

自然の中へ

第23集

岸和田健老大学
歩こう会

「自然の中へ」 第23集

題字：山田 光月 先生

目 次

《序文》……………	張 村田義人……………	3 頁
例会記録(465回～484回)……………		4 頁
健歩証……………		25 頁
例会心得……………		27 頁
歩こう会役員名簿……………		28 頁
あとがき……………		29 頁

日本人的リズムということについて以前「自然の中へ」に少し書いたことがあるが、「健老いろはカルタ」を作っていて、つくづく七五調リズムというものが、きわめて日本人になじみやすく、かつ快感をもたらすことを実感した。

七五調についてはいろいろな説、例えば、寄せては返す波のリズムがそうだとか、諸学説があるが、詩形式について考える場合、強弱リズム・高低リズム・長短リズム・押韻等の要素がどの言語にもあるのに、日本語では圧倒的に長短リズム中心になるのは何故か、ということがまず明らかにされねばならない。

私はそのことは日本語という言語の特質に由来すると思うのだが、日本語がもつ際立った特色として、まず各音節がnを除いてすべて母音止まり、ということがある。その点英語にしても中国語にしても、また日本語に一番近いと言われる韓国語にしても、子音止まりが非常に多い。

「ストライク」は日本語で表記すると、5音節になってしまうが、英語では1音節である。1音節とはいえ、子音がこれだけくっついていれば、アなどの場合に比べ、時間的に長くなる。当然長い音節もあれば短い音節もあるということになる。それに対してnを除いて各音節が母音止まりの日本語だと、音節がそれぞれ時間的に等しいという特色が生まれ、それゆえに長短リズムというものが他言語に比し極めて有効になるのではあるまいか。

そして各音節が母音止まりのゆえにこそ、アイウエオ・・・の五十音図という表音文字が作られたが、子音止まりの多い韓国語の場合だと、どうしてもハングルのように、子音と母音の組み合わせによる表記法にならざるをえない。

さて、健老いろはカルタの制作において、まず出て来たのが（あ）「歩るけることの有り難さ」だったが、五十音図を含め、諸言語のアルファベットの最初が圧倒的にアであるのは何故であろうか。

やはりアが人間の発する最も原初的な音だからであろうか。とにかくこの句がごく自然にトップを切って出て来たので、次いで出て来たのは（こ）の、「腰骨をしゃんと伸ばしてさあ歩こ」だった。

腰骨がしゃんと伸びると、高齢者でも相当のスピードで歩ける。そしてそのためには、丹田呼吸法で臍下丹田に力を溜めることが不可欠。それで（た）の「丹田呼吸で落ち着きを」、が出て来た。

といった次第で、歩行に関する三句がまずすると自然に誕生し、以下次々と面白いように四十四句が生まれた。

とにかく日本語宇宙で、七五調は魔力とまでは言わないが、不思議な力を発揮する。

〈例 会 記 録〉

(第465回～484回)

第465回	ボンデン山	5頁
第466回	ボケ封じ(阿部文殊他)	6頁
第467回	宇治川・みどりが丘	7頁
第468回	泉南里海公園	8頁
第469回	永楽ダム	9頁
第470回	納会(総会)いよやかの郷	10頁
第471回	大鳥神社・大仙公園	11頁
第472回	岸和田港周辺	12頁
第473回	大阪城～NHK	13頁
第474回	堺市内(旧市内北から南へ)	14頁
第475回	四條畷神社・飯盛山・野崎観音	15頁
第476回	毛馬・桜ノ宮公園	16頁
第477回	大和左紀・左保路	17頁
第478回	(一泊例会)志んぐ荘	18頁
第479回	南山の辺の道	19頁
第480回	私市ハイキングコース	20頁
第481回	甲山・神呪寺	21頁
第482回	海岸寺山	22頁
第483回	神於山	23頁
第484回	服部緑地公園	24頁

第465回例会

平成13年10月14日(日)

