

自然の中へ

第21集

岸和田健老大学
歩こう会

「自然の中へ」 第21集

題字：山田 光月 先生

目 次

《序文》 歩行……………頼 村 田 義 人 ……………	3 頁
例会記録（4 2 6 回～4 4 3 回）……………	4 頁
健歩証……………	2 3 頁
例会心得……………	2 5 頁
歩こう会役員名簿……………	2 6 頁
あとがき……………	2 7 頁

歩行

学長 村田義人

人間は直立歩行する動物。そこに他の動物には無い独特のリズムが発生した。

「歩」も「行」も、ともに甲骨文字までさかのぼれる漢字だが、「歩」は左右の足の裏を上下につないだ象形文字、「行」は十字路を示す象形文字である。

左右の足を交互に進めて、路上を歩行する。人間の行動の一番基本的なリズム。赤ちゃんもそれを獲得しようとして、必死に頑張る。そして、できた時のあの喜びと満足感。みんな忘れてはいるが、誰もがかって体験してきたことだ。

直立歩行することは、健常者にはあまりに普通過ぎて、その重要さやありがたさに気付きにくい。

私は膝関節炎のため、みなさんと一緒に長距離歩行ができないのは、大変残念なのだけれども、お蔭で歩行の大事さはいつも身にしみて感じている。

ところで、友人たちからよく羨ましがられるのだが、大阪市民には七十歳になると、地下鉄・市バスの無料パスが贈られる。家から地下鉄の田辺駅まで歩いて8分。日曜と言わず、祭日と言わず、地下鉄に乗らないのは、海外旅行等に行っている時ぐらいのもの。友人たちには申し訳ないことながら、まことに有り難い。

有り難いのは、出費が助かるということよりも、歩こうという意欲が刺激されることの方である。そして、こちらは市に負担をかけてすまないと思っているのに、パスを見せると、駅員さんがいつも「有難うございます」と、明るく言ってくれるのが、何より嬉しい。もし「厚かましい爺さん」とか「厄介者め」といった態度で扱われたらやりきれないであろう。

市の高齢者へのなみなみならぬ厚意に感謝しつつ、自分が社会に対して為しうる仕事を最大限に為すべく、今日もすがすがしい気持ちで元気に歩行し、地下鉄に乗せてもらっている。

(例会記録)

第426回～第443回

第426回	水間寺から泉光寺	5頁
〃427回	南山の辺の道	6頁
〃428回	浄瑠璃寺・当尾磨崖仏	7頁
〃429回	延命寺・観心寺	8頁
〃430回	いよやかの郷(納会)	9頁
〃431回	住吉大社と今宮戎神社	10頁
〃432回	岸和田山手神社参拝	11頁
〃433回	飛鳥のおもかげを忍ぶ	12頁
〃434回	久米田寺・トンボ池公園	13頁
〃435回	背割堤の櫻	14頁
〃436回	檀原神宮と今井町並	15頁
〃437回	休憩“加太”(一泊)	16頁
〃438回	浜寺公園のバラ	17頁
〃439回	城北公園の花菖蒲	18頁
〃440回	海岸寺山・意賀美神社	19頁
〃441回	千里万博記念公園	20頁
〃442回	平井峠越え	21頁
〃443回	和泉葛城山	22頁

第426回例会

平成11年10月11日(月)

行先 水間寺から泉光寺 12km 担当リーダー・・・B班 池田 中裕(昭)
参加人数 47名 天気・気温 晴 31.5℃
コース 貝塚駅＝水間寺－釘無堂－国見地藏－貝塚山荘－意賀美神社
－泉光寺

行程記録

9:21 貝塚駅発	12:15 意賀美神社着
9:40 水間駅発	13:00 意賀美神社発
10:00 釘無堂	14:30 泉光寺着(解散)
11:15 国見地藏発	
11:30 貝塚山荘発	

記事

異常気象のせいか、厳しい残暑が続いており、本日も31℃を越す真夏日にも拘わらず47名の参加を得た。水間寺で点呼を取り、一行は釘無堂から、貝塚山荘を経て意賀美神社で昼食。休憩後泉光寺に向かう。本日のコースは、永楽ダムを変更してのコースでアップ、ダウンが多い上に、暑さのせいで、疲労された人もあり岸和田駅までの予定を泉光寺で打ち切り、解散した

参加者

金田(定) 宮内(藤) 浦 小西 田中(カ) 林(昭) 千道 早崎 林(起) 磯島
中村 原(澄) 平松 今井 上浦(義) 西座(幸) 福田 山中(伊) 奥村 山中(好)
降旗(忠) 池田 栗本 塩谷(利) 塩谷(英) 樋口 鍵 佐賀 末永 杉本 善野
中谷(昭) 伊藤(飯) 伊藤(た) 井上(善) 大石 今西 向井 麻生川 小泉
合田(匠) 合田(た) 東條 田中(謙) 天野 前川 牧野

(池田記)

第427回例会

平成11年10月24日(日)

