

自然の中へ

第20集

岸和田健老大学
歩こう会

「自然の中へ」 第20集

目 次

《序文》自然のリズムと人工のリズム 報 村 田 義 人	3 頁
例会記録（405回～425回）	4 頁
健歩証	26 頁
例会心得	28 頁
歩こう会役員名簿	29 頁
編集後記	30 頁

自然のリズムと人工のリズム

学 長 村 田 義 人

自然には人知のはかり知れぬ絶妙なリズムやバランスがある。古代中国の道家の哲学者たちは、それを「道（タオ）」と表記した。

太鼓打ちの名手は、ばちや体で拍子をつけながら、ある時は躍動的なまたある時は静かな、緩急自在の音楽的リズムを作り出すが、そういった拍子や音楽のリズムを、いま「人工のリズム」と名付けると、自然のリズムと人工のリズムはどういう関係になるのだろうか。

自然のリズムは、四季の巡りや月の満ち欠けや寄せては返す波の音や谷川のせせらぎ等の中にもあるが、自然によって生み出された存在である生物の体の中にもある。

「リズムは一般的な生命現象—これには人間もちろん生物として関与しているのだが—であり、それに対して、拍子は人間のなす働きである。リズムは、拍子が完全に欠けていても、きわめて完成された形であられうるが、それに対して拍子は、リズムの共働なくしてはあられえない。」

とドイツの心理学者クラークス（Ludwig Klages, 1872-1956）は、『リズムの本質について』という本の中で言う。すべての人工のリズムの根底には自然のリズムがある、と言っていい。

どの民族もそれぞれ独自の民族音楽をもちながら、いずれも音楽を快適のものとして受けとめている。それはすべての人間が自分の身体の中に自然のリズムをもち、また母親の胎内にいる時に母親の心臓音や呼吸音、血流音といった自然のリズムによる音響を快適なものとして聴いてきたからかもしれない。音楽が人間を喜ばせるのみならず、動植物をも喜ばせるのも、自然のリズムが根底にあるからではなかろうか。

野外にもあり、かつ体内にもある自然のリズムというものを踏まえて、歩行のリズムというものについて、一度じっくりと考えてみたい。

(例会記録)

第405回～第425回

第405回	飯盛山・高仙寺	5頁
#406	大阪市内渡船巡り	6頁
#407	天王山・柳谷観音	7頁
#408	伏見稲荷・泉湧寺	8頁
#409	大阪ドーム	9頁
#410	貝塚山荘(納会)	10頁
#411	神社参拝	11頁
#412	住吉大社・あびこ観音	12頁
#413	宝山寺(生駒聖天)石切神社	13頁
#414	上町台地・寺町周辺	14頁
#415	大阪城梅林	15頁
#416	飛鳥巡り	16頁
#417	流木霊園墓地公園(櫻)	17頁
#418	花の文化園	18頁
#419	一泊例会かんぼの宿“有馬”	19頁
#420	雑賀崎・和歌浦海岸遊歩道	20頁
#421	西の京・朱雀門	21頁
#422	花博記念公園鶴見緑地	22頁
#423	平井峠越え	23頁
#424	貝塚・りんくう	24頁
#425	仁徳天皇陵・大泉緑地	25頁

第405回例会

平成10年10月11日(日)

行先 飯盛山、高仙寺 10KM 担当リーダー・・B班 訥(藤) 裕(昭)
参加人数 23名 天気・気温 晴時々曇 27℃
コース 淡輪駅ー西国寺ー飯盛山頂(昼食)ー高仙寺ー孝子駅

行程記録

8時25分	岸和田駅集合	10時40分	西国寺出発
8時37分	岸和田駅発(購票)	11時50分	飯盛山頂(昼食)
9時10分	淡輪駅着	12時40分	飯盛山頂発
9時30分	淡輪駅発	14時40分	訥(藤)を継いで孝子駅着
10時10分	西国寺着(30分休み)	15時01分	孝子駅解散

記事 淡輪駅から古墳群を左にみてコンクリート道を歩く、緩やかな坂道であったが汗が出る。畑の西国寺へ、休憩の後、山道に入る。石がころがっている道を注意深く登る。途中3回の小休憩をとり飯盛山頂に到着。大阪市の歩こう会に木陰を占拠されてやむなく分散して昼食を取る。50分の休憩の後下山開始。木陰の道で疲れも少なくないが10センチ四方の石がころがっており歩きづらい。下山途中蟹の横歩きの箇所があり声を掛け合ってやっと上孝子地区に入り高仙寺前に着く。見上げる階段を最後の力をしぼって参詣(役小角の母君の墓所もある)。孝子駅に到着後解散。今日は難易度〇〇～〇〇〇を敬遠されたのか23名であったが、秋の一日よい汗をかき全員無事に終わることが出来たことは一番の喜びであった。

参加者

金田 宮内(藤) 小西 宮内(富) 玉田 原(隆) 上浦(義) 山中(伊) 奥村
降旗(忠) 池田 樋口 鍵 末永 善野 中谷(昭) 室田(清) 伊藤(飯)
伊藤(た) 小島 筒井 河合(祐) 東条

(中谷《昭》記)

第406回例会

平成 11年10月18日(日)

行 先 大阪市内渡船めぐり 12KM 担当リーダー・・C班 伊藤(飯) 鍵

参加人数 23名 天気・気温 曇り後晴 26℃

コース 市バス難波=大正区役所前-昭和山-落合上渡船-落合下渡船-千本松渡船
-市バス南津守=住之江公園(昼食)=市バス木津川渡船通り-木津川渡船-船町
渡船-千歳渡船-甚兵衛渡船-市バス夕風=天保山渡船-地下鉄大阪港

行程記録

9時46分	市バス難波発	13時35分	木津川渡船
10時10分	大正区役所前	14時00分	船町渡船
11時00分	落合上渡船	14時40分	千歳渡船
11時15分	落合下渡船	15時30分	甚兵衛渡船
11時45分	千本松渡船	16時20分	天保山渡船
		17時00分	地下鉄大阪港解散