行先 ボンデン山 12km 担当F班・・伊藤(阪) 森岡

参加人員 24名 天気・気温 晴 24℃

コース 岸和田駅＝樽井バス停＝つづら畑－NTT信達中継所－馬別れ
－神通温泉バス停－JR熊取駅前

行程記録

8:13 岸和田駅発	11:30 馬別れ着
8:55 樽井バス停発	(昼食)
9:15 つづら畑着	12:30 " 出発
9:25 " 発	14:10 神通温泉バス停着
10:45 NTT信達中継所着	14:35 " 出発
11:00 " 発	15:00 JR熊取駅前(解散)

記事

秋晴れの爽やかな晴天に恵まれ24名が参加する。

南海バスのつづら畑で下車、すぐに始まる急な坂をゆっくり登り始める。

地道の森林浴も味わいながら、4回ほどの小休止を取って予定より早く、

NTT信達パラボウ塔に到着。

ひと息入れて、今度は緩やかな下り道を歩き馬別れに到着・昼食をとる。

更に柿や栗林を見ながら神通温泉まで下り、車も少なく和やかに歩けた行

程を終える。交通安全のため神通からバスに乗車、JR熊取駅前で解散する。

初参加24期渡邊 実氏の紹介があった。

参加者

金田(寛) 田中(力) 玉田 平松 今井 西座(幸) 奥村 松橋 池田

鍵 善野 中谷(昭) 室田(清) 伊藤(阪) 井上(善) 筒井 小泉

東条(美) 天野 森岡 東条(允) 古田 児玉 渡邊

森岡記

第466回例会

平成13年11月4日(日)

行先 ポケ封じ(阿部文殊院他) 8km 担当B班・・山中・天野

参加人員 35名 天気・気温 曇り時々晴 20℃

コース 岸和田駅=磯難波=上本町=桜井=阿部文殊院=御厨子観音=藤原京=小房観音=磯八木駅(解散)

行程記録

8:51 岸和田駅発	11:30 阿部文殊院
9:55 磯上本町発	12:40 御厨子観音(昼食)
10:35 桜井駅着	14:10 小房観音
10:50 桜井駅発	15:30 磯八木駅(解散)

記事

前評判の高い行き先だったが、雨天予報の為(10月28日)順延35名で出発した。〈阿部文殊院〉は、日本三大文殊の第一霊場として特に名高い「大和七福神八宝めぐり」の寺院でもあり、小房(おふ)観音と共に参拝者が多い。平坦な道であるが、車の往来がはげしく「大和三山」を眺めながら、のんびり歩く様(サマ)には、ならなかったのは残念。

参加者

金田(定) 宮内(藤) 浦 小西 薮(チ) 橋爪(龍) 橋爪(京) 磯島 原(澄)
平松 今井 西座 山中(伊) 降旗(忠) 松橋 池田 鍵 佐賀 善野
伊藤(飯) 今西 井上(善) 麻生川 小泉 東条(美) 森坂 田中(溪)
天野 岡田 金田(悠) 北浦 福重 古田 児玉 渡邊

山中記

第467回例会

平成13年11月11日(日)

行先 宇治川・みどりが丘 10km 担当B班・・降旗(忠)井上(善)

参加人員 31名 天気・気温 晴 19℃

コース 岸和田駅=地磯難波=磯淀屋橋=宇治駅=天ヶ瀬=白山神社=みどりが丘バス停=磯宇治駅

行程記録

8:31 岸和田駅発	10:50 宇治駅発
9:00 地磯難波発	12:30 白山神社着(昼食)
9:35 磯淀屋橋 発	13:00 " 発
10:37 宇治駅着	15:00 磯宇治駅着(解散)

記事

好天に恵まれて、宇治駅より宇治川に沿って歩き、天ヶ瀬 のつり橋を渡って小休止し、東海自然道の林道を谷川のせせらぎを聞きながらみどりが丘へ秋日和の快適な一日でした。

(補足: 磯の口までの予定だったがみどりが丘バス停で打ち切り)

