



フランス風の粹なカップ
優雅な風味を秘めたコーヒー
UCC上島コーヒーショップは

神戸の新しい
話題です

uC
coffee shop

神戸駅前
TEL/39-3606-9

さんちか
メントタウン
TEL/39-5677

UCC上島珈琲本社

U

上島コーヒーショップ



DONQ

フランス菓子 コーナー

8月 ウフ アラ ネージュ
Oeufs à la Neige

★材 料 ソースアングレーズ材料
 鳥白 3個 鳥黄 4個
 粉砂糖 100g 粉砂糖 150g
 レモンエッセンス 少々 レモン 少々
 牛乳 1/2 牛乳 1/2
 アマンド薄切 50g 薄力粉 20g
 ソースアングレーズ キリッシュ大サジ 4杯

★作り方

① 鳥白は氷の上でキメ細く泡立て砂糖とエッセンスを加えて軽く混ぜ合せておきます。
 ② 牛乳は別に鍋に取り煮立たせ次に弱火に加減してその中に泡立てた鳥白を適量な大きさに、サジでくっつけて丸く落し鳥白の表面をわずかに煮立っている牛乳の中でポッシュします。途中で1度裏返し指先でやや固い感触を感じればアミの上に取り出しよく水気を取り必ず冷所にて冷しておきます。

★ソースアングレーズの作り方

鍋に鳥黄と粉及粉糖と香料を入れ混ぜ合せます。白ぼくなってきたら牛乳を加え、火にかけたぎってくるまで木の杓子でゆるやかにそして絶えず握き廻しつぎに火から下ろして細かに濃します。冷めてからキリッシュを入れます。その中に好みの洋酒を少量混ぜよく冷します。

★仕上げ方

よく冷えたら、デザート皿の上にとり、冷たいソースアングレーズをたっぷりかけ、焼いたアマンドの薄切を少量ふりかけます。

(注) このアントルメは必ず冷たく作って出すように心がけましょう。

フランス菓子

本店 三宮センター街 TEL 09 5481~4
 さんちかメイゾンドンク TEL 09 4879
 苗屋店 TEL (2) 5137
 サンドウイッチャーラー TEL 09 5485
 フランスパンコーナー TEL 09 4985
 須磨一寺店 TEL 09 8752
 垂水店 TEL 09 3603