記事

創部以来20年4,000Km突破の記念すべき例会である。台風10号が夜半に通過未明まで小雨がはらつく様な日だが歩こう会の判断力と天気予報を信じ決行された。

始めに昭和山を反対方向に降り遠回りする失敗がありクラブの皆さんに迷惑をかけたが、その他は順調よく無事責務を果たし得たと感謝して居ります。有り難う御座いました。

参加者

金田 宮内(藤) 浦 田中(カ) 宮内(富) 中村 原(澄) 平松 上浦(義)
奥村 降旗(忠) 池田 鍵 佐賀 末永 善野 濱崎 伊藤(飯) 伊藤(た)
糸賀 筒井 河合(祐) 森坂

(伊藤(飯)記)

第407回例会

平成10年11月8日(日)

行 先 天王山・柳谷観音 11KM 担当リーダー・・D班 山中(伊) 池田

参加人数 25名 天気・気温 晴 23℃

コース 岸和田駅=地下鉄難波=阪急梅田=大山崎駅-宝積寺-酒解神社-天王
山-浄土谷-柳谷観音-長岡天神-長岡天神駅

行程記録

8時31分	岸和田駅発	11時45分	天王山着
9時53分	梅田駅発	11時55分	天王山発
10時36分	大山崎駅着	13時10分	柳谷観音着
10時50分	宝積寺着	14時00	柳谷観音発
11時00分	宝積寺発	15時40分	長岡天神駅着

記事 ハイキングには良好の秋晴れに恵まれ、汗ばむ陽気であった。

参加人数25名、大山崎駅の踏切を渡った所で軽くストレッチをして急坂を登ること、約15分余、宝積寺前でトイレ休憩、宝積寺の本堂のわき道から天王山へ向かう。竹林を抜けて酒解神社の鳥居の前で小休止。展望台から桂川周辺を眺める人も居る、更に登って頂上に着く。浄土谷を下って柳谷観音に向かう。アスファルトのだらだら坂を上って柳谷観音に参詣して昼食をとる。長岡天神に詣で長岡天神駅で解散する。

参加者

金田 宮内(藤) 浦 小西 田中(カ) 宮内(富) 玉田 原(澄) 平松 上浦(義)
山中(伊) 奥村 降旗(忠) 山中(好) 池田 紀之定 樋口 鍵 佐賀 善野
伊藤(飯) 伊藤(た) 小島 河合(祐) 森坂

(池田 記)

第408回例会

平成11年11月12日(日)

行先 伏見稲荷 泉湧寺 8KM 担当リーダー・・・A班 山仲(好)濱崎

参加人数 36名 天気・気温 晴れ後曇り 12℃

コース 岸和田駅=地下鉄難波=飯淀屋橋=伏見稲荷駅=伏見稲荷大社=

四辻=一の宮=泉湧寺=今熊野観音=東福寺=鳥羽街道駅

行程記録

8時05分	岸和田駅発	12時15分	今熊野観音着(食)
9時05分	飯淀屋橋発	13時10分	今熊野観音発
10時05分	伏見稲荷駅着	13時30分	東福寺着
11時00分	四辻	14時00分	鳥羽街道駅着(解散)
11時20分	一の宮		

記事

前日の風も収まり、少し冷え込んだが、伏見稲荷大社では天候も回復し、四辻まで登ると汗ばむ。ここで2班に別れ(1班登りの一の宮へ26名、下り竹林へ10名)登り組が途中で分散して手間取ったが合流の上、今熊野観音へ。昼食、もみじ狩り、東福寺では人が混んでいたが参拝の後、鳥羽街道駅へ無事到着し解散。(注 伏見稲荷大社では20名以上の団体は入口で届出の必要があり代表上浦氏が署名した)

参加者

金田 宮内(藤) 浦 小西 宮内(富) 薮(子) 蓮井 磯島 玉田 中村
新鞍 原(澄) 古谷 上浦(義) 奥村 薦田 福森 降旗(忠) 山中(好) 雪本
池田 樋口 鍵 佐賀 末永 善野 中谷(昭) 濱崎 室田(清) 伊藤(飯)
伊藤(た) 大石 小島 筒井 斎藤 森坂

(濱崎記)

第409回例会

平成10年12月6日(日)

行先 大阪ドーム 7KM 担当リーダーE班 上浦、降旗

参加人数 53名 天気・気温 晴 15℃

コース 岸和田駅=新今宮=今宮=青少年会館=大阪ドーム

行程記録

9時31分	岸和田駅発	11時25分	小公園発
10時01分	新今宮駅着	11時55分	大阪ドーム着
10時35分	青少年会館着		解散
10時45分	青少年会館発		
11時20分	小公園着		

記事 当日は風もなく、陽が当たり暖かい半日でした。新今宮を出発して

次ぎのトイレ休憩予定先のJR芦原駅近くの青少年会館が、日曜休館になるとは、夢にも思っていなかったもので、心配しましたが、守衛の方が門をあけてくれたので助かりました。市内は交通量も少なく静かで歩き易かったと思います。出席予定者の内3人の方とは行き違いになりましたが出席の方は集合場所と行程表を見て頂き、不明の場合は当日の担当リーダーに詳細を聞いて頂く必要があるかとおもいました。

参加者

金田 宮内(藤) 石橋 浦 勝沼 小西 田中(カ) 宮内(富) 塩谷(幸) 田口
永阪 磯島 加納 中村 新鞍 原(澄) 平松 古谷 室井 井上(富)
今井 上浦(義) 小暮 西座(幸) 福田 山中(伊) 荒野 奥村 上浦(義)
薦田 樋谷 兵頭 降旗(忠) 山中(好) 雪本 栗本 塩谷(利) 塩谷(英) 高間
松岡(妙) 鍵 佐賀 末永 善野 中谷(昭) 中谷(敏) 濱崎 伊藤(飯) 伊藤(た)
糸賀 大石 筒井 森坂

(上浦記)

第410回例会(納会) 平成10年12月13日(日)