参加者

金田(定) 宮内(藤) 浦 原(澄) 平松 山中(伊) 奥村 降旗(忠)
松橋 池田 栗本 松岡 鍵 末永 善野 中谷(昭) 室田(清)
伊藤(飯) 伊藤(た) 井上(善) 筒井 小泉 東条(美) 天野 前川
森岡 寺井 東条(允) 古澤 橋口 渡邊

井上記

第468回例会

平成13年11月25日(日)

行先 泉南里海公園 8km 担当B班・・池田・東条(允)

参加人員 35名 天気・気温 晴 18℃

コース 岸和田駅＝みさき公園－船守神社－淡輪漁港－土佐日記碑－
淡輪ヨットハーバー－海洋センター－泉南里海公園－加茂神社
－箱作駅(解散)

行程記録

8:48 岸和田駅発	11:00 淡輪ヨットハーバー
9:40 みさき公園駅	11:20 海洋センター
10:10 船守神社	11:30 泉南里海公園(昼食)
10:20 淡輪漁港	13:00 加茂神社
10:45 土佐日記碑	13:30 箱作駅(解散)

記事

おだやかな天候に恵まれた秋晴れのハイキング日和であった。だが参加者は35名と以外と少なかった。岬公園のナウマン象の象の前で点呼の後公園を抜け海岸沿いの堤防に子供達の描いた絵を見ながら船守神社に向かう神社で10分休憩の後、淡輪漁港から土佐日記碑の前を抜け、府立海洋センターでトイレ休憩後、きれいに整備された里海海岸を歩く。里海公園で昼食。加茂神社で東條リーダーから“箱作の由来”の説明を聞く。500米先の箱作駅で解散した。

参加者

金田(定) 宮内(藤) 石橋 勝沼 永坂 橋爪(龍) 橋爪(京) 玉田 原(澄)
平松 西座 山中(伊) 奥村 降旗(忠) 松橋 池田 太田 樋口 鍵
末永 杉本 善野 中谷(昭) 室田 伊藤(飯) 伊藤(た) 今西 井上(善)
筒井 小泉 天野 寺井 東條(允) 田川 福重

池田記

第469回例会

平成13年12月9日(日)

行先 永楽ダム 11km 担当B班・・池田・中谷(昭)

参加人員 36名 天気・気温 晴 14℃

コース 岸和田駅＝棚田貝塚駅＝水間駅－水間観音－馬場－柵谷－熊取環
境センター－永楽ダム－永楽ダム広場(昼食)－上高田－下高田
山道入り－馬場－水間寺－水間駅(解散)

行程記録

8:27 岸和田駅発	12:00 永楽ダム広場着(昼食)
8:56 棚田貝塚発	12:45 永楽ダム広場発
9:25 水間駅着	14:30 水間観音 着
10:10 水間観音	14:50 水間駅(解散)

記事

薄曇り無風状態の天候に恵まれ総勢36名水間駅を出発、水間寺に参詣の後、馬場地区を抜けて柵谷地区に入り、途中坂道にあえぎつつも熊取環境センターで休憩、もみじの残る舗装道路を歩いて永楽ダム広場に到着。約40分の昼食休憩を取った後、水面に映える櫓もみちに見送られて帰路に着く。高田地区を経て山道に入りけわしい道に入るも無事、馬場地区に入り再び水間寺で休憩の後、水間駅に到着後解散。24期の片山氏初参加の紹介があった。

参加者

金田(定) 宮内(藤) 浦 磯島 玉田 平松 西座 山中(伊) 奥村 降旗(忠)
松橋 池田 栗本 樋口 松岡 鍵 末永 善野 中谷(昭) 室田
伊藤(飯) 伊藤(た) 井上(善) 筒井 小泉 東條(美) 田中(溪) 天野
岡田 寺井 古澤 松本 田川 渡邊 児玉 片山

「濱崎リーダー体調不良のため池田リーダー代行」

中谷記

第470回例会

平成13年12月16日(日)