行先 南山の辺の道 17km 担当リーダー・・C班 山中(伊)・鍵

参加人数 40名 天気・気温 晴時々曇・ 18℃

コース 岸和田駅=近鉄ナンバ駅=西大寺駅=天理駅 一石上神社一

夜都伎神社一長岳寺山門前一桧原神社一大神神社(三輪明神)一

近鉄桜井駅(解散)

行程記録

8:03 岸和田駅発	12:45 桧原神社着(昼)
9:14 近鉄ナンバ駅発	14:45 大神神社着
10:20 天理駅 着	15:50 桜井駅 着(解散)
11:00 石上神社 着	
11:55 長岳寺 着	

記事 たわゝに実る柿とみかんのトンネルにつづく青垣の山ろくに、歓声をあげながら歩く。東海自然歩道。すれちがうハイカーと挨拶を交しながら古事への思い

しきり。石上神社に参拝一茶店で小憩一長岳寺山門前でトイレ休憩一崇神天皇

・景行天皇の御陵を右に拝しながら桧原神社に到着、境内でおそい昼食をとる。

鳥居越しにかすむ二上山に沈む夕日はカメラマンの最高の撮影場所。

大神神社(三輪明神)に参拝後バス予定が歩くことになり、数名を残して桜井

駅へ同駅にて解散。

参加者

金田(定)・浦・小西・田中(カ)・早崎・永阪・玉田・原(澄)・今井・上浦(義)・
西座(幸)・山中(伊)・降旗・奥野・太田・栗本・高間・樋口・前田・鍵・佐賀・
末永・濱崎・伊藤(阪)・伊藤(た)・井上(善)・大石・小島・筒井・今西・向井・
小泉・合田(匠)・辻ノ・東條・森坂・田中(溪)・天野・前川・牧野

(山中(伊)記)

第428回例会

平成11年11月14日(日)

行先 浄瑠璃寺・当尾磨崖仏 8km 担当リーダー・・D班 降旗・伊藤(阪)

参加人数 47名 天気・気温 曇・ 10℃

コース 岸和田駅=近鉄難波駅=奈良駅=奈良交通バス・チャーター

一西小バス停一奥之院不動磨崖仏一浄瑠璃寺一笑い仏一岩船寺一

岩船寺南口バス停・バス、チャーター =近鉄奈良駅・解散

行程記録

10:05 近鉄奈良駅 着	13:20 昼食後出発
10:30 バス、チャーター	13:40 笑い仏 出発
11:10 西小バ停 出発	14:00 岩船寺 出発
11:45 奥之院 出発	14:20 岩船寺南口バス停
12:20 浄瑠璃寺 出発	14:45 近鉄奈良駅・解散

記事 好天に恵まれ予定の50名に近い総勢47名の参加にほっと一安心しまし

た。予定のコース通り磨崖仏、寺院を楽しく時間通り歩けたのもひとえに皆さん

のご協力のお陰と感謝します。松茸は時期がすんで居ましたが、当地のめずらし

い土地の農産物や花等、無人店等のショッピングも楽しんでおられた様でした。

バスのチャーターも非常にうまくいった様でしたが、地元出発を30分程

早めてもう少し時間に余裕があつた方が良かったかなと反省しています。

参加者

金田・宮内(藤)・浦・小西・田中(カ)・林(昭)・蓮井・林(起)・橋爪(龍)・橋爪(京)
加納・玉田・中村・原(澄)・平松・井上(富)・今井・福田・奥村・薦田・降旗・
宇野・太田・栗本・塩谷(美)・高間・樋口・前田・松岡(妙)・鍵・佐賀・善野・
中谷(昭)・室田(清)・伊藤(阪)・伊藤(た)・大石・小島・筒井・今西・麻生川・
辻ノ・森坂・田中(溪)・天野・前川・牧野 (伊藤(阪)記)

第429回例会

平成11年11月28日(日)

行先 延命寺・観心寺 8km 担当リーダー・・・E班 上浦・濱崎
 参加人数 54名 天気・気温 曇 10℃
 コース 岸和田駅＝(難波経由)三日市駅(高野線)－延命寺－観心寺－三日市駅・解散

行程記録

8:43 岸和田駅 発	13:10 観心寺 出発
9:20 三日市駅 着	14:30 三日市駅着・解散
11:00 延命寺着(休憩)	
11:30 同上 出発	
12:10 観心寺着(昼)	

記事

出発時より曇りで少し寒さを感じる位で三日市駅を出た頃には時々小雨もパラつき心配していたが、雨もなく延命寺では紅葉を見てまた、観心寺でも紅葉の下で食事をして良かったと思いますが延命寺から観心寺迄のコースが昇り道が続き8KMのコースにしては少しきつかったような感じです。

参加者

金田・宮内(藤)・石橋・浦・勝沼・田中(カ)・林(昭)・林(起)・千道・永阪・
 玉田・中村・原(豊)・平松・上浦・福田・山中(伊)・荒野・奥村・福森・降旗・
 松井・山中(好)・宇野・太田・栗本・高間・樋口・前田・松岡(妙)・鍵・佐賀・
 末永・芝・善野・中谷(昭)・杉本・伊藤(阪)・伊藤(た)・井上(善)・大石・小島・
 筒井・向井・麻生川・小泉・辻ノ・東條・森坂・田中(溪)・天野・岡田・
 前川・牧野 (上浦記)