行先 (納会) 貝塚山荘 7KM 担当リーダー・・・実行委員

参加人数 86 名 天気・気温 晴 15℃

コース 福祉センター→東福倉庫前→流木霊園墓地公園→貝塚山荘

行程記録

9時00分 福祉センター発	11時30分 貝塚山荘着
9時30分 東福倉庫前	12時00分 納会開会
10時10分 流木霊園墓地公園着	(納会セレモニー20分)
(休憩20分)	14時45分 納会終了
10時30分 流木霊園墓地公園発	

記事 12時納会開会。例年どおり代表世話人より挨拶及び年間活動状況の報告があり、引き続き創部20周年を記念して、在籍者で過去に世話人をされた中西 宮内(史) 田口 小西 原(龍)の5氏に表彰状及び記念品の贈呈を行った。また財務状況の説明があり入園料の個人負担が了承された。乾杯のあと宴会に入り、カラオケを聞きながら、参加メンバーと談笑し、親睦の輪をひろげた。予定どおり3時前に閉会した。初参加の20期の畑本利夫21期の麻生川裕子の2氏の紹介があった。

参加者

大隈 井上(晴) 金田 高畑 宮内(藤) 大原 石橋 浦 勝沼 加藤 小西
田中(カ) 宮内(龍) 薮(チ) 石田 石垣 角谷(史) 世利 西上(哲) 宮内(史)
蓮井 塩谷(幸) 早崎 柿花 田口 永阪 橋爪(龍) 橋爪(京) 広瀬 水野
磯島 加納 玉田 中村 原(龍) 長谷川 平松 松岡 三木 古谷 室井 井上(龍)
今井 上浦(義) 小暮 西座(仁) 西座(幸) 福田 山中(伊) 奥村 上浦(義) 薦田
降旗(忠) 兵頭 松橋 山中(好) 山下 池田 降旗(久) 岡本 塩谷(利) 塩谷(英)
高間 樋口 前田 鍵 佐賀 末永 善野 中谷(昭) 中谷(敬) 濱崎 伊藤(飯)
伊藤(た) 大石 斎藤 筒井 小島 畑本 麻生川 河合(米) 小泉 合田(匠)
合田(初) 東条 森坂

(宮内(藤)記)

第411回例会

平成11年1月10日(日)

行先 神社参拝 8KM 担当リーダー・・・B班 齋 裕(昭)

参加人数 46 名 天気・気温 晴 7℃

コース 福祉センター→岸城神社→蛸地藏→貝塚臨海公園→脇浜恵比須神社

→願泉寺→感田神社

行程記録

9時00分 福祉センター	11時35分 脇浜恵比須神社着
9時20分 福祉センター出発	12時25分 願泉寺着
9時30分 岸城神社着	12時35分 感田神社着
9時55分 蛸地藏着	12時40分 感田神社解散
11時00分 貝塚臨海公園着	

記事 本年初の例会に伴い、人員点呼のあと、上浦代表世話人より新年の挨拶があり、9時20分目的地に向かって福祉センターを出発した。当日は幸いにも好天に恵まれ絶好のウォーキング日和であった。10日恵比須と重なり、混雑が心配されたがそれほどでも無く途中事故もなく無事終了した。

参加者

金田 宮内(藤) 石橋 浦 勝沼 小西 田中(カ) 宮内(龍) 薮(チ) 西上(哲)
早崎 永阪 加納 玉田 中村 新鞍 原(龍) 平松 上浦(義) 小暮
上浦(義) 薦田 兵頭 降旗(忠) 山下(国) 山中(好) 太田 高間 樋口
鍵 佐賀 末永 善野 中谷(昭) 濱崎 室田(清) 伊藤(飯) 伊藤(た)
大石 小島 斎藤 筒井 合田(匠) 合田(初) 森坂 麻生川

(高間記)

第412回例会

平成 11 年1月31日(日)

行 先 住吉大社・あびこ観音 7 KM 担当リーダー・・・C班 伊藤(阪) 兼
参加人数 52名 天気・気温 晴 12℃
コース 岸和田駅＝住吉大社駅－住吉大社(参拝)－あびこ観音－長居公園

行程記録

9時06分	岸和田駅発	11時40分	長居公園着
9時40分	住吉大社着	11時50分	解散
10時10分	住吉大社発		
10時50分	あびこ観音着		
11時15分	あびこ観音発		

記事 住吉大社では下見の時社務所で教わった正式の参拝順序を説明して皆さんに参拝して頂いた。あびこ観音では節分の行事が始まっていて大層な人出。山中(伊)さんが賛助会員でお札売り場に出迎えて下さり皆大喜び・正式称号が吾彦観音で一つ勉強になった。長居公園に着くと折柄大阪国際女子マラソンの日あって大賑い。解散後出発を見に行かれた人もあったのではないのでしょうか。

参加者

金田 西 高畑 宮内(藤) 角谷(芳) 石橋 浦 小西 宮内(富) 薮(十) 石垣
石田 角谷(宏) 世利 西上(哲) 林(昭) 千道 蓮井 早崎 林(起) 永阪
橋爪(龍) 橋爪(京) 磯島 加納 玉田 中村 原(澄) 平松 古谷 井上(富)
上浦(義) 小暮 西座(幸) 福田 奥村 降旗(忠) 山中(好) 太田 高間 鍵
佐賀 末永 善野 中谷(昭) 濱崎 伊藤(阪) 伊藤(た) 大石 筒井 東条 森坂
(伊藤記)

第413回例会

平成11年2月14日(日)

行 先 宝山寺(生駒聖天) 石切神社 6 KM 担当リーダー・・・D山中(伊)池田
参加人数 34名 天気・気温 曇り後晴 8℃
コース 岸和田駅＝難波＝生駒駅＝ケーブル宝山寺駅－宝山寺－生駒駅
＝石切駅－石切神社

行程記録

8時31分	岸和田駅発	11時40分	石切駅着
9時26分	難波駅発	12時00分	解散
9時50分	生駒駅着		
10時20分	宝山寺		
11時30分	生駒駅着		

記事 半日コースにしては参加者34名と意外にと少なく、前回(平成9年2月)に比して約半数の人員だった。近鉄難波から生駒を経てケーブルで一気に宝山寺駅まで、乗り物ばかり利用した楽なコースだ。宝山寺まで約30分程かけて、だらだら坂をゆっくりと登って宝山寺に着く。参拝客も多かった、休憩の後、石段の旧参道を下る。約30分で生駒駅に着く。一駅隣の石切駅まで乗車、石切駅を出て商店街手前で解散した。