*ドンクすずらん会では毎月フランスケーキの作り方をお教えしています。気軽るくご入会ください。

火を囲む若人たち
低くゆれる焰は
次第にその姿を
浮びあがらせ
草木をゆする
風の音は
焰を高く燃えあがらせ
若人たちの歌声が
木々にこだまする

六甲高山植物園にて

紳士シャツ

大和屋のシャツ

三宮センター街 ③6956



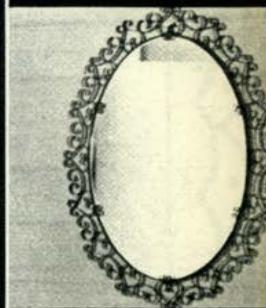
BEAUTY SHOP

阪神美容室

川田つるゑ経営

大丸前 ③6264

元町阪神地階 ③5592



舶来服飾

マルエス

元町通3丁目 ③6541



オモチャの店

カーメヤ

元町通3丁目 ③0090

元町通1丁目 ③90768

三宮センター街 ③4969

さんちかタウン ③4045



夏の六甲の夜空に
若人の夢と希望は
燃えあがる



男子洋品の店

フナキヤ

元町通3丁目 ⑨ 3617

ACCESSORY SHOP

TAZU

太津

三宮本通 ⑨ 4780

化粧品の店

絹屋化粧品店

西店・三宮柳筋 ⑨ 5778

東京・甲南本通 ⑨ 0250

FASHION ACCESSORY

AKIRA

三宮センター街 ⑨ 4895

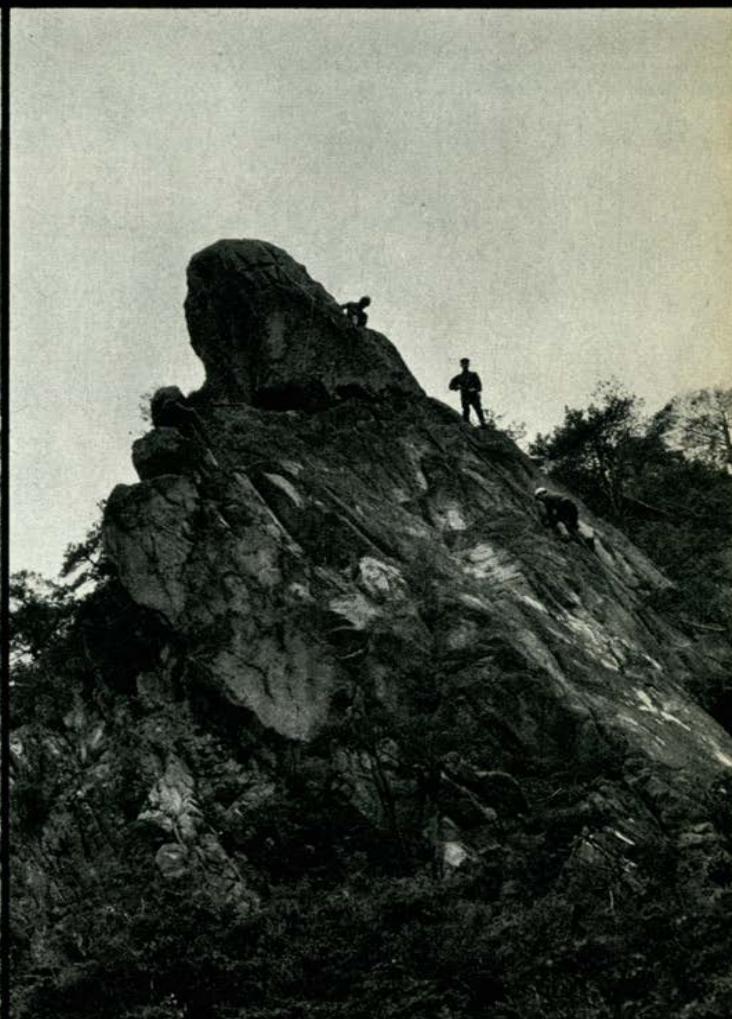


実地ルポ!!

これが六甲縦走だ!

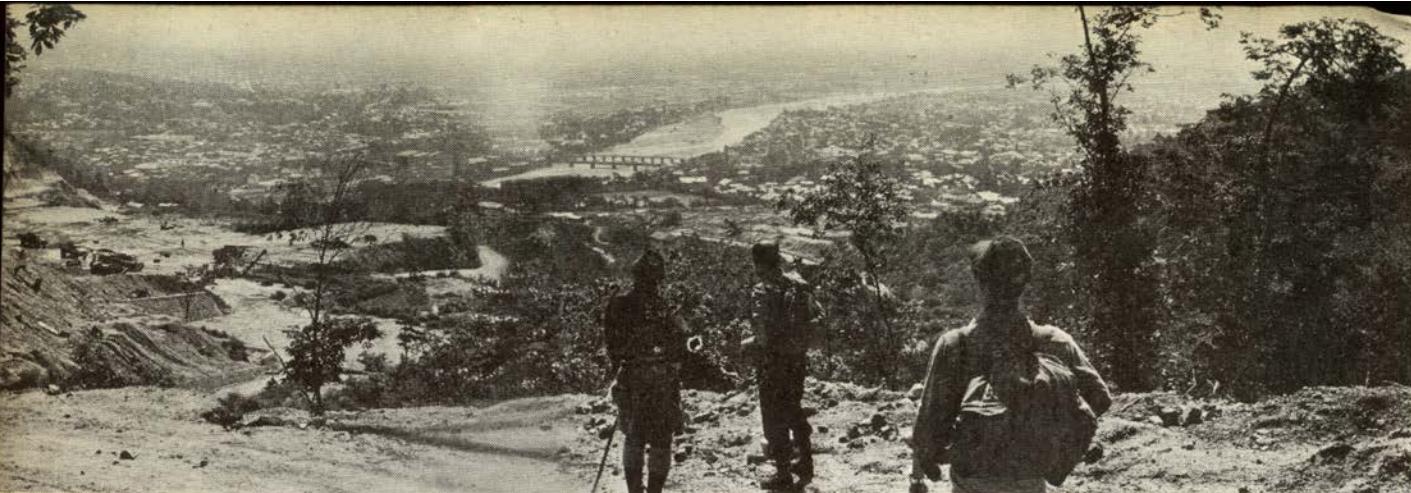


西のロックガーデン、スリル満点の須磨アルプス。



Mt. ROKKO

菊水山でロッククライミングを試みる山男たち。



阪神間の尾根、六甲山は。東は

宝塚から西は針伏山まで全長五十四キロに渡って横たわり、四季を通じて神戸っ子の目を楽しませてくれる。ところでこの六甲山系全縦走が六甲登山の総仕上げになつており、一日でこれを成しとげたら、山男としても一人前だといわれている。神戸っ子編集部では、六甲縦走を企画。実際に歩いてみようということになった。

メンバーは兵庫県山岳連盟副会長山本吉之助氏、洋画家の松岡寛一氏、それに神戸っ子編集部の赤松慶三郎とぼくの四名で編成。この明治の山男二人と、昭和の山男の六甲山珍道中。さていかがいいなるか?

