかな坂道を下ります。

途中に夢絃峡、弓ヶ淵と云われる景観が溪谷に広がります。染まりゆく紅葉を楽しんで下さい。

弓ヶ淵、ここで休憩です。弓ヶ淵より解散場所のJR大河原駅まで約40分の道程です。

多数の参加をお願い致します。

### 記

◎ 日時 2013年11月14日(木) 午前10時 雨天決行

◎ 集合場所 JR月ヶ瀬口駅 出口 (出口は1ヶ所です)

◎ コース JR月ヶ瀬口 10:00→笹瀬橋 10:25→車道から藪道 10:55→車道 11:30  
高山ダムゲート広場 11:35【昼食、懇親会、集合写真】12:20出発→夢絃峡  
弓ヶ淵 13:00→発電所 13:15→恋志谷神社 13:30→恋路橋 13:35→  
JR大河原駅 13:40【解散】

◎ 交通 JR高槻駅 7:41(快速姫路行き)→茨木 7:47→大阪 7:58 環状線内回り 8:11  
新今宮 8:30(大和路快速加茂行)→加茂(関西本線亀山行) 9:36→月ヶ瀬口 9:57  
交通費 ・JR高槻→月ヶ瀬口 1280円 JR大河原→高槻 1280円  
・JR茨木→月ヶ瀬口 1450円 JR大河原→茨木 1450円

……JR月ヶ瀬口駅、大河原駅ではICOCA等のカードは使用は出来ませんので、  
乗車駅【JR高槻駅、茨木駅】で切符を買って乗車下さい。……

JR大河原駅から加茂行時刻は1時間に1本です。「13:20 14:20 15:20」

◎ 持ち物 弁当、飲み物、杖、敷物、嗜好品、健康保険証

月ヶ瀬口駅付近にはコンビニは有りません。弁当など購入は早めに！

◎ 注意トイレはJR月ヶ瀬口駅、南山城少年自然の家、ダム広場、恋志谷神社、JR大河原駅  
だけです。行程は車道を歩く事が多くなります。車に十分注意して2列縦隊で歩いてください。  
今の季節はスズメバチに注意して下さい。むやみに追い払わない様に！！

万一刺されたら……応急処置・刺された所から毒を絞り出して水で洗い流し虫刺されの薬を塗る……  
(抗ヒスタミン剤ステロイド軟膏、渋柿の柿汁でも良い)

◎ 親しき仲にも礼儀あり、先頭の旗より先を歩かない、しんがりの旗より後ろを歩かない。

◎歩こう会で撮影された写真の一部を支部ホームページと支部便りに使わせていただきます。

◎担当幹事 辰巳 695-1128 秋山 090-2701-5419

JR月ヶ瀬口～南山城少年自然の家～高山ダム～夢絃峡～  
 大河原大橋～恋志谷神社～恋路橋～JR大河原駅



..... 切 り 取 り 線 .....

参 加 証 (必ず提出ください)

| 11月 14(木) | 氏 名 | 支部名 | 備 考            |
|-----------|-----|-----|----------------|
| 会 員       |     |     |                |
| 家族会員      |     |     |                |
| その他       |     |     | 別途300円お支払いください |