参加者

宮内(藤) 浦 小西 宮内(富) 薮(十) 岩田(は) 千道 蓮井 柿花 玉田
中村 原(澄) 平松 小暮 西座(幸) 福田 山中(伊) 奥村 降旗(忠)
山中(好) 池田 太田 前田 鍵 佐賀 末永 伊藤(阪) 伊藤(た) 小島
斎藤 筒井 合田(匠) 森坂 辻ノ

(池田記)

第414回例会

平成11年2月28日(日)

行先 上町台地・寺町周辺 8KM 担当リーダー・・・E班上浦、降旗

参加人数47名 天気・気温 晴 10℃

コース 岸和田駅＝新今宮＝新世界(ジャンジャン横丁通天閣)＝天王寺公園
＝慶沢園＝一心寺＝安居神社＝清水寺＝藤原家隆墓所＝生玉神社＝
日本橋一丁目解散

行程記録

9時6分 岸和田駅発	11時50分 藤原家隆墓所
10時05分 新世界通天閣	12時20分 生玉神社
10時20分 慶沢園	12時30分 日本橋一丁目
11時05分 一心寺	解散
11時20分 清水寺	

記事

早朝は少し寒かったが歩きだすころには、10℃位まで上がり絶好の歩き日和であった。コースは8キロですが坂道が多く、又見る所も多く市内としては閑静な住宅地の中を歩くコースで出席者には評判がよかったと思います。慶沢園・一心寺等は初めての人も多く良いコースだったと喜んで頂きました。

参加者

金田 高畑 宮内(藤) 石橋 浦 小西 宮内(富) 西上(哲) 林(昭)
千道 蓮井 林(起) 永阪 橋爪(龍) 橋爪(京) 植山 木村(ま) 中村
新鞍 原(登) 平松 古谷 上浦(義) 小暮 西座(幸) 山中(伊) 上浦(総)
兵頭 降旗(忠) 山中(好) 宇野 太田 塩谷(利) 塩谷(美) 高間 鍵
佐賀 善野 濱崎 伊藤(飯) 伊藤(た) 大石 畑本 森坂 麻生川 糸賀
(上浦(義)記)

第415回例会

平成11年3月14日(日)

行先 大阪城梅林 6KM 担当リーダー・・・A班山(好) 濱崎

参加人数45名 天気・気温 晴 20℃

コース 岸和田駅＝淀屋橋＝少彦名神社＝三越百貨店＝大阪合同庁舎＝
大阪城大手門＝大阪城本丸＝大阪城梅林

行程記録

9時06分 岸和田駅発	11時10分 大阪城大手門着
9時50分 淀屋橋着	11時20分 大阪城本丸着
9時55分 少彦名神社	11時30分 大阪城梅林
10時05分 三越百貨店	(解散)
11時00 大阪合同庁舎	

記事

前日の雨もあがり、予想に反して好天に恵まれ、気温も上がり、歩いていると汗ばむ程。半日コースという事とトイレ対策をかねて、道修町、三越(トイレ)、大阪合同庁舎、大阪城大手門、本丸、梅林という歩きやすい(車の少ないコース)を短時間で梅林まで到着した。梅林は満開の時季を過ぎていたが幸い種類のおおさで花が残って居り、大阪城梅林祭りの最終日で大勢の人で混雑していた。村田学長もお孫さんづれで見えられていた。

参加者

金田 宮内(藤) 石橋 浦 勝沼 小西 薮(十) 西上(哲) 蓮井 柿花 永阪
水野 玉田 中村 原(登) 古谷 室井 今井 上浦 西座(幸) 福田 奥村
山中(伊) 薦田 降旗(忠) 松井 山下(豊) 山中(好) 池田 太田 岡本 高間
前田 鍵 佐賀 善野 濱崎 伊藤(飯) 伊藤(た) 大石 小島 筒井
合田(匠) 合田(初) 森坂

(濱崎記)

第416回例会

平成11年3月28日(日)

行先 飛鳥路巡り 11KM 担当リーダー・・・B班 鯛・中谷(昭)

参加人数 40名 天気・気温 晴 ℃

コース 岸和田駅＝JR新今宮＝磯阿部野橋駅＝飛鳥駅＝高松塚＝飛鳥歴史公園館＝鬼の雪隠・鬼の俎＝亀石＝石舞台＝酒船石＝曾我入鹿の首塚＝甘櫨の丘＝橿原神宮駅

行程記録	8時06分	岸和田駅発	11時35分	亀石着
	9時20分	磯阿部野橋駅発	12時05分	石舞台着
	10時10分	飛鳥駅着	13時20分	酒船石着
	10時25分	高松塚着	13時50分	甘櫨の丘着
	11時00分	飛鳥歴史公園館着	15時10分	橿原神宮着
	11時20分	鬼の雪隠・鬼の俎		

記事 年度末の好日、天候と早咲きの桜に恵まれ、参加40名は古代飛鳥人がたどった道を踏破した。磯阿部野橋駅から急行飛鳥駅へ全員が着席できた。まずは高松塚古墳に向かって歩く、壁画館へは希望者のみ入館した、飛鳥歴史公園館から鬼の雪隠・鬼の俎・亀石を経て石舞台へ向かう。途中あすか川の清流に沿ってのんびりと歩を運び、石舞台で食事休憩。1時間余りの竹林に囲まれた酒船石へ、曾我入鹿の首塚と称される五輪の塔の横をすりぬけて、甘櫨の丘へ、展望がひらけた、染井吉野が咲き美しい大和三山の眺めに興を添えた、休憩の後最終点の橿原神宮駅に15時10分着(解散)。

参加者

金田 西 宮内(藤) 浦 小西 田中(カ) 林(昭) 早崎 林(起) 磯島 玉田
中村 新鞍 原(隆) 平松 古谷 井上(富) 今井 上浦(義) 西座(幸) 山中(伊)
奥村 降旗(忠) 池田 栗本 高間 前田 松岡 鍵 末永 善野
中谷(昭) 室田(清) 芝 伊藤(飯) 大石 筒井 東条 森坂 辻ノ