時は六月十八（土）十九日（日）前日までの梅雨空もどこへやら、カラリと晴れたさわやかな夏の空だ。

本来なら、もう山の中に入つているのはずが、この切り拓かれた所に石垣が築かれているところもあり、やがては、分譲住宅、公団住宅が建ち並ぶのだろう。

今、登つて來た紅葉谷も買物カゴを下げた団地の奥さん連中がおしゃべりをしながら往々来するのだと考へて、いたら、我々一行がものものしいカツコウをして団地中を歩いているへんな錯覚にとらわれた。

ご気嫌だ。

我々一行四人は、その武庫川にかかる宝来橋を出発点とした。

紅葉谷を川づたいに登つて、三叉路に出たが、この一番西に当る

山膚がぼつかりとけずられ、ダンブカーが砂ぼこりをけたてて行きかい、ブルドーザーの音が周囲の山々にこだましてがなりたててい

る。

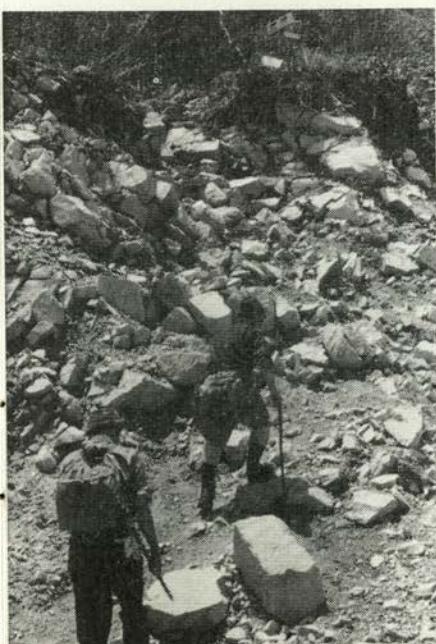
★東六甲の大自然を行く

△宝塚宝来橋—紅葉谷—塩尾寺—岩倉山—譲葉山—大平山—船坂峠（十キロ）▽。

出発前、二日間ほど降り続いた雨で宝塚市を横切る武庫川の水がさが増し、にごった水が音をたて流れていた。それにしても、あれだけ降り続いた雨もどこへやら山本さんのいう「ぼくは晴れ男である」という言葉が立証されたような上天氣。山本氏はすこぶる

「縦走コース・最高峰まで8.5Km」の指示標が立つ境内のスミの赤い小さな鳥居をくぐって、砂山権現を経て岩倉山（四八八・九m）に

全六甲山脉縱走コース (54km)



・けずられた岩膚を登って再び縦走路へ<縦走路分岐点>。

六甲山は、山自体が花崗岩から成り立っていることは、よく知られているが、前日まで雨が降っていたのにさすが道の悪さを気にする心配はなかった。二ヵ所ほど小さなぬかるみがあつた程度。

ふとセミの声を耳にして、町ながより一足早く夏が来た感じを受けた。途端に「ホー・ホケキョ」とウ

である。

六甲を愛し、山歩きを楽しむ人たるものためにも、この東六甲の自然の美しさだけは大事にしたいものだ。

可憐な小アジサイの花を見つけて、しばらく美しい色に見入ってしまう。松岡画伯の口から「歩け歩け」の口笛が流れはじめ、一段と足どりも軽ろやかに歩み続けた

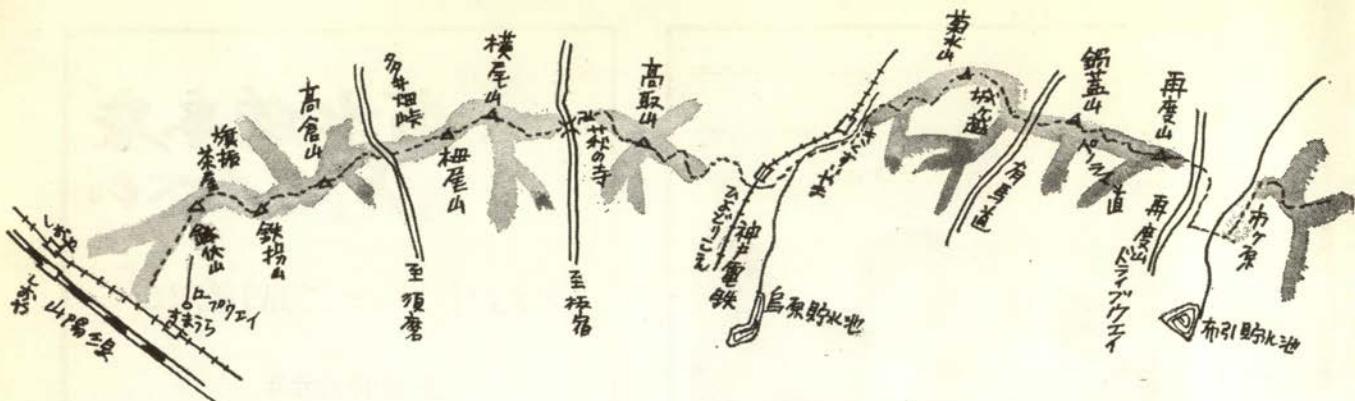
「口笛が出るうちは、まだまだ元気な証拠だよ」と松岡画伯。山本氏は、ノツシノツシと一步



