

ポンポン山 山歩きのご案内

関西笛の会代表 対馬 潤

山倶楽部担当 手塚裕子/正木裕美子

関西笛の会 山倶楽部「シンフォニー」が発足し、記念すべき第1回の山歩きを計画しました。皆様ご都合のつく方はぜひご参加ください。一緒に自然に親しみ交流を深めましょう。

1、日時

12月20日 日曜日 9:00~16:00

雨天中止(前日17:00以降の天気予報により降水確率60%以上で中止決定)

2、集合場所

JR 高槻駅南口 ロータリー前駐車場(マツサカヤ百貨店前)

3、行程

JR 高槻駅 → 本山寺駐車場 ----- 本山寺 ----- 天狗杉 ----- ポンポン山山頂 -----
9:05 (車) 9:40 (1.5 km) 10:15 (0.9 km) 10:45 (1.7 km) 11:40(昼食休憩) (1.4 km)
釈迦ヶ岳 ----- 大杉 ----- 本山時駐車場 → JR 高槻駅
12:50 (0.6 km) 13:15 (4 km) 14:40 (車) 15:00 (→ 車 ・ ----- 徒歩)

4、持ち物、服装

- * 歩きやすい運動靴など、帽子(日よけ)、リュックサックなど背負えるものが両手が空くので良いです。
- * 長袖・長ズボン(暑さ寒さ調整のため脱ぎ着ができる上着を着ているとよい)
- * お弁当、水筒
- * おやつ(飴やクッキー、チョコレートなど途中の休憩時に食べやすいものなど)
- * ハンカチ、ハンドタオル、ティッシュ、(マスク、お手拭き、消毒など各自で必要なもの)

5、反省会(自由参加)

高槻駅周辺でお茶をします。

6、山旅情報

距離 約10km 行動時間 約5時間(休憩時間含む)

高低差 362m

7、当日の緊急連絡先

対馬 090-1586-1494

手塚 080-5159-5789 正木 090-3969-3784

8、参考



ポンポン山 正式には加茂勢(かもせ)山とい
い、標高 678.9m。山頂で足踏みすると「ポンポ
ン」と音がすることから、この楽しい名で呼ばれ
るようになったという。

本山寺 北山と号して天台宗に属し、毘沙門天
を本尊とします。役小角(えんのおづぬ)が開き、
宝亀年間(770 頃)に開成皇子が創建したといわ
れます。標高は 520m。本尊の毘沙門天立像は
昭和 25 年に、国の重要文化財として指定を受け
ています。

釈迦岳 標高 631m。

本山寺