行先 いよやかの郷(総会) 7km 担当・・実行委員

参加人員 71名 天気・気温 晴 10℃

コース 福祉センター=送迎バス=堂脇=牛滝不動=

=福祉センター

行程記録

9:00 福祉センター	11:40 総会に続き宴会開始
9:35 堂脇	14:00 順次送迎バスで帰路へ
11:20 牛滝温泉(いよやかの郷)着	14:30 "
11:10 直行組着	15:30 "

記事

去年と違い天候に恵まれ今年の締めくくりにふさわしく快適な納会となった。少し遅れ総会が始まり、降旗代表世話人の年次報告に続き池田次期代表にバトンタッチ新リーダー・新会計の紹介と新旧代表の挨拶に続き塩谷幸兵衛氏の乾杯の音頭で宴会の幕開け、例年に劣らず盛り上がった。

※新しい役員・代表世話人・17期池田裕俣、会計・21期(本)田中溪子、21期(副)小泉笑子、23期寺井ツヨコ、新リーダー・24期橋口敏昭、24期福重英世、24期児玉勝美、24期渡邊実の各氏

参加者

宮内(藤) 石橋 浦 勝沼 小西 田中(カ) 薮(チ) 西上 林(昭) 宮内(史)
塩谷(幸) 千道 早崎 永坂 橋爪(龍) 橋爪(京) 磯島 加納 玉田 原 平松
三木 室井 今井 上浦(義) 西座 奥村 上浦(総) 薦田 槌谷 降旗(忠)
松橋 池田 宇野 降旗(久) 栗本 西澤 樋口 前田 松岡 鍵 佐賀
末永 杉本 善野 中谷(昭) 室田 伊藤(飯) 伊藤(た) 井上(善) 今西
筒井 麻生川 東條(美) 森坂 田中(溪) 天野 岡田 金田(敏) 高橋 清水
東條(允) 前田 松本 田川 橋口 福重 古田 渡邊 児玉 片山

(鍵記)

第471回例会

平成14年1月13日(日)

行先 大鳥大社・大仙公園 7km 担当・・森坂・鍵

参加人員 60名 天気・気温 晴 14℃

コース岸和田駅=東羽衣= JR鳳=大鳥大社=履中陵=大仙公園(日本庭園)

JR東岸和田

行程記録

8:41 岸和田駅	10:25 鳳大社発
9:25 JR鳳駅着	10:55 履中陵
9:45 JR鳳駅発	11:30 大仙公園(日本庭園)
10:05 鳳大社着	日本庭園で自由行動(解散)

記事

新春1回目の例会まず鳳駅で池田新代表の挨拶、正月三ケ日に比べ異常とも言える3月上旬を思わせる気温晴天に恵まれて、60名の参加を得た。

大鳥大社参拝の後JR阪和線沿いを付かず離れず津久野~上野芝駅から履中陵で小休後御陵に沿って大仙公園へ日本庭園への無料入園手続きを取って入園後自由行動(解散)22期藤田敏江氏初参加の紹介があった

参加者

金田(定) 宮内(藤) 石橋 浦 勝沼 小西 田中 林(昭) 早崎 永坂
蓮井 林(起) 橋爪(龍) 橋爪(京) 加納 玉田 原 平松 今井 上浦(義)
西座 山中 奥村 上浦(総) 薦田 槌谷 降旗(忠) 松橋 池田 栗本
太田 前田(正) 鍵 末永 杉本 善野 中谷(昭) 濱崎 室田 伊藤(飯)
伊藤(た) 井上(善) 今西 小泉 東條(美) 森坂 田中(溪) 天野 岡田
金田(敏) 藤田 寺井 東條(允) 古澤 松本 橋口 福重 古田 渡邊
児玉

鍵記

第472回例会

平成14年2月10日(日)