グイスの声。ちよつと音程が狂っているようなのでホトトギスの物真似かなともいう声もあったが、若い鶯が发声練習をしているのだろうということに落ち着いた。

「ハゲ山」が特徴のこの山上が開発され、雑音が多くなって鳥たちのネグラがうばわれて、年々、その数が減っている。東六甲は西六甲ほど開発もすすんでいないので、樹々も青々と茂り、周囲の山々からは小鳥のさえずりがチチと耳を楽しませてくれる。

六甲を愛し、山歩きを楽しむ人たちのためにも、この東六甲の自然の美しさだけは大事にしたいものだ。



ずつ足を踏みしめながら先頭を歩む。

赤松君は、カメラを持って汗びつしよりで一行の先になつたり後になつて懸命にパチリパチリ。

岩倉山から譲葉山を通り、逆瀬川の源流を左下にみながら岩原山の中腹を横切り、棚越を経て、工事中の盤滝から有馬へ抜けるドライブウェイに出た。△ここは綾走分岐点▽

「その少し突き出た所から『大剣』
抜ける蓬萊峠が一眺で、左手は
るかに、六甲山最高峰が望まれる。
けずられた山膚を登つて、再び
縱走路へとわけ入つた。ブツシュ
の中に捨てられたビールビンを見
つけ、「ここまでかついでくる物
好きがいるんやな」飲みたいナ
ー」とぼやきながら汗をふきふき
歩みつづけた。

★ONARA談議に花が咲く

ところで、六甲縦走中、六甲の話題がいろいろと出たが、それも増して、大いに雑談にも花が咲く。話がいささか落ちるが山で生理現象の時に使う、男性の「キジ打ち」、女性の「お花つみ」という言葉で、男性が「お花つみ」という言葉を使わないのは、花まで手が届かないからで、この語源は、「その時のカツコウから来ていいのだ」とマジメに結論を下す。

男性でも大便の方は、お花のみで
ある“なんてことはいいっこな
し。それにしても六甲山は“禁獵
区”ということをお忘れなく。こ
れぞ“身につまされる話”……。

それまで、すましめた顔をしていた連中も、今度ばかりは、お互に顔を見合せ、ニヤツと笑った途端にふき出してしまい、そのまま

ONARA談議。「ONARAに
もまつすぐの威勢の良いのと、ト
ウエンティ、クロスのよだな曲りく
ねつたのと二通りあるんですよ。
山道を歩いていてトウエンティ、ク
ロスを前でやられると、被害は後
続部隊全員に及ぶので一番仕末が
悪い」と山本氏。

ONARAを放せといわれて、
すぐに大きいのをPU！とやれ
る人をONARAの名人という。

★山は根性をつくる所じゃ

△船坂峠—水無山—石の宝殿
一軒茶屋—極楽茶屋—六甲高山植
物園(八・四キロ)▽

六甲山特有の都筑（通称クマザサ）の茂る道にかかり船坂峠を経て水無山（八〇一m）頂上へ。途中にケルンが積まれている。

— ビューティーサルーン —



資生堂専門店

K クラハ

さんちかレディースタウン

TEL 神戸 (39) 2827

伸びゆく 菊水總本店
瓦せんべい

お中元・ご贈答に

創業明治元年



株式会社

菊水總本店

TEL 041310-1382-9874



・東六甲は山あり谷ありのハイカーに楽しい山道だ。水無山のふもと。

この山への登りが精神的にも一番疲れたというのだが、全員のほぼ一致した意見であった。左手下に芦有道路が緑の山々をぬって、白く尾をひいている。

芦有道路のインター・エンジンを左手にみながらいよいよ六甲最高峰に向つた。途中にもう一つ尾根があり、そこに雨ごいの神、加賀の白山を祭つた“石の宝殿”がある。その社のすぐ下、ドライブウェイに面した鳥居茶屋で、この石の宝殿の住人、白山の山伏といふ山下修さんに出会つた。

山下さんは、白山生れの白山育ちで全国の山を歩きまわり、去年、この石の宝殿に住みついた。しかし、西宮には、もう二十年来住んでおり、六甲を知り、六甲を愛することにかけては誰にも負けないという。

「山伏の本来の目的は、山を守るということなんじゃ。この頃、登山家だの何のといつてゐるが昔でいえば、皆山伏じやけんのう。ただ、山を理解していない者が多い。山は、根性をつくり、己の心を練る所じやケン。それをたるんだ気持で山に登るけん、ケガをするんじや。この頃、石ブームとかで、山で石を採つて帰る者が多いたが、ワシラは山に登る時、必ず一つは石を持ってある。どんな小さな石でも良い。気持の問題やケンのう。それが山を愛するものの礼儀じや」