第430回例会(納会)平成11年12月12日(日)

行先 (納会)いよやかの郷(牛滝温泉) 7km 担当リーダー・・・実行委員
 参加人数 90名 天気・気温 晴 13℃
 コース 福祉センター北門前＝大沢駐在所前－いよやかの郷(牛滝温泉)
 徒歩組49名 直行組23名 マイカー組18名

行程記録	8:45 福祉センター北門前(集合)	11:45 納会開催
	9:00 " 出発	(納会セレモニー15分)
	9:30 大沢駐在所前 着	15:10 納会終了
	10:15 いよやかの郷(牛滝温泉)着	

記事 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、今回より納会時を総会とし年間活動状況・決算報告10月～9月まで(但し今回は4月～9月まで)など行う旨了承された。引続き新リーダー・新会計の紹介、19期芝義高20期井上善雄21期森坂匡扶21期麻生川裕子21期東條美千子の5氏。役員交替は代表世話人に山中伊平氏・リーダー部長に降旗忠良氏事務副部長森坂匡扶氏(事務部長に鍵)の新体制が発表された。任期満了の上浦義治(顧問)・塩谷英子の2氏に花束の贈呈をしセレモニーを盛り上げた。乾杯のあと宴会に入り、カラオケを聞きながら、参加の皆さん大いに親睦の輪を拓けられたと思います。初参加の22期北浦輝子氏の紹介があった。

参加者 金田(定) 福本 宮内(藤) 大原 角谷(芳) 石橋 浦 勝沼 小西 田中(カ)
 宮内(富) 藪(千) 角谷(忠) 西上(哲) 林(昭) 宮内(史) 岩田(は) 塩谷(幸) 千道 蓮井
 早崎 林(起) 柿花 田口 永阪 橋爪(龍) 橋爪(京) 広瀬 水野 加納 玉田 中村 原(豊)
 平松 三木 室井 井上(富) 今井 上浦(義) 小暮 西座(幸) 福田 山中(伊) 奥村
 上浦(隆) 薦田 福森 降旗(忠) 松井 山下 山中(好) 池田 奥野 降旗(久) 太田
 岡本 塩谷(利) 塩谷(英) 高間 樋口 鍵 佐賀 芝 末永 善野 濱崎 中谷(昭) 杉本
 中谷(敏) 室田(清) 室田(百) 伊藤(阪) 伊藤(た) 井上(善) 大石 小島 斎藤 筒井 畑本
 今西 麻生川 小泉 辻ノ 東條 森坂 田中(溪) 岡田 金田(俊) 北浦 牧野 (鍵記)

第431回例会

平成12年1月9日(日)

行先 住吉大社と今宮戎神社 7km 担当リーダー・・・B班 池田・中谷

参加人数 48名 天気・気温 曇時々晴・ 18℃

コース 住吉大社駅下車→住吉大社→阪堺線道路→南海線高架側道→玉出→
萩の茶屋→天下茶屋→新今宮→今宮戎→難波駅

行程記録

8:30 岸和田駅集合	11:45 今宮戎着
8:43 関空急行乗車	12:10 同社解散
9:05 住吉大社駅下車	12:20 難波駅着
9:15 住吉大社着	
9:40 " 出発	

記事 ミレニアム2000年の初頭を飾る初詣を実施。天候は曇時々晴。

住吉大社に参詣の後、おもに南海電鉄の高架側道に沿って歩行、途中
玉出公園と天下茶屋で小休止、商売繁昌を願う今宮戎神社に到着、群衆に
押されながら参拝後、予定を変更して同神社の北門で解散した。
途中、路上生活者の間を歩くコースをとつたため、次回はコース変更の
必要を感じた。

参加者 金田(寛) 宮内(藤) 石橋 浦 勝沼 小西 田中(カ) 薮(チ) 千道
早崎 永阪 玉田 中村 原(澄) 平松 井上(富) 今井 上浦(義)
小暮 西座(幸) 荒野 福森 降旗(忠) 山中(好) 池田 太田 高間 樋口
佐賀 芝 善野 中谷(昭) 濱崎 杉本 伊藤(飯) 伊藤(た) 井上(善)
筒井 今西 小泉 辻ノ 東條 森坂 田中(溪) 天野 金田(豊) 北浦
池崎

(中谷(昭)記)

第432回例会

平成12年2月13日(日)

行先 岸和田山手神社参拝 11km 担当リーダーD班 降旗・鍵・伊藤(飯)

参加人数 37名 天気・気温 晴時々曇 10℃

コース 福祉センター→土生北ローソン前→泉光寺→福田東→山直神社→
積川神社(一部解散)→稲葉菅原神社→稲葉バス停 解散

行程記録

8:40 センター 出発	11:30 山直神社 発
9:05 土生北ローソン発	12:00 積川神社 着
9:30 泉光寺 着	12:05 " 発
9:45 " 発	12:20 菅原神社 着
11:00 山直神社 着	12:35 稲葉バス停解散