行先 岸和田港周辺 6km 担当・・・降旗・井上

参加人員 48名 天気・気温曇りのち雨 7℃

コース岸和田駅＝カンカン場－ベ－サイド

行程記録

9:40	岸和田駅	
9:55	カンカン場着	
10:05	波切神社前で解散	

記事

当日の天気予報では曇り、午後ところによって一時小雨、降水確率20%との事だったが、丁度9時過ぎから小雨模様。48名の参加者がある事もあり、役員で相談の結果、少し様子を見ながらカンカン場まで歩く、雨が止みそうになく、止む得ず波切神社前にて解散。24期角井昭雄・休井嘉代子・寺川チサト・3氏の初参加の紹介あった

◎後期に再度実施の検討中。

参加者

金田(定) 宮内(藤) 石橋 浦 小西 薮(チ) 蓮井 早崎 永坂 玉田
原 平松 今井 上浦(義) 西座 山中 奥村 上浦(総) 降旗(忠) 松橋
栗本 太田 松岡 鍵 佐賀 末永 杉本 善野 濱崎 伊藤(飯) 伊藤(た)
井上(善) 筒井 麻生川 東條(美) 田中(漢) 天野 岡田 金田(総) 藤田
寺井 橋口 福重 渡邊 児玉 角井 休井 寺川

井上(善)記

第473回例会

平成14年2月24日(日)

行先 大阪城～NHK 6km 担当・・・池田・東條(允)

参加人員 52名 天気・気温 晴 13℃

コース岸和田駅＝JR新今宮＝大阪城公園－長屋門－梅林－櫻門－極楽橋－

追手門学院前－上町筋－追手門前－NHK－森ノ宮(解散)

行程記録

8:51	岸和田駅	11:10	梅林発
9:18	JR新今宮	12:00	NHK
10:10	大阪城公園	12:45	森ノ宮駅(解散)
10:20	梅林着	:	

記事

温暖化のせいか今日も暖かく梅見にはおあつらいの日とあってか、梅林は大勢の梅見客で賑わっていた。千本余りの梅は既に最盛期を過ぎた感じであった。梅林を11時出発予定にしていたが、折からハーフマラソンのコース沿いにぶかったため10分余り出発を見合わせ。城内をジグザグ模様に歩いて城外に出る。NHKに到着後、歴史博物館での難波宮跡見学者があり第一次解散場とし、残りの者はNHKを見学し森ノ宮駅にて解散した。

参加者

金田(定) 宮内(藤) 角谷 浦 小西 林(昭) 蓮井 早崎 林(起) 橋爪(京)
橋爪(龍) 加納 原 平松 今井 上浦(義) 西座 福田 山中 奥村 薦田
上浦(総) 槌谷 降旗(忠) 松橋 池田 前田(正) 鍵 末永 善野 中谷
濱崎 伊藤(飯) 伊藤(た) 今井 筒井 麻生川 東條(美) 森坂 田中(漢)
天野 岡田 北浦 前川 寺井 東條(允) 古澤 松本 田川 古田 渡邊
角井 池田記

第474回例会

平成14年3月10日(日)

行先 堺市内(旧市内北から南へ) 11km 担当B班・・山中・天野

参加人員 60名

天気・気温 晴のち曇 18℃

コース 岸和田駅＝七道＝旧鉄砲鍛冶屋敷＝山口家住宅＝覚応寺＝西本願寺

堺別院＝妙国寺＝宝珠院＝刃物会館＝菅原神社＝ザビエル公園＝大浜公園

「蘇鉄山」＝旧灯台＝開口神社＝昌子生家跡＝千利休屋敷跡＝宿院頓宮＝

南宗寺＝鶴湊駅(解散)

行程記録

8:51 岸和田駅発	13:40 蘇鉄山登頂
9:30 七道駅発	14:40 開口神社着
10:40 堺別院着	15:20 南宗寺拝観
11:35 刃物会館着	16:24 鶴湊駅(解散)
12:20 大浜公園着(昼食)	