六甲山は、宗教的な匂いのない山としてめずらしく、六甲山を愛する人達もそれを誇りとしている。山下さんの言葉を借りればこの石の宝殿は宗教ではなく心行だということになった。この夏から、お

この山への登りが精神的にも一番疲れたというのだが、全員のほぼ一致した意見であった。左手下に芦有道路が緑の山々をぬって、白く尾をひいている。

この頃、登山家だの何のといつてゐるが昔でいえば、皆山伏じやけんのう。ただ、山を理解していない者が多い。山は、根性をつくり、己の心を練る所じやケン。それをたるんだ気持で山に登るけん、ケガをするんじや。この頃、石ブームとかで、山で石を採つて帰る者が多いたが、ワシラは山に登る時、必ず一つは石を持ってある。どんな小さな石でも良い。気持の問題やケンのう。それが山を愛するものの礼儀じや」



・登る人が優先されるのが山のエチケット。
「コンニチワ！」

こもり（宿泊所）が完成し、登山者を泊める用意もできている。

鳥居茶屋から少し行った所でやつと西宮市から神戸市に入る。最高峰の中継所のアンテナを横に見て、一軒茶屋、ベルビューホテルを経て極楽茶屋へ到着。

山上には古い歴史を持つ茶屋が数軒あるが、この極楽茶屋は

一軒茶屋、ベルビューホテルを経て極楽茶屋へ到着。

山上には古い歴史を持つ茶屋が数軒あるが、この極楽茶屋は

一軒茶屋、ベルビューホテルを経て極楽茶屋へ到着。

「ワイス」、日本高山植物の女王「マクサ」をはじめ世界の樹々、花々が集められているこの植物園でキャンプファイヤーを楽しんだ。紅々と燃えあがる炎が六甲の夜空をこがし、一日のつかれを充分いやしてくれた。

★色とりどりのハイカーテ にぎわう西六甲

△高山植物園—記念碑台—三国池—ゴールデンポイント—アゴニ

一坂—摩耶山—天狗道—市ヶ原

修法ヶ原—バノラマ道—鍋蓋山—

有馬街道（十六・五キロ）▽

明くる朝、我々は協議の結果、

山上ドライブウェイを敬遠して車でとばすことにする。

サンセット・ドライブウェイ、

六甲山の開拓グレーム氏の功績を

たたえた記念碑台、表六甲ドライ

ブウェイの終点、丁字ヶ辻を経て

三国池のところで車を降りた。

二日目から、メンバーに、神戸

つ子マンガ「ベッコ」でおなじみ

の永井文明君と関学四回生の井原

君が加わった。

六甲山で松喰虫の被害が広がり問題になっているが、ゴールデン

ポイントに入ったあたりの松林は

青々とした葉がむししばれ、木の

膚がカサカサにはがされて、見る

も無惨な姿に変わりはてている。

ユースセンター横に出たあと、ア

ゴニ坂を経て摩耶別山に入る。



六甲高山植物園の林間宿舎でキャンプファイヤーを楽しむ神戸っ子。

菊水山麓にて。

上ドライブウェイを、車がカッコよくスイスイと走っていくが、我々は一生懸命うらめしげな顔をしきでつかれるものかという顔をして意気揚々と今夜の宿になつている高山植物園にいそいだ。

× × ×

我々一行四人を尻目に、この山下有馬温泉へ下がる紅葉谷との別れ道にあたり、山歩きの人達の目標になつてるので、特に有名である。

六甲山上縦走のドライブウェイから有馬温泉へ下がる紅葉谷との別れ道にあたり、山歩きの人達の目標になつてるので、特に有名である。

× × ×

我々一行四人を尻目に、この山下有馬温泉へ下がる紅葉谷との別れ道にあたり、山歩きの人達の目標になつてるので、特に有名である。



六甲高山植物園の林間宿舎でキャンプファイヤーを楽しむ神戸っ子。

こもり（宿泊所）が完成し、登山者を泊める用意もできている。

鳥居茶屋から少し行った所でやつと西宮市から神戸市に入る。最高峰の中継所のアンテナを横に見て、一軒茶屋、ベルビューホテルを経て極楽茶屋へ到着。

山上には古い歴史を持つ茶屋が数軒あるが、この極楽茶屋は

一軒茶屋、ベルビューホテルを経て極楽茶屋へ到着。

「ワイス」、日本高山植物の女王「マクサ」をはじめ世界の樹々、花々が集められているこの植物園でキャンプファイヤーを楽しんだ。紅々と燃えあがる炎が六甲の夜空をこがし、一日のつかれを充分いやしてくれた。