記事 雨に祟られて約1ヶ月振り好天気に恵まれて、午前8時30分福祉セン
ターに集合同8時40分出発、土生ローソン前で5名、泉光寺で3名を加
え総勢37名、久しぶりに10KMを越す道程を歩きました。随分ゆっく
りと歩いたつもりですが? それでも予定通り11KMを半日で歩き通しま
した。寒さが厳しかったせいか、参加者が少なかったのが残念でした。

参加者

金田(寛) 宮内(藤) 石橋 浦 小西 田中(カ) 林(昭) 千道 永阪 玉田
平松 井上(富) 今井 上浦(義) 西座(幸) 福田 山中(伊) 奥村 降旗(忠)
宇野 太田 樋口 前田 鍵 善野 濱崎 杉本 伊藤(飯) 伊藤(た)
井上(善) 今西 麻生川 森坂 天野 岡田 金田(豊) 森岡

(伊藤(飯)記)

第433回例会

平成12年2月27日(日)

行 先 飛鳥の”おもかげ”を忍ぶ 10km 担当リーダー・・E班 上浦(義)・森坂

参加人数 45名 天気・気温 晴 9℃

コース 岸和田駅=JR新今宮=近鉄阿倍野橋駅=上ノ太子駅-

叡福寺-用明天皇陵-竹内街道-太子町歴史資料館-上ノ太子駅

行程記録

9:06 岸和田駅発	12:10 叡福寺 発
9:55 近鉄阿倍野橋駅着	12:30 用明天皇陵
10:24 ” 発	13:10 太子町歴史資料館 着
11:00 上ノ太子駅 着	13:40 ” 出発
11:30 叡福寺着(40分休憩)	14:55 上ノ太子駅着 解散

記 事

天候は晴れていたが風が比較的強く、冷たい一日でした。叡福寺では昼食をとったが休憩所が少なく20人位しか入る事ができず、外で食事をとった人達は寒かったと思います。コースは緩やかなアップ、ダウンで歩きやすいコースでした。

参加者

金田(定) 宮内(藤) 浦 小西 田中(カ) 林(昭) 千道 林(起)
 永阪 磯島 玉田 平松 今井 上浦(義) 西座(幸) 福田
 山中(伊) 奥村 降旗(忠) 山下(国) 山中(好) 宇野 太田 栗本
 樋口 前田 松岡(妙) 佐賀 芝 善野 中谷(昭) 杉本 伊藤(飯)
 伊藤(た) 井上(善) 小島 斎藤 筒井 麻生川 辻ノ 森坂 天野
 岡田 池崎 森岡

(森坂記)

第434回例会

平成12年3月26日(日)

行 先 久米田寺・蜻蛉池公園 10KM 担当リーダー・・A班 山中(好)・高間

参加人数 35名 天気・気温 曇 ・ 10℃

コース 福祉センター-久米田公園-久米田寺-岡山御坊跡-蜻蛉池公園-

一ノ宮バス停(南海バス)

行程記録

9:10 福祉センター発	10:50 岡山御坊跡 着
10:05 久米田公園 着	10:55 ” 発
10:10 ” 発	11:55 蜻蛉池公園 着
10:15 久米田寺 着	13:05 ” 発
10:20 ” 発	14:00 一ノ宮バス停着

記 事

天候は曇り、気温が低くあまり快適とは言えない状況でしたが、福祉センターに集合、人員点検後同所を出発、途中久米田寺で12名を加え総勢35名で岡山御坊跡を経て、ゆるやかな登り下りのある丘陵地を通して、蜻蛉池公園に到着。食事場所があいにく屋外の冷たいところで、食事をとることになり寒かったと思います。尚コースはミカンやモモ畑のなか、歩き易い農道であったが惜しむらくは、梅の花は散り桃はまだ蕾みといった状態でなにか殺風景でした。

参加者

金田(定) 宮内(藤) 浦 小西 田中(カ) 井上(富) 今井 小暮 西座(幸)
 山中(伊) 奥村 降旗(忠) 山中(好) 池田 宇野 高間 鍵 佐賀 芝
 善野 中谷(昭) 伊藤(飯) 伊藤(た) 井上(善) 小島 筒井 東條 森坂
 田中(漢) 天野 岡田 金田(忠) 北浦 池崎 森岡

(高間 記)

第435回例会

平成12年 4月 9日(日)

行先 背割堤の桜 7km 担当リーダー・・・B班 池田 中谷
参加人数 46名 天気・気温・晴・19℃

コース 岸和田駅＝難波＝淀屋橋＝八幡市＝岩清水八幡宮＝背割堤

行程記録	8:38 岸和田駅発	15:00 背割堤発
	10:20 淀屋橋駅発	15:25 八幡市駅解散
	11:00 八幡市駅着	
	11:40 岩清水八幡宮着	
	12:05 岩清水八幡宮発	
	12:45 背割堤着	