(中谷(昭)記)

第417回例会

平成11年4月4日(日)

行先 (桜)流木霊園墓地公園 7KM 担当リーダー・・・C班 伊藤(飯) 鍵

参加人数 57名 天気・気温 晴 14℃

コース 福祉センター＝東福倉庫前＝極楽寺＝流木＝流木霊園墓地公園
流木バス停(解散)

行程記録

10時00分	福祉センター発	13時00分	流木墓地公園発
10時35分	東福倉庫前(点呼)	13時17分	流木バス停(轍)
10時45分	東福倉庫前発		
11時10分	極楽寺着		
11時30分	流木霊園墓地公園着		

記事

心配した天気も気持ちよく晴れて、少し寄り道をしようと極楽寺によりました。澤庵和尚の墓を見学して津田川を渡りいつもの道に戻り霊園墓地公園に着きました。桜も満開で人出もすごく、一時間半たつぷりと花見の宴を楽しみました。1時に解散各自に帰途につきました。お疲れさまでした。

参加者

金田 中西 西 宮内(藤) 大原 石橋 浦 勝沼 小西 田中(カ)
宮内(富) 西上(哲) 林(昭) 千道 蓮井 早崎 林(起) 柿花 田口
永阪 橋爪(龍) 橋爪(京) 磯島 玉田 中村 新鞍 長谷川 原(隆)
平松 今井 上浦(義) 西座(幸) 福田 山中(伊) 奥村 上浦(義) 兵頭(八)
降旗(忠) 山中(好) 栗本 塩谷(英) 樋口 松岡(妙) 鍵 佐賀 末永
善野 中谷(昭) 濱崎 伊藤(飯) 伊藤(た) 糸賀 筒井 合田(匠) 合田(初)
森坂 麻生川

(伊藤(飯)記)

第418回例会

平成11年4月25日(日)

行先 花の文化園 8KM 担当リーダー・・・D班 山中(伊)池田

参加人数 66名 天気・気温 曇り後晴 24℃

コース 岸和田駅＝難波＝河内長野駅－ふれあい考古館－花の文化園－

鳥帽子形公園－三日市駅

行程記録	8時31分	岸和田駅発	11時30分	ふれあい考古館発
	9時29分	難波発	11時35分	花の文化園着
	10時02分	河内長野駅着	1時10分	花の文化園発
	10時15分	河内長野駅発	1時30分	鳥帽子形公園着
	11時05分	ふれあい考古館着	2時00分	三日市駅着(解散)

記事 朝は曇天ですっきりしない天候であったが、今例会は近來にない66名の(内3名初参加)もの大勢の参加であった。難波で阪和線組と合流した。難波9時29分発で約半時間で河内長野に着く。案内所でもらったマップ片手に一路花の文化園へ、途中「ふれあい考古館」に立ち寄り天野山金剛寺遺跡を中心に天野川流域の遺跡品を見学(小休憩)、点呼の後花の文化園に入園。正面には種々の花に彩られた装飾花壇が美しい。ボタン園の近く芝生広場で昼食。グループ毎に園内散策。当日は中国洛陽市人民対外友好協会から贈られた中国ボタン「魏紫」が展示されていた。これは日本では一株のみの貴重な一輪だとの事であった。散策後三日市駅に向かう途中鳥帽子形公園で休憩、終着点三日市駅で解散した。

参加者 西 宮内(藤) 石橋 浦 勝沼 小西 田中(カ) 宮内(富) 薮(チ) 石垣 林(昭) 千道 蓮井 早崎 林(起) 柿花 田口 永阪 橋爪(龍) 橋爪(京) 加納 玉田 中村 新鞍 原(豊) 平松 松岡(ス) 今井 上浦(義) 山中(伊) 西上(久) 奥村 上浦(総) 福田 槌谷 兵頭 福森 降旗(忠) 松橋 山中(好) 池田 宇野 栗本 樋口 前田 鍵 佐賀 末永 善野 中谷(昭) 芝 伊藤(飯) 伊藤(た) 大石 小島 筒井 井上(善) 小泉 合田(匠) 合田(初) 東条 森坂 麻生川 辻ノ 岡田 前川 (池田記)

第419回例会

平成11年5月9日(日)～10日(月)

行先 一泊例会かんぼの宿“有馬” 6KM 担当リーダー・・・実行委員

参加人数 74名 天気・気温 曇り 19℃

コース第1日 岸和田駅＝難波＝地下鉄難波＝梅田＝阪急梅田＝三宮＝神戸市営地下鉄三宮＝湊川公園－榊園湊川＝有馬口＝有馬温泉－かんぼの宿“有馬”(泊)

第2日 かんぼの宿“有馬”－(六甲有馬ロープウェー組)

鼓ヶ滝－有馬温泉駅(解散)

行程記録 <第1日>

12時43分	岸和田発	15時15分	榊園湊川発
13時40分	地下鉄難波発	15時55分	有馬温泉駅着
14時00分	阪急梅田発	<第2日>	
14時45分	神戸市営地下鉄三宮	10時10分	かんぼの宿“有馬”出発

記事 今回の一泊例会は前評判も高く募集一日目で満席になった結局最終参加者は74名。予定より40分程遅れ、ホテルへ直行4時25分ごろ着く。6時から大広間で山中(伊)リーダー部長の司会で上浦代表世話人の挨拶と例会案内等に対する注意事項(雨天の時の対処・予定表と例会案内の違い)があり。続き金田(定)顧問の乾杯の音頭で盛大な宴会始まる、カラオケ二次会等各々親睦をはかる。翌朝 朝食後会費徴収、希望者で六甲有馬ロープウェー組と温泉駅行組に別れ帰路につく