*おしゃれな町KOBEにふさわしい美容室くビューティ サロンフジがトアロード西に誕生！

*外国システムを取り入れた新形式のビューティ サロン フジはアメリカ、フランス、イタリア、ドイツ各國の名品を揃えて皆さまのおしゃれのお手伝いをいたします。
*専門の美容術くマニキュア、ペティキュア、美顔術くもいたしております。

Beauty Salon Fuji
美容室 ふじ—藤金やす子

神戸市生田区下山手通3丁目16 同昌ビル2階
(トアロード神仙閣西100米山側) 031536

営業時間★AM 9:00~PM 5:00
電話のご予約制をご利用ください

お中元に 神戸の味



★市内無料配達地方送り承ります

神戸三宮トアロード
本店(33) 1番2番3番
南店(33) 1616番

龜乃井
龜井堂
本家

○

港の見える
レストラン

コラル キタノ

神戸 北野クラブ TEL 23-2251-3

夏の味覚

茶そば

グリル喫茶

元町通3丁目本高砂屋2階
TEL 337368



・絶景の菊水山頂上。

六甲山系の中でもぐつと南へつなぎ出た摩耶山は、標高六九八・六米。ぐんと視界も広がる。

ところで、同行の井原君が摩耶ハウスをぶり出しに、これから何歩あるくかを数え始めた。気の長



城ヶ原
菊水山

い話であるが、彼は指を折り、木の枝を一本一本手に持つて数えながら歩き続け、途中皆になんだかんだいわねながらも、とうとう妙法寺まで数え続けた。

そのみなみならぬ彼の努力に敬意を表して、その記録を記そう。（奥摩耶ユースホステル—市ヶ原まで五五・三歩）

東六甲で出会ったハイカーは、山の装備をつけ、いかにも山男という感じだが、市ヶ原より西は、日曜日ということもあって、サンダル靴や皮靴をはいて、色とりどりのおしゃれをした男女づれが多くにぎやかに登ってゆく。「この頃の若い者はなつとらん」とよくぼやかれるが、この若人たちの健康

な姿を大人どもに見せたいもの。

（修法ヶ原で井原君、九四〇〇歩を数える。それにしても井原君意地でも最後まで数えてやると大ハッスル）

再度山からバノラマ道へ入る所で昼食にしたが、人目をさけたアベックがちらほらと目につく。まだ修業が足らぬのか、我々若い者には少々目の毒。下から、修法ヶ原での楽しそうなにぎやかな声が聞こえてくる。

そこを出発して鍋蓋山へと向つたが、修法ヶ原から離れるにつれてぎやかな声とクロスしてウグイスが鳴きはじめ、ティカカグラの花が再び山の奥深く導いてくれた。そして鍋蓋山から、開けゆく錦蘭台を右手に見ながら有馬街道に出た。（一四六・三歩）

★やせ細る六甲山

八有馬街道 菊水山—高取山—妙法寺—横尾山—高倉山—鉄拐山—鉢伏山—須磨浦公園（十九キロ）

ところで、六甲山から流れ落ちる川は△六甲五十一河川△といわれるほどあり、その水の美しいことで知られて来たが、山上の開発が進み、ハイカーが増えるにつれてだんだん山の水もきたなくなっている。『水場を知る』ということが『その山を知る』という一つの条件になるが、このよどみゆく水も六甲山を愛する人々にとつて悲しむべき現象だ。

○○○歩を数える)



須磨アルプスの表に美しいが裏側は見るもムザン!



菊水山のふもとで、始めて湧き出る清水を見つけ、冷たい水でノドをうるおす。おなかがボチャンボチャンするのを心配して後は水トウにつめる。登る途中で木イチゴを見つけ、一粒口に含んだが、まだ少しすっぱい。

笛が生い茂り、所々に大きな岩がゴロゴロしている菊水山頂上。山も眺めも美しく、六甲縦走路中の思いがけない絶景だと讃辞が集まつた。

さて、宝塚を出発してこの菊水山までの間でも、度々縦走路が中断され、あるいは、車が行き交うドライブウェイをそれで山を迂回するというコースがあつたが、菊水山を下り、ひよどり越えから高取山に向うため、丸山の町なかを歩かねばならぬのには驚いた。電柱に「六甲縦走路」の指示標が掛っているにいたっては、少々コッケイもある。(井原君町中で二〇

高取山を裏側から見て、また驚いてしまった。表から見るとわからないが、裏側は極端な表現をする。ちょうど、映画のセットのようなもの。この現象は、妙法寺から、いわゆる須磨アルプスといわれている横尾山、梅尾山を経て高倉山まで続いている。はるか瀬戸内海を一望できるところでまたぶつかった。須磨の海岸に長くついている、あのベルトコンベアを使つての土砂採取をしているところだ。浜側から見ると、あの長いコンベアがずっと山の中へすい込まれている感じだが、その小高い丘を越えた裏側はボッカリと穴が開き、完全に山がけずり取られていた。そのため、高倉山頂上手前の両側に降りる道はすべて立入禁止になっていた。