記事

うららかに春の光が映える絶好の花見日和となり、何処も人、人、人で一杯である。最初に岩清水八幡宮に参拝する。緩やかな表参道の石段を約25分かけてゆっくりと登る。この社は西暦859年の創建で社殿は徳川家光の造営とかで見事な社殿であった。背割堤は予想通りの人出で、あちこちから焼き肉の匂いがする。どうにか座る場所を確保し食事に入る。持参したビール等で乾杯するグループもある。

ここには樹齢何十年のソメイヨシノが約1、4kmに亘って桜並木を形成し河川敷からの眺めはすばらしく、再度来て見たい所であった。

参加者

金田(定)、宮内(藤)、石橋、浦、勝沼、小西、田中(カ)、薮(チ) 柿花
永阪、磯島、玉田、中村、原(澄) 平松、井上(富)、今井、奥村、上浦(義)、
西田(幸)、山中(伊)、降旗(忠)、山中(好)、池田 宇野、樋口、前田、
鍵、佐賀、善野、中谷(昭) 濱崎、室田(清) 伊藤(飯) 今西、井上(善)
筒井、麻生川、小泉、辻ノ、東條(美)、森坂、田中(漢)、天野、岡田、
森岡、

(中谷記)

第436回例会

平成12年4月23日(日)

行先 榎原神宮と今井町町並 8km 担当リーダー・・・C班 山仲(伊)・芝
参加人数 46名 天気・気温 晴れ 19℃

コース 岸和田駅＝JR新今宮＝天王寺＝榎阿部野橋＝榎原神宮前駅＝榎原神宮参拝＝畝傍山山頂(199m)＝畝傍山口(おむね)神社＝神武天皇陵＝今井町町並
＝近鉄大和八木駅(解散)

行程記録	8:43 岸和田駅発	12:20 頂上発
	9:50 榎阿倍野発	12:35 畝傍山口(おむね)神社
	10:30 榎原神宮前駅着	13:15 神武天皇陵着
	10:55 榎原神宮参拝	13:45 センター華薔着
	11:05 畝傍山登山口	14:00 今井町町並見学
	11:35 頂上着(昼食)	14:45 近鉄八木駅着(解散)

記事 榎原駅から参道を通り榎原神宮に参拝の後、畝傍山登山口へ。天気は快晴、八重桜が咲き若葉も萌え始め緑の風を一杯吸って、細い道を鶯の鳴き声を心地よく聞きながら30分で山頂へ。少し汗ばむ程の登りだった。東北方向に耳成山を眺め昼食。下りは産土神の畝傍山口神社を経て、神武天皇陵参拝。今年は皇紀2660年とか、さっそく「日本古代史」のおさらいが始まった。神宮外苑を通り今井町へ。まず交流センター「華薔」で模型を前に寺内今井誕生の歴史を聞き、町並みを見学して近鉄八木駅(解散)へ。尚、初参加の23期の寺井ツヨコさん・古沢淑恵さんの紹介があった

参加者 金田(定) 宮内(藤) 浦 小西 田中(カ) 薮(チ) 林(昭) 蓮井 早崎
林(起) 柿花 玉田 中村 原 平松 井上(富) 今井 上浦(義) 小暮 西座
山中(伊) 奥村 樋谷 福森 降旗(忠) 池田 鍵 佐賀 芝 善野 濱崎
室田(清) 井上(善) 小島 齊藤 筒井 麻生川 小泉 東条(美) 天野 池崎
金田(豊) 北浦 森岡 寺井 古沢

(芝記)

第437回例会

平成12年5月14日(日)

行先 一泊例会休暇村 “加太” 7+4km 担当リーダー・・実行委員

参加人数 51名 天気・気温 晴れ 23℃

コース 岸和田駅=和歌山市駅(乗り換え)=加太駅-淡島神社-田倉崎灯台-

休暇村 “加太”(一泊) 和歌山市駅(解散)

行程記録	10:00 岸和田駅 集合	12:30 淡島神社 出発
	10:18 岸和田駅 出発	12:55 田倉崎灯台 着(驗)
	10:56 和歌山市駅 着	14:00 田倉崎灯台 出発
	11:18 “ ” 出発	15:05 休暇村 “加太” 着
	11:43 加太駅 着	17:45 宴会開始
	11:50 加太駅 出発	15日10:30 休暇村 “加太” 出発
	12:10 淡島神社 着	“ 11:10 和歌山市駅 (解散)

記事

心配した雨も上がり、予定通り実施。淡島神社参拝後、田倉崎灯台で昼食を取る。3時過ぎ宿舎につく。6時前より大宴会。セレモニーは例年通り降旗リーダー部長の司会で山中代表世話人の挨拶・金田顧問の音頭で乾杯、大宴会の幕開け部員の皆さん雑談にカラオケに盛り上がる・今回初参加の22期の高橋節雄さんの紹介。また新リーダーとして22期天野昌明さん・森岡滋さんの紹介があった。翌朝は送迎バスで和歌山市駅まで送ってもらい駅で解散今回は1昨年と同じ所であったせいか、参加者が少なかった点を反省する