<参加者>

金田(定) 西 宮内(藤) 大原 石橋 浦 勝沼 小西 田中 宮内(富) 西上 林(昭) 岩田 宮内(史) 千道 蓮井 林(起) 柿花 田口 永阪 橋爪(京) 橋爪(龍) 広瀬 水野 植山 加納 木村 玉田 中村 新鞍 原 平松 三木 井上(富) 今井 上浦(義) 西座(幸) 福田 山中(伊) 荒野 奥村 上浦(総) 槌谷 降旗(忠) 兵頭 福森 松井 山中(好) 雪本 池田 降旗(久) 太田 栗本 塩谷(利) 塩谷(英) 樋口 前田 松岡 鍵 佐賀 末永 中谷(昭) 濱崎 伊藤(飯) 伊藤(た) 大石 小島 筒井 小泉 東条 森坂 麻生川 辻ノ 井上(善)

(鍵記)

第420回例会

平成11年5月23日(日)

行先 雑賀崎・和歌浦海岸遊歩道 10KM 担当リーダー・・・E班上浦・降旗

参加人数 52名 天気・気温 晴れ後曇り 25℃

コース 岸和田駅＝水軒駅－鷹の巣灯台－海岸遊歩道－天満宮－東照宮－

玉津島神社－不老橋－和歌浦バス停(解散)

行程記録

8時18分	岸和田駅発	11時10分	雑賀崎・田ノ浦着
8時58分	和歌山市駅着	12時00分	食事後出発
9時35分	水軒駅着	12時45分	天満宮着
10時10分	鷹の巣灯台着	13時00分	東照宮着
10時30分	鷹の巣灯台発	13時50分	不老橋(解散)

記事

朝方少し晴れて居たが、和歌山市駅に着くころから曇り出し水軒駅より鷹の巣までのコースは緩やかな昇り道で約1時間で到着、休憩後は雑賀崎港迄は急な階段で下に降りた後は、天満宮迄の間は平坦な遊歩道が続き海風が吹き快適なコースで10キロにしては楽なコースであった。

参加者

金田(定) 西 宮内(藤) 浦 小西 田中(カ) 宮内(富) 林(昭) 千道 林(起)
 永阪 磯島 玉田 中村 新鞍 原(豊) 平松 今井 上浦(義) 西座(幸)
 福田 山中(伊) 奥村 上浦(縁) 兵頭 山中(好) 池田 太田 栗本 高間
 樋口 松岡(妙) 鍵 佐賀 芝 中谷(昭) 室田(清) 室田(百) 伊藤(飯)
 伊藤(た) 糸賀 井上(善) 大石 小島 麻生川 小泉 辻ノ 東条
 森坂 岡田 金田(悠) 牧野 (上浦(義)記)

第421回例会

平成11年6月13日(日)

行先 西ノ京・朱雀門 10KM 担当リーダー・・・A班山中(好)濱崎

参加人数 56名 天気・気温 晴れ後曇り 28℃

コース 岸和田駅＝磯難波＝西大寺－唐招提寺－薬師寺(観)－朱雀門－

平城京資料館－西大寺駅

行程記録

8時06分	岸和田駅発	11時30分	薬師寺発
9時04分	磯難波発	12時30分	朱雀門着
9時45分	西大寺着	13時00分	平城京資料館着
10時00分	西大寺発	14時15分	西大寺駅着
11時00分	唐招提寺着		

記事 梅雨空で雨は降らなかったが、むし暑さの中狭い歩道を一列で長くなり前後の間隔が、とりにくく、しばし先頭リーダーにストップが掛けられた。下見と違って時間が倍近くかかり、少しあせりがあった。参加者も暑さの中へばり気味で、目的の朱雀門に到着が12時30分を回り昼食の声もあったが、トイレの関係で平城京資料館まで延長し13時00分過ぎに昼食となった。狭い歩道では前後が気になり予定の時間が延びる事が判った。

参加者

金田(定) 宮内(藤) 浦 小西 田中(カ) 宮内(富) 千道 早崎 柿花
 田口 永阪 橋爪(龍) 橋爪(京) 玉田 中村 新鞍 長谷川 原(豊)
 平松 井上(富) 今井 西座(幸) 福田 山中(伊) 奥村 薦田 降旗(忠)
 松橋 山下(豊) 山中(好) 池田 太田 栗本 高間 鍵 芝 善野
 中谷(昭) 濱崎 室田(清) 伊藤(飯) 伊藤(た) 井上(善) 大石 斎藤 筒井
 麻生川 合田(匠) 合田(初) 辻ノ 東条 森坂 天野 岡田 金田(悠) 牧野
 (濱崎記)

第422回例会

平成11年7月6日(日)

行先 花博記念公園鶴見緑地 5KM 担当リーダー・・・B班 高間 山(好)

参加人数43名 天気・気温 曇り 29℃

コース 岸和田駅=地下鉄天下茶屋=長堀橋(のりかえ)=鶴見緑地駅=花博記念公園
園内一周=咲くやこの花館=展望塔(いのちの塔)=鶴見緑地駅

行程記録

8時30分	岸和田駅集合	9時42分	長堀橋(のりかえ)発
8時43分	岸和田駅発	10時00分	鶴見緑地駅着
9時10分	天下茶屋着	10時05分	園内一周出発
9時23分	地下鉄天下茶屋発	12時10分	展望塔 観覧
9時34分	長堀橋着	12時20分	鶴見緑地駅(繼)

記事 昨日までの雨は止んだが、今一つははっきりしない曇天であったが、リーダー間の協議の結果、決行したが空模様がはっきりしないため、参加者も少ないのではないかと心配したが、案外多数の参加者で担当リーダーとしては一安心した。目的地の緑地公園外周をまわり咲くやこの花館及び展望塔(いのちの塔)等を観覧して、鶴見緑地駅へ到着無事解散した。

参加者

金田(定) 西 宮内(藤) 石橋 浦 勝沼 小西 田中(カ) 宮内(富) 薮(チ)
石垣 林(昭) 蓮井 林(起) 中村 原(澄) 平松 今井 上浦(義) 西座(幸)
福田 山中(伊) 奥村 降旗(忠) 松橋 山中(好) 池田 宇野 高間
鍵 佐賀 中谷(昭) 濱崎 伊藤(飯) 伊藤(た) 井上(善) 斎藤 筒井
小泉 東条 森坂 金田(豊) 前川

(高間記)

第423回例会

平成11年7月11日(日)