頂上から右手に見下せる下畑村の水田やため池が、箱庭をながめるようで、海岸側と対照的である。瀬戸内の海では、水中翼船が遠く水しぶきをあげて走つて行く。鉄拐山から旗振山へ向う途中で黄色いチヨウヒヨウがヒラヒラと飛んで長かつた六甲縦走最後のコースへと我々を導いてくれた。

文・川端耿一
え・松岡寛一

縦走余談

松岡寛一

（洋画家）

宝塚から塩尾寺への長い坂を喘いだアプローチでの重苦しさが、岩倉山の三角点をすぎるころからはなくなつて、心も足も軽くなつたのは、出足の緊張感がほぐれたのか、それともようやく気合がはいつきたか、すこぶる快調をおぼえる私は、だからこそしばかり軽口となつて「この花は何ですか？あの木は？」などと、リーダーの山本吉之助先生をわざわざのだが「それはコアジサイ。あれはヤマボウシ」——ボウシは帽子のボウシですか？」「そう。だから上から見下ろすときれいです」と、いちいちていねいに教えて下さるものの、そうした私は一步一歩を踏しめ味わうような先生の登行リズムを、いささかかきみだしがちであったのではなかろうか。『神戸の子』のA君もB君も、どうやら私の軽口ベースにつたものか、灌木の茂みからとつぜん「ケキヨ、ケキヨ」と聞えた小鳥の啼き声を「アレ？ ウグイスかナ」と小首をかしげるB君に「発声を練習している若いウグイスですよ」と山本先生。「どうりでまだへたくそや」と、B君がいつ

たとたんに「ホーホケキヨ」と、それは見事な一声だった。「アレ、きこえたんかいナ」と思わず四人とも笑いだした。

棚越えあたりでは『キジうち』

と『花つみ』の相違は、要するにそれは姿勢からきたものであろうと真顔で結論を出したり、水無山へかかる炎天下の登りでは、ブッシュの中に捨てられたビール瓶を指さした私は「よくぞここまでかついてきたナ」と、さも感にたえな

い顔つきになつたのはまだよいと

して、愚かにも「ああ、ビールが

のみたい」それも「ルミのビール

が」と嘆声を発した。ルミは私

がなじみのスタンドバーの店。

イヤまことに不謹慎なことであつた。縦走コース後半の再度山では、折しも休日とあってか、草中によりそアベックに度々なやまされた。菊水山をよじ登つて、夏の日もようやく暮れなずみ、小さな雨さえ頬にかかりはじめた。まさに、日暮れんとして道遠しである。山頂から西側瘦尾根を下る私たちの前方には、横尾山や梅尾山など重なりあつた須磨アルブスの連峰が低い雨雲の下にくろぐろと連なり、それは「まだ歩けるぞ」とりきんでみせる誰かの声も

なんとなくむなしく思わせる位、

それほど遠く見えたのである。



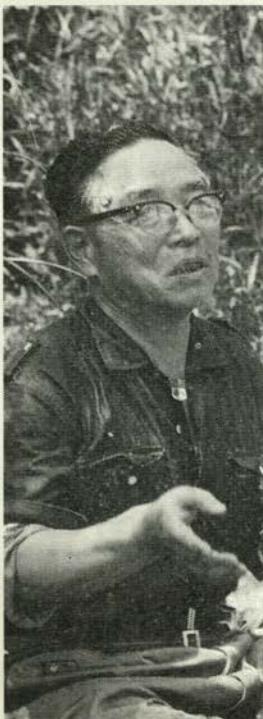
六甲の醍醐味

山本吉之助

（△神戸山岳連盟副会長）

六甲山縦走は何度やつてもいいもの。体をきたえるのに理想的なコースです。私達も天気に恵まれて、快的な縦走ができたのは幸せでした。塩尾寺の昔変わぬ静かで落ちていた、たたずまいや、棚越付近の“桧林”的眺め、水無山からの展望、菊水山からの神戸市内を望む雄大な眺めなどは、何度きてもあきない素晴らしい印象でした。ただ驚いたのは六甲の変わり行く姿でした。宝塚温泉街を抜け、紅葉谷に入つたとたん、昔、松の木や紅葉で包まれていた山道がその面影も消えて突然目の前に開けたのは宅地造成工事でした。

ダンプカーが砂けむりをあげて土砂を運び、ブルドーザーの遠吠えであたり一面は、開け行く東六甲そのものの姿でした。その宅地造成工事を手前に見て、武庫川をさむ宝塚市街地を望んだとき、せめて今残る小道だけは残してもらいたいと願いました。通り行く六甲といえば西六甲にあたる高倉山付近は丸裸にけずりとられ、からうして尾根道が残つてはいましたが、この道もいつの日にか……と思うと残念でなりません。