参加者

金田(定) 西 宮内(藤) 大原 石橋 浦 勝沼 小西 田中(カ) 塩谷(幸) 西上(哲)
林(昭) 林(起) 柿花 永阪 水野 磯島 玉田 中村 原(澄) 平松 三木 小暮
上浦(義) 西座 山中(伊) 奥村 上浦(総) 降旗 松橋 山中(好) 池田 鍵 佐賀
中谷(昭) 濱崎 伊藤(飯) 伊藤(た) 井上(善) 小島 筒井 麻生川 辻ノ
東条(美) 森坂 天野 岡田 金田(総) 前川 森岡 高橋 (鍵記)

第438回例会

平成12年5月28日(日)

行先 浜寺公園のバラ 8km 担当リーダーC班 降旗・伊藤

参加人数 40名 天気・気温 曇り後晴、25℃

コース 岸和田駅=浜寺公園-公園の中-浜寺大橋-臨海緑地帯-
-高石大橋-交通遊園-桜の下道-昼食-バラ公園と日本庭園
-解散

行程記録	9:20 岸和田駅集合	11:20 交通遊園
	9:33 岸和田駅発	11:45 休憩
	10:00 浜寺駅(点呼)	12:10 桜の木の下で昼食
	10:20 浜寺大橋	13:00 バラ園
	10:50 高石大橋	14:00 解散

記事

心配した雨も早朝に上がり、出発時は曇っていたが浜寺公園に着いた頃からみるみる晴れ上がり暑いくらい、でも運河の風は涼しく総勢40名楽しく8kmの道程を完歩しました。昨夜の雨でやや散りはじめていましたがバラも美しく日本庭園も皆楽しそうに散策していました。この公園の由来は古く明治6年の開園とか

参加者

宮内(藤)、石橋、浦、 勝沼、小西、田中(カ) 蓮井、永阪、玉田、
中村、原 、平松、今井、井上(善)、上浦(義)、小暮、西座(幸)、
槌谷、降旗、松井、池田、宇野、鍵、佐賀、善野、中谷、小島、
伊藤(飯)、伊藤(た)、井上(善)、 斎藤、筒井、 森坂、金田(総)
天野、北浦、森岡、大佐、千石、東條(允)

伊藤(飯)記)

第 4 3 9 回例会

平成 1 2 年 6 月 1 8 日 (日)

行 先 城北公園の花菖蒲 8 k m 担当リーダー E 班、上浦(義)・森坂

参加人数 2 7 名 天候、気温、曇後晴 2 9 ℃

コース 岸和田駅＝地下鉄天下茶屋＝阪急柴島駅－毛間閘門－毛間堤－
城北公園－花菖蒲園－地下鉄千林大宮－解散

行程記録

9 : 0 6	岸和田駅発	1 2 : 5 0	1 時間休憩昼食
9 : 5 1	地下鉄天下茶屋乗替	1 3 : 0 0	花菖蒲観賞
9 : 1 0	阪急柴島駅着	1 3 : 4 0	城北公園出発
1 0 : 4 0	毛間閘門入口10分休憩	1 4 : 1 5	地下鉄千林大宮
1 1 : 5 0	城北公園着		にて解散

記事

6 月 1 1 日例会予定が雨で流れ 1 8 日も前日の雨が出発間際迄降っていましたが、天気予報では曇りでしたので決行しました。午前中は曇りで歩きやすかったと思います。又城北公園の花菖蒲も満開状況で観賞できました。

参加者

金田(定)、浦、中村、原(澄)、平松、井上(富)、今井、上浦(義)、
西座(幸)、山中(伊)、奥村、上浦(総)、鍵、佐賀、濱崎、伊藤(飯)、
伊藤(た)、筒井、麻生川、東條(美)、森坂、天野、前川、森岡、千石
寺井、古澤、

(上浦(義)記)

第 4 4 0 回例会

平成 1 2 年 6 月 2 5 日

行き先 海岸寺山・意賀美神社 7 k m 担当リーダー F 班 鷗・井(善)

参加人数 4 1 名 天気、気温、曇り 2 9 ℃

コース 岸和田駅＝畑町－海岸寺山－尾根道－森の大池－貝塚山荘下
－意賀美神社－宮の台バス停

行程記録

8 : 5 0	岸和田バス停出発	1 1 : 0 0	外環状線
9 : 1 0	畑町着		ガード下 (休憩)
9 : 4 0	府立貝塚老人	1 2 : 1 0	意賀美神社 解散
	ホーム (休憩)	1 2 : 4 0	宮乃台バス停
1 0 : 1 0	水道道着 (休憩)		

記事

梅雨空降水率午前中 5 0 % 衆議院選挙と悪条件のなか岸和田駅バス停を 35 名で出発、畑町バス停で最終 41 名の参加となった。貝塚老人ホームで休憩点呼をとり初参加の 23 期生小川さん、木岡さん、200KM の栗本さん、100KM の前川さん、の到達者の紹介発表がおこなわれた。下見の時調査した尾根道を抜け森の大池で小休止。宮内さんの案内で森の梅林を通り全員予定どうり 12 時意賀美神社に到着、帰りのバス時刻を発表して解散した。