記事

堺観光ボランティア協会よりガイドさん2名をお願いし各所の説明により充実した史跡散策となったが、小憩タイムが殆んど無く会員各位はずいぶんとお疲れの様子。(リーダーの反省点)しかし近隣都市堺がおぼろげながら理解出来たと3年越しのプラン実施に「ホット」した思いだ。

・みどころ・西本願寺堺別院・一等三角点のある日本一低い山「蘇鉄山」その他

参加者

金田(定) 宮内(藤) 石橋 浦 勝沼 小西 薮(チ) 蓮井 千道 永坂 橋爪(龍)
橋爪(京) 磯島 加納 原(澄) 今井 上浦(義) 槌谷 西座 山中(伊) 降旗(忠)
奥村 上浦(龍) 池田 太田 栗本 前田(正) 松岡 鍵 佐賀 末永 杉本
善野 中谷 濱崎 伊藤(飯) 伊藤(丸) 今西 筒井 田中(漢) 天野 岡田
金田(龍) 北浦 清水 藤田 寺井 古澤 前田(和) 松本 田川 福重 古田
児玉 渡邊 寺川 角井(体験) 稲垣 泉谷 後藤

山中記

第475回例会

平成14年3月24日(日)

行先 四條畷神社・飯盛山・野崎観音 10km 担当D班・・中谷・渡邊

参加人員 25名

天気・気温 晴のち雨 16℃

コース 岸和田駅＝JR新今宮＝JR京橋＝四條畷駅＝四條畷神社＝飯盛山＝

野崎観音＝野崎駅(解散)

行程記録

8:31 岸和田駅発	11:50 飯盛山山頂発
9:15 JR新今宮発	13:50 野崎観音着
9:49 JR京橋駅発	14:30 野崎観音発
10:15 四條畷駅発	14:45 野崎駅(解散)
11:00 四條畷神社発	

記事

観測史上、最速の桜の開花となり八分咲きの桜が見事であった。四條畷神社で登山の無事を祈り出発、急坂にあえきせながらも三度の休憩をまじえて45分間で飯盛山頂に到着、会員諸兄姉のがんばりを謝しつつ昼食休憩。山頂の桜は蕾が堅かったが、見はるかす景観は誠にすばらしかった。下山道は長い階段や急坂に悩まされながらも、下見の結果、逆のコースを選んだことにホットする。砂防工事中の野崎観音に着くころから雨となり、しばらく出発を見合わせたが本降りとなり野崎駅に着くころにはずぶぬれの状態となり解散する。

参加者

平松 今井 山中(伊) 松橋 池田 宇野 善野 中谷 室田 伊藤(飯)
筒井 東条(美) 天野 金田(龍) 北浦 藤田 寺井 東条(允) 片山 古田
児玉 渡邊 角井 (体験) 後藤 泉谷

中谷記

第476回例会

平成14年4月7日(日)

行先 毛馬・櫻の宮公園 8km 担当E班・・・鍵・磯伊藤(阪) 渡邊

参加人員 22名 天気・気温 曇り 17℃

コース 岸和田駅＝地下鉄天下茶屋＝臨柴島駅－毛馬閘門－毛馬公園－桜の宮公園－地下鉄淀屋橋(解散)

行程記録

8:51 岸和田駅発	11:15 毛馬公園 発
9:24 地下鉄天下茶屋	11:50 桜ノ宮公園着(昼食)
9:50 臨柴島駅発	13:40 " 発
10:50 毛馬閘門発	14:00 地下鉄淀屋橋(解散)

記事

朝天気予報では午前中には晴れるとの報に実施に踏み切った。例年より十日余りも早い櫻の開花に予定が狂い代替地として鶴見緑地も考えたが2日前に見た限り何とかなるように思い葉桜かも知れませんが了解していただき毛馬・桜ノ宮コースにした。毛馬閘門の仕組みを宮内さんに聞き小休憩。毛馬公園・桜ノ宮公園とも染井吉野はほとんど葉桜に近かったが八重・しだれ櫻は見ごろ、特に造幣局の櫻は満開だった。8キロの道をゆっくりテンポで淀屋橋まで歩き、地下鉄淀屋橋駅にて解散。