行先 平井峠越え 7KM 担当リーダー・・・C班 山(伊) 鍵

参加人数47名 天気・気温 曇り時々晴れ 30℃

コース 南海岸和田駅=孝子駅=高仙寺(孝子観音)=平井峠=蓮乗寺(雑
賀孫一の墓)=南海紀ノ川駅(解散)

行程記録

8時32分	岸和田駅発(特急)	11時20分	平井峠着(昼食)
8時55分	みさき公園(のりかえ)	12時00分	平井峠出発
9時28分	孝子駅出発	12時43分	蓮乗寺発
10時15分	高仙寺着	13時05分	紀ノ川駅着
10時35分	高仙寺発		(解散)

記事 久方ぶりの地道の多い加えて日蔭を楽しめるコース。参加者47名、このコースとしては最高、18期以下の参加者が半数近く、頼もしい限り。高仙寺手前の急な石段では10数名の待機者があった。峠に向かう林道の木陰では一息つく思い、欲を言えばもうすこし風がほしい、頂上近くの林道で昼食。蓮乗寺参拝後予定より早く紀ノ川駅着解散した。

参加者

金田(定) 宮内(藤) 浦 小西 田中(カ) 宮内(富) 林(昭) 早崎 林(起)
磯島 玉田 中村 原(澄) 平松 上浦(義) 西座(幸) 福田 山中(伊)
奥村 薦田 降旗(忠) 松橋 山中(好) 池田 宇野 太田 高間 樋口
鍵 佐賀 芝 末永 善野 中谷(昭) 室田(清) 伊藤(飯) 伊藤(た) 井上(善)
小島 斎藤 筒井 辻ノ 森坂 天野 岡田 金田(豊) 前川

(山中(伊)記)

第424回例会

平成11年9月12日(日)

行先 貝塚～りんくう 9KM

担当リーダー・・・E班 上浦(義) 麟

参加人数40名

天気・気温 晴れ 33℃

コース 岸和田駅＝貝塚駅－貝塚臨海公園－二色の浜－住吉町－泉佐野漁港
－りんくうタウン駅

行程記録

9時04分 岸和田駅発	11時05分 住吉町交差点発
9時20分 貝塚駅発	11時25分 泉佐野漁港着
9時50分 脇浜テニスクラブ着	11時35分 泉佐野漁港発
10時10分 脇浜テニスクラブ発	12時05分 りんくうタウン駅
10時50分 住吉町交差点着	到着(解散)

記事

前日の天気予報曇り一時雨も当日朝曇っていたがコース中は晴天、ただし33度Cの高温多湿で少々へばり気味、休憩を多く取って、無事全員予定どおり、りんくうタウン駅に到着、解散となった。高温多湿であったがうみべり、高速道路のガード下の陰で幾分涼しいおもいがしました。初参加20期の今西照雄さん紹介あり。

参加者

金田(定) 宮内(藤) 浦 小西 田中(カ) 宮内(富) 林(昭) 林(起) 田口
中村 原(豊) 平松 上浦(義) 西座(幸) 福田 山中(伊) 薦田 降旗(忠)
山中(好) 池田 太田 高間 前田 鍵 佐賀 末永 善野 濱崎 伊藤(た)
井上(善) 大石 小島 筒井 今西 麻生川 森坂 辻ノ 天野 岡田 牧野
(濱崎記)

第425回例会

平成11年9月26日(日)

行先 仁徳天皇陵－大泉緑地 10KM

担当リーダー・・・B班 山(好)・高間

参加人数44名

天気・気温 曇り 30℃

コース 岸和田駅＝JR東羽衣＝鳳
JR阪線東岸和田駅＝鳳＝百舌鳥駅－大仙公園－日本庭園－
百舌鳥八幡神社－中百舌鳥ダイエー－大泉緑地－地下鉄新金岡駅

行程記録

10時00分 百舌鳥駅発	13時25分 ダイエー着
10時25分 大仙公園(日本庭園)着	13時45分 ダイエー発
12時00分 大仙公園(日本庭園)発	14時45分 大泉緑地着
12時25分 百舌鳥八幡神社着	14時55分 大泉緑地発
12時45分 百舌鳥八幡神社発	15時05分 地下鉄新金岡駅着

記事

去る9月24日、台風18号が通過した後、天候が気掛かりであったが、台風一過曇り空ではあったが、次第にさわやかな秋晴れとなり、歩こう会には最適で、参加者も44名と盛況、折りしも旧暦の8月16日百舌鳥八幡神社の秋祭りで勇壮なふとん太鼓の練り出しを参観することが出来、参加者には最高の見せ場であったと思う。続いて大泉緑地を経て最終の地下鉄新金岡駅に無事到着解散した。反省点は、出発時間(岸和田駅)に問題あり今後検討する必要がある。初参加二十期の向井さんが紹介された

参加者

金田(定) 宮内(藤) 浦 小西 田中(カ) 林(昭) 早崎 林(起) 磯島 玉田
中村 原(豊) 平松 井上(富) 今井 上浦(義) 福田 山中(伊) 奥村 薦田
降旗(忠) 山中(好) 池田 太田 栗本 高間 樋口 松岡(妙) 鍵 佐賀
芝 末永 善野 中谷(昭) 伊藤(飯) 伊藤(た) 糸賀 大石 向井 今西
小泉 東条 前川 牧野

(高間記)

健歩証

(会員資格は平成11年9月末現在)

平成10年3月14日(415回)の時点における保持者

踏破距離	氏 名	期生	初参加例会(回)	達成例会(回)
3,100	金田定之	06	89	415
2,500	宮内藤兵衛	08	128	404
2,100	小西ミノル	10	162	414
2,000	宮内富子	10	163	410
1,900	浦千寿子	10	187	404
1,700	田中カホル	10	185	400
1,500	山本光男	01	1	242
1,400	塩谷幸兵衛	12	204	392
1,300	宮内史郎	11	185	347
1,300	原 澄子	14	250	410
1,100	早崎照子	12	208	378
"	中村豊子	14	250	400
"	平松美幸	14	249	406
"	新鞍民子	14	248	409
"	高畑千鶴子	08	153	412
1,000	角谷宏子	11	187	387
"	石橋トシエ	10	174	412
900	降旗忠良	16	292	406
800	福本イトノ	6	136	372
"	角谷芳雄	09	214	390
800	田口穰一	13	227	396
"	小暮子豆香	15	268	402
700	井上晴秋	6	89	351
"	奥村 操	16	300	400
"	上浦義治	15	271	408
"	山中好弘	16	291	408
600	大原美代子	09	222	392
"	西上 哲	11	189	394
"	磯島宏蔵	14	247	395
"	今井種子	15	268	400

