

## 箕面の山々 (天上ヶ岳・堂屋敷・鉢伏山・明ヶ田尾山 他)

2024. 8. 10 晴れ

御堂筋線が 箕面萱野駅まで延伸に伴い たくさんの登山道がある箕面の山々に行きやすくなりました

今年の夏は 37℃を超えるような日が連日続き 低山なので 風がなければ 蒸し風呂の中を歩くことになってしまいます 2L の水は必携としました 当日は 所々微風もあり 登山道は ほぼ木立の中なので 意外と 涼しく 熱中症対策として早め早めの給水を取りながら とてもいいトレーニングができました

今回 Fにとっては マイコースで 幾度となく 通過していた天上ヶ岳が 役行者(修験道の開祖) 終焉の地であることを同行者の Kuさんから 教えていただきました あらためて 各地にある修験道の足跡に興味をわいてきた 山行でした

メンバー 会員4名 (Ku, Ku, N, F)

コース 箕面茅野駅 8:35→医王岩→才が原池→こもれば展望所→政の茶屋→天上ヶ岳 499m→堂屋敷 553m→鉢伏山 603m→明ヶ田尾山(619m 箕面市最高峰)ピストン→高山バス停→北摂霊園より勝尾寺への登山口→証女峰 (619m 箕面市標高2位) →(東海自然歩道を経て)→勝尾寺→勝尾寺バス停 15:40

距離 16km 歩行時間 7:05(休憩約 1:14) のぼり 1141m くだり 870m (記:F)



堂屋敷



天上ヶ岳 役行者終焉の地



鉢伏山



箕面市最高峰 明ヶ田尾山



箕面市第2位 証如峰