参加者

金田(定) 宮内(藤) 浦 原 平松 西座 山中 薦田 降旗(忠) 池田
栗本 松岡 鍵 中谷 伊藤(阪) 筒井 麻生川 小泉 東条(美) 天野
三木田(彬加) 渡邊

鍵記

第477回例会

平成14年4月28日(日)

行先 大和左紀・左保路 12km 担当F班・・・伊藤(阪) 橋口

参加人員 47名 天気・気温 晴 23℃

コース 岸和田駅＝磯難波＝西大寺駅－西大寺－秋篠寺－神功皇后陵－左紀神社－平城宮－不退寺－磯新大宮駅(解散)

行程記録

8:51 岸和田駅発	11:40 左紀神社着(10分休)
9:42 磯難波発	12:30 朱雀門(45分昼食)
10:10 西大寺着	13:40 不退寺着(15分休)
10:50 秋篠寺着(15分休)	14:30 新大宮駅(解散)

記事

心配された雨も早くあがり、好天に恵まれて大和路散策にはとても良い一日でした。日曜日でいろんなイベントとかち合っって人出が多かったが、楽しく歩くことが出来て無事予定通り無事故で歩くことが出来ました。

参加者

金田(定) 宮内(藤) 浦 千道 玉田 原 今井 西座 山中 奥村 池田
降旗(忠) 太田 栗本 鍵 末永 杉本 善野 中谷 伊藤(阪) 筒井
小泉 辻ノ 天野 岡田 金田(彬) 国方 北浦 前川(加) 藤田 寺井
東條(允) 古澤 松本 田川 南木 坂口 橋口 渡邊 寺川 後藤
泉谷 角井 片山 羽田 西村(眞) 西村(晴)

伊藤(阪)記

第478回例会 平成14年5月12日(日)

行先 一泊志んぐ荘 6km 担当・・・実行委員

参加人員 61名 天気・気温 晴 27℃

コース 1日 岸和田駅＝JR新今宮＝JR大阪＝姫路＝東鳴崎駅＝鳴崎橋(難)＝
一屏風岩＝揖保川河川敷(昼)＝志んぐ荘(泊)

2日 志んぐ荘発＝姫路新宮駅＝姫路駅(昼)＝大阪駅(解散)

行程記録

(1日) 9:22 岸和田駅発	14:15 揖保川河川敷 発
10:45 JR大阪駅発	14:50 志んぐ荘(泊)
12:05 姫路姫路駅発	(2日) 9:30 志んぐ荘 発
12:34 東鳴崎駅着	10:17 姫路新宮駅 発
12:55 鳴崎橋(難)	12:47 姫路駅(昼)発
13:20 揖保川河川敷(昼)	13:44 大阪駅着(解散)

記事 今回の一泊例会は新緑の播磨路“志んぐ荘”、最終集合場所の大阪駅を予定通りに出発、東鳴崎駅へはお昼過ぎに到着、一路鳴崎橋畔(難)参拝後、鳴崎屏風岩の一眺できる対岸の河川敷で遅めの昼食、休憩後ゆっくりと宿舎の志んぐ荘へ。直行組も到着し入浴後六時から宴会、日頃の例会とは一味違った親睦が適ったかも？翌朝は志んぐ荘背後の東山公園を各自散策。九時半「そうめんのCMにある」つり橋を渡って姫路新宮駅から帰路に着く。姫路駅で昼食休憩の後、12時47分発の新快速で大阪駅へ。雑踏を避け流れ解散の形を取った。