参加者

金田(定)、高畑、宮内(藤)、浦、小西、田中(カ)、蓮井、永阪、玉田、原(澄)、
平松、薦田、上浦(義)、西座(幸) 山中(伊)、降旗(忠)、池田、栗本、前田(正) 鍵、
佐賀、芝、善野 濱崎、伊藤(飯) 伊藤(た) 井上(善)、小島、筒井、田中(溪)
天野、池崎、岡田、前川、金田(総)、森岡、小川、木岡、千石、寺井、
東条(光)

(濱崎記)

第441回例会

平成12年7月9日(日)

行先 千里万博公園 6km 担当リーダー・・・A班 森・鍵

参加人数 49名 天気・気温 晴れ 31℃

コース 岸和田駅＝地下鉄難波＝モノレール千里中央＝万博記念公園駅－自然文化園
－日本庭園－万博記念公園駅(解散)

行程記録

9:06 岸和田駅発	11:20 森の空中観察(ソラード)
9:48 地下鉄難波発	11:55 紫陽花園(昼食)
10:20 モノレール千里中央駅発	13:00 日本庭園入門
10:45 万博記念公園駅着	14:00 まで自由行動
11:00 公園中央口入門	14:20 万博記念公園駅(解散)

記事

”EXPO70”30周年記念行事が催されて居る万博記念公園へ、とにかく暑い時でなるべく木陰・水辺の近く・地道を心がけて歩いた。5月20日にオープンした“ソラード”で森の空中観察 思ったより涼しく通過時28.8℃。休憩後地道を選んで紫陽花園へまだ咲いている花を見ながら昼食、休憩後日本庭園は自由行動にした。ちょうど早朝観蓮会と象鼻杯が催されている時で満開の蓮の花を観察する事ができた。約1時間の散策の後、万博記念公園駅で解散した。

参加者

金田(定) 宮内(藤) 浦 小西 田中(カ) 千道 蓮井 早崎 永阪 植山 玉田
中村 原 平松 井上(富) 今井 上浦(義) 西座 奥村 松橋 山下 太田
栗本 樋口 松岡 鍵 佐賀 芝 杉本 濱崎 伊藤(阪) 伊藤(た) 井上(善) 今西
小島 斉藤 筒井 麻生川 小泉 辻ノ 岡田 金田(後) 前川 森岡 木岡
千石 寺井 東条(允) 古沢 (鍵記)

第442回例会

平成12年9月10日(日)

行先 平井峠 7km 担当リーダー・・・B班 池田・中谷

参加人数 33名 天気・気温 晴時々曇り 33℃

コース 岸和田駅＝孝子駅－高仙寺－平井峠－峠下－蓮乗寺－紀ノ川駅(解散)

行程記録

9:18 岸和田駅発	10:50 高仙寺発
9:45 みさき公園発	11:30 平井峠
9:55 孝子駅着	11:55 峠下(昼食)
10:05 孝子駅発	13:20 蓮乗寺着
10:35 高仙寺着	13:45 紀ノ川駅(解散)

記事

天気予報は晴れ後午後曇り後半雨、気温33℃、そのせいか参加者33名に止まった。孝子駅を出発して高仙寺で点呼を取る。本堂前も風がなく暑い、平井峠まで休憩を入れながら登るが道は荒れ放題である。峠下で食事休憩の後、蓮乗寺参拝後、紀ノ川駅で解散する。

参加者名

金田(定) 宮内(藤) 浦 小西 田中(カ) 磯島 原(澄) 平松 山中(伊) 降旗(忠)
池田 太田 鍵 善野 中谷 濱崎 伊藤(阪) 伊藤(た) 井上(善) 今西
筒井 森坂 田中(溪) 天野 岡田 前川 森岡 木岡 国方 千石 寺井
東条(允) 古沢

(池田記)

池田(記)

第443回例会

平成12年9月24日(日)

行先 和泉葛城山 10 km 担当リーダー・・・C班 山中(伊)・池田・天野
参加人数26名 天気・気温 晴後曇り 30℃

コース バス停岸和田＝バス停塔原－葛城山頂－地蔵道－バス停牛滝

行程記録

9:47	バス停岸和田発	13:30	山頂発
10:15	バス停塔原発	15:20	バス停牛滝着
12:30	葛城山頂着	15:47	バス停牛滝発
			(車中解散)

記事

平成6年10月以来、久方ぶりの和泉葛城山登山である。9時40分のバスで一行は塔原バス停で下車、点呼をとる。道は整備されており、ゆるやかな坂道を再々の休憩を入れながら登ること約2時間で登頂。食事となる。展望台からはかすんでよく見えなかった。帰りは車道から地蔵道を抜け階段を下って牛滝バス停に着く。

参加者名

金田(寛)	浦	田中(カ)	千道	永阪	玉田	平松	山中(伊)	奥村
降旗(忠)	池田	鍵	善野	中谷	濱崎	室田(清)	伊藤(阪)	
井上(善)	小島	筒井	田中(溪)	東條(美)	天野	岡田	森岡	寺井
								(池田記)

健歩証

(会員資格は平成12年9月末現在)