踏破距離	氏 名	期生	初参加例会(回)	達成例会(回)
600	山中伊平	15	299	407
"	西座幸枝	15	268	414
500	中西信雄	6	90	302
"	林 昭	11	204	354
"	石垣喜代子	11	187	374
"	勝沼とし子	10	174	398
"	千道みつ江	12	225	398
"	池田裕偉	17	318	404
"	柿花 縁	13	223	413
"	高間六夫	18	340	414
300	林 起美代	12	204	262
"	木村まさえ	12	250	327
"	橋爪龍夫	13	255	328
"	橋爪京子	13	255	336
"	廣瀬八千代	13	246	345
"	岩田はるゑ	12	246	347
"	永阪トクエ	13	246	351
"	水野ヒデ	13	246	380
"	福田俊子	15	278	385
"	橋口綾子	19	354	389
"	井上富美子	15	286	390
"	加納千代子	14	323	392
"	鍵 勉	19	357	392
"	玉田久代	14	352	398
"	西座仁平	15	268	398
"	佐賀政二郎	19	357	399
"	善野 修	19	359	405
"	薦田 悟	16	326	408
"	蓮井恵美子	12	281	410
"	室田清作	19	357	411
"	伊藤阪夫	20	379	412
"	上浦絵子	16	291	414
"	薮 チエ子	10	163	415

ほかに元会員72名に対し1400km~300kmの健歩証交付済

例会心得

岸和田健老大学歩こう会

A. 参加服装

1. 帽子、長袖シャツ、ズボン、キャラバンシューズが望ましい
コースによって山に入らない時は、半袖シャツ、ショートパンツ、ジョギングシューズでもOK
2. 携行品：手拭、手袋、雨ガッパ、水筒、非常用食（キャラメルなど）、簡単な応急治療用品を一括常時携帯のこと。
3. 携行品はリュックサックに収納して背負い、自由に行動出来るよう心掛けること。

B. 例会行動

1. 例会は集団目的行動であるとの認識をもち、リーダーの指示以外の単独行動はとらないこと。
2. 道路歩行の場合は、原則として右側（対面通行）を1～2列になってC. LとS. Lとの間を歩行のこと。
3. 参加者は前との間隔をあけないよう心掛けること。
4. 隊列よりおくれ始めた時、又は体調が悪くなった場合は声を出して近くの会員およびリーダーに知らせること
5. 山中の道で隊列からおくれた時は声を出して前との連絡につとめること。
6. 内臓疾患など体調不全の人はコースの状態を考えて参加可否かを決定のこと。
7. 曇天で雨のおそれのある時は必ずリーダーに、決行可否かを確認すること。
8. 例会はコミュニケーションの場でもあるので積極的に会員と交歓し、和の輪を広げるよう心掛けること。
9. 休憩中にその場を離れて出発の時間におくれないよう心掛けること。
10. 夏期の例会は、充分水筒の水を確保し、脱水状態にならないよう注意のこと。

岸和田健老大学 歩こう会役員名簿 (敬称略)

期	役職	氏名	住所	電話	12月までの役職
6	顧問	金田定之	岸和田市葛城町1257-11	☎28-5812	
8	"	宮内藤兵衛	" 吉井町1-11-5	☎45-1012	事務部長兼任
15	"	上浦義治	" 天神山町2-7-7	☎26-7352	代表世話人
15	代表世話人	山中伊平	" 別所町1-22-8	☎23-3437	リーダー部長
16	リーダー部長	降旗忠良	" 吉井町3-24-2	☎44-3103	
16	リーダー	山中好弘	" 岸野町10-13	☎37-0217	
17	"	池田裕倅	阪南市舞 1-26-3	☎71-1299	
18	"	高間六夫	岸和田市磯上町5-18-31	☎37-2057	
19	事務部長	鍵 勉	" 南町12-1-3F-C	☎32-5170	事務部副部長
☆19	リーダー	芝 義高	" 別所町3-34-16	☎39-8583	
19	"	中谷昭雄	" 上松町3067	☎39-1559	
19	"	濱崎一夫	" 上松町610-178	☎27-7091	
20	"	伊藤阪夫	" 下松町3-44-3	☎22-1665	
☆20	"	井上善雄	泉佐野市上之郷2986-2	☎67-0872	
☆21	"	森坂匡扶	岸和田市藤井町1-21-25	☎44-3463	
◎18	会計	塩谷英子	" 南上町2-3-17	☎31-2083	12月で任期満了
20	"	筒井美代子	" 吉井町1-11-21	☎43-5534	
☆21	"	麻生川裕子	貝塚市海塚163	☎31-6741	
☆21	"	東条美千子	岸和田市額原町303-4-75	☎45-6084	

☆印は12年度より新しいリーダー、◎は11年末で任期満了

本号発行について

毎年1回発行しております「自然の中へ」の編集が本号から経費節減のためご覧の通り変わりました。
ご不満の点多々あるとは存じますがご了承お願い致します。
しばらくこの方法で行きたいと存じます。
ご意見がありましたらお申出ください。
◎学校事務局の応援を得て事務部の手製のものです。
製本のみ業者に頼みましたので本も内容も薄くなりました事ご理解をお願いします。

代表世話人
上浦 義治

尚 本年度より納会時に「歩こう会の総会」を行います
a, 1年間の活動の経過報告
b, 決算報告 10月から翌年9月まで(但し今回は平成11年3月から9月まで)
c, 新役員の紹介
等を行ないます

平成11年(1999)12月

自然の中へ 第20集

岸和田健老大学歩こう会
代表世話人 上浦 義治
編集 事務部