さて六甲縦走は季節的に考えるに八月中旬以後から十一月中旬の間が一番望ましいと思います。一日コースは少々無理だと思うのですが、間にキャンプをはさむと楽しい縦走ができるでしょう。東から西からのコース、西からのコースがありますが、西からの場合は市ヶ原付近で一泊するのがいいでしょうし、東からの場合は摩耶ユースホステルあたりが適当だと思います。テントを持って歩くのはなかなかたいへんだと思いますので、ユースホステルか再度山大竜寺や青年の家などでも宿泊させてくれるのを利用すればいいと思います。

全コースを通じていえることは、摩耶山を境に東と西では充分な装備で訓練している山男に多く出会いましたが、西では、特に再度山付近のハイカーの姿が軽装す

ぎて心配しました。これはバスが通っているためですが、ハイヒール、サンダルあり、手さげ袋を持って歩いているのを多くみかけましたが、危険な山登りです、リュックサックを背負って、両手もなるべく開けて慎重に登つてほしいのです。足ものとの注意としてキヤラバンシユーズは十分ですが、地下足袋をおすすめしたい。長距離にわたって歩くのは、足によ見た目は格好がよくないですが、運動靴はさけたいのです。下りも多いので疲労が重なるのです。見た目は格好がよくないですが、ヤラバンシユーズは十分ですが、

また忘れてならないのは“水を忘れるな”ということ。地図はも

ちろんのこと、懐中電灯を各自一個ずつは用意することです。

正しい山のぼりとは心から山に“ほれる”ことが大切です。恋人のことは、懐中電灯を各自一個ずつは用意することです。

に逢いに行くときは、だらしのない格好は決してしないように、山を恋人と思って、恋人に好かれるような準備をすれば間違いはないのです。

皆様 バーモンド療法という言葉を
御存じですか？ リンゴ酢と蜂蜜とを
毎日常用して居ると美容と健康と
によいと云われています。マルカ
ン酢技術陣の総帥理学博士中山様
(米国に約一ヶ年半) 一家と共に
住み毎日酢の研究を続けられた日
本で只一人の酢の博士として有名
な方の御指導のもとに私又平が醤
梅の合せ酢を古来よりのカラを
やぶつて蜂蜜とリンゴ酢化学調味
料の一番とを使用致しまして初
めて調理しました。

鮓ト栄養ト美容ト健康

抽象画と料理の店(完全冷房)

赤坂

神戸中山手四

TEL ②7836・7846



絵の見える玄関

青い畳に涼しいすだれ

打水のお庭に 石仏

そして……

神戸肉を焼いて
野菜をたっぷり

夏はこれに
限ります

食事付
一、三〇〇円



当店の重な商品名

活魚専門にぎり鮓 谷崎先生が
お免状と云われた 海草小巻
子飼と有馬さんしようを中具に
した日持のよい 岩戸鮓
命名親林又一郎先生大好物ヒカリ
リ物(ユハシ・コハグ) 雪花鮓
旅行用養老巻きとも云います
白枝昆布と竜皮昆布とこんじ
松前鮓
明石産子鰯
一塩もの 筒巻鮓 小巻数種
明石鮓の握りを蒸し焼きにした
名物
変り鮓も多種多様御好みに応じ
御土産に最適です。
鮓早朝販売は登録番号を持つ
居ります。
商標はやなれすし 玄武七号
実業早朝販売 六八八五号

又手

電話 三三一〇九三五

レジャーのお伴に

夏の夜に……

ナショナル

パナソニック

お買上げの方に

プロ野球有名選手の

サインボール

進呈

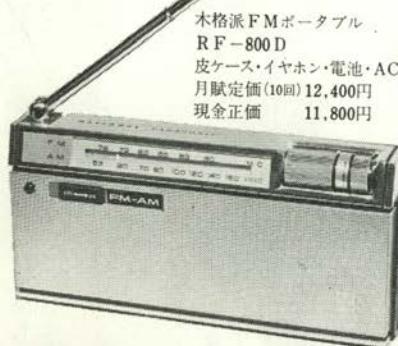
●期間 7月1日～8月20日



6石ポケッタブル

R-118

ソフトケース・イヤホーン電池付
現金正価 3,900円



木格派FMポータブル

RF-800D

皮ケース・イヤホーン・電池・ACコード付
月賦定価(10回) 12,400円
現金正価 11,800円

あらゆる電化製品の店

元町電機

元町6丁目 (34) 5847・6581



マキシン
美容室
神戸店

初夏から夏にかけて
の美しいヘヤー・モード
はゆきとどいたサービス
シックなムードのマキシン
美容室へおこし下さい。

Maxine Beauty Shop

神戸・三宮神社前三上ビル3階 電 ③ 4917
西寺尾店(文化センター内)・横浜元町店④ 0312
軽井沢店 2771・博多大丸美容室・香港大丸美容室