平成12年3月23日(433回)の時点における保持者

踏破距離	氏名	期	初参加例会(回)	達成例会(回)
3,200	金田定之	06	89	427
2,700	宮内藤兵衛	08	128	427
2,200	小西ミノル	10	162	426
2,100	浦千寿子	10	187	427
1,900	田中カホル	10	185	430
1,500	山本光男	大願	1	242
1,400	塩谷幸兵衛	12	204	392
"	宮内史郎	11	185	419
"	原澄子	14	250	424
1,300	中村豊子	14	250	429
"	平松美幸	14	249	432
1,200	早崎照子	12	208	421
1,100	高畑千鶴子	08	153	412
"	降旗忠良	16	292	429
1,000	石橋トシエ	10	174	412
900	奥村操	16	300	429
"	上浦義治	15	271	433
800	福本イトノ	06	136	372
"	角谷芳雄	09	214	390
"	小暮子豆香	15	268	402
"	山中好弘	16	291	421
"	山中伊平	15	299	432
700	磯島宏蔵	14	247	432
"	今井種子	15	268	426
"	西座幸枝	15	268	427
600	大原美代子	09	222	392
"	西上哲	11	189	394
"	林昭	11	204	420
"	池田裕俤	17	318	421
"	鍵勉	19	357	426

例 会 心 得

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、ジョキングシューズでもOK。
- 2, 携行品：手拭、手袋、雨カッパ、水筒、非常食（キャラメルなど）、簡便な応急治療用品を一括携行のこと。
- 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。
- 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遅れた時は声を出して前との連絡につとめること。
- 6, 内蔵疾患など体調不全の人はコースの状態を考えて参加か否かを決定のこと
- 7, 曇天で雨のおそれのある時は必ずリーダーに、決行か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遅れないよう心掛けること。
- 10, 夏季の例会は、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。

踏破距離	氏 名	期生	初参加例会(回)	達成例会(回)
600	千道みつ江	12	225	431
500	中西信雄	06	90	302
"	石垣喜代子	11	187	374
"	勝沼とし子	10	174	398
"	柿花 縁	13	223	413
"	橋爪京子	13	255	418
"	永阪トクエ	13	246	419
"	林 起美代	12	204	420
"	橋爪龍夫	13	255	421
"	福田俊子	15	278	425
"	玉田久代	14	352	428
"	佐賀政次郎	19	357	429
"	善野 修	19	359	433
"	伊藤阪夫	20	379	433
300	廣瀬八千代	13	246	345
"	岩田はるゑ	12	246	347
"	水野ヒデ	13	246	380
"	井上富美子	15	286	390
"	加納千代子	14	323	392
"	薦田 悟	16	326	408
"	蓮井恵美子	12	281	410
"	室田清作	19	357	411
"	上浦総子	16	291	414
"	藪 チエ子	10	163	415
"	末永守夫	19	377	416
"	中谷昭雄	19	357	422
"	伊藤たね子	20	382	422
"	濱崎一夫	19	377	427
"	筒井美代子	20	385	427
"	前田正男	18	338	429

ほかに元会員80名に対し1400km～300kmの健歩証交付済

※表中大願とあるのは大学顧問の略

岸和田健老大学歩こう会役員名簿

期生	役 職	氏 名	住 所	電 話	備 考
6	相談役	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	
15	顧問	上浦義治	〃 天神山町2-7-7	☎26-7352	
15	〃	山中伊平	〃 別所町1-22-8	☎23-3437	
16	代表世話人	降旗忠良	〃 吉井町3-24-2	☎44-3103	1月より
17	リーダー部長	池田裕倅	阪南市 舞 1-26-3	☎71-1299	1月より
19	事務部部长	鍵 勉	岸和田市南町12-1キャストロポール3-C	☎32-5170	
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	事務部副部长	森坂匡扶	岸和田市藤井町1-21-25	☎44-3463	
22	リーダー	天野昌明	〃 春木旭町16-27	☎45-4926	
22	〃	森岡 滋	阪南市光陽台2-25-9	☎72-6204	
20	会 計	筒井美代子	岸和田市吉井町1-11-21	☎43-5534	12月まで
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	

あ と が き

会員の皆さん「自然の中へ」第21集をお届けします。

20世紀最後の記念のひと品に加えて頂けましたら幸せです。
本号は天候不順の為・1回の延期と3回の中止がありましたが
又次の機会に組み入れられることになるでしょう。

この一年幸い大した事故もなく当会のスローガン「健康と会員
相互の親睦と安全」を達せられたのではないかと思います。

来る21世紀に向け明るくみんなで歩きましょう。本誌印刷に
は学校事務局のご協力。編集には金田・宮内(勲)の両先輩のご
指導を頂き、又今春退学されました高間六夫さまのご助力を頂
きましたことをこの紙面をお借りしてお礼申し上げます。

平成12年11月

歩こう会事務部長 鍵 勉

平成12年（2000年）11月

自然の中へ 第21集

岸和田健老大学歩こう会

発行 代表世話人 山中伊平

編集 歩こう会事務局