参加者

金田(定) 宮内(藤) 石橋 浦 勝沼 小西 田中 西上 林(昭) 宮内(史)
塩谷 千道 林(起) 永阪 広瀬 玉田 原 木村 室井 三木 今井
上浦(義) 西座 福田 山中 奥村 上浦(総) 薦田 降旗(忠) 松橋 池田
太田 栗本 樋口 前田(正) 松岡 鍵 佐賀 中谷 濱崎 今西 麻生川
小泉 東條(美) 田中(漢) 辻ノ 天野 北浦 岡田 前川 藤田 寺井
東條(允) 松本 南木 古田 渡邊 角井 児玉 片山 西村(尊)

鍵記

第479回例会 平成14年5月26日(日)

行先 南山の辺の道 13km 担当A班・・・山中・天野

参加人員 38名 天気・気温 晴のち曇り 24℃

コース 岸和田駅＝JR新今宮＝JR大和路線(王寺・高田)経由＝三輪駅＝三輪明神＝松原神社＝景行天皇陵＝崇神天皇陵＝トレイル青垣(長岳寺山門)＝夜都伎神社＝石上神宮＝蹴天理駅(解散)

長岳寺

行程記録

7:51 岸和田駅発	12:05 景行天皇陵(昼食)
8:43 JR新今宮発	13:50 トレイル青垣(長寺岳山門)
9:25 高田発	14:30 夜都伎神社発
10:10 三輪明神発	15:15 石上神宮発
10:55 松原神社発	15:55 蹴天理駅(解散)

記事

比較的早い出発だったが38名の参加。

JRローカル線の利用も、また面白い。松原神社の鳥居越しに見る二上山は相変わらず美しい。御陵(景行陵)付近で昼食后長岳寺山門(トレイル青垣)まで急ぐ。施設見学后石上神社に参拝。天理教本部前を通り天理駅へ。(解散)

参加者

宮内(藤) 浦 千道 玉田 原 平松 山中 薦田 降旗(忠) 池田
栗本 松岡 鍵 善野 中谷 濱崎 筒井 小泉 東條(美) 田中(漢)
辻ノ 天野 岡田 金田(総) 前川 森岡 藤田 寺井 東條(允) 松本
南木 渡邊 児玉 片山 西村(尊) 西村(時) 羽田 福岡(柳)

山中記

第480回例会

平成14年6月9日(日)

行先 私市ハイキングコース 10km 担当B班・・・降旗 東條(允)

参加人員 29名 天気・気温 快晴 31℃

コース 岸和田駅＝地下鉄難波＝蹴庭屋橋＝枚方＝私市駅－ほしだ園地－星の
ブランコ－やまびこ広場－星田妙見宮－蹴私市駅(解散)

行程記録

8:31 岸和田駅発	11:50 星のブランコ 着
9:33 蹴庭屋橋発	12:00 やまびこ広場(昼食)
10:15 私市駅着	13:00 " 発
10:25 私市駅発	13:30 星田妙見宮発
11:15 ピトン小屋着	14:05 蹴私市駅(解散)
11:30 ピトン小屋発	

記事

連日30℃を越え6月初めとは思えぬ暑さ。岸和田駅の集合が少なく心配したが、最終的には29名の参加があった。いわふね峡の河原では親子連れの水遊びやバーベキューで賑わっていた。ピトン小屋までの道は殆んど地道でハイキングに最適な道です。星のブランコのつり橋は頑丈で、殆んど揺れもなく見晴しは最高でした。磐船神社参拝は坂道が厳しく今回は省略した。星田妙見宮は表参道より参拝した。私市駅までは住宅街の道で、暑くて皆さん疲れていたが、よく頑張って歩かれ、私市駅で解散する。

参加者

宮内(藤) 蓮井 早崎 玉田 平松 降旗(忠) 池田 栗本 松岡 鍵
善野 中谷 室田 筒井 小泉 森坂 田中(溪) 辻ノ 天野 岡田
金田(敏) 寺井 東條(允) 後藤 渡邊 角井 片山 福重 西村(時)

降旗記

第481回例会

平成14年6月23日(日)

行先 甲山・神呪寺 11km 担当C班・・・池田・東條(允)

参加人員 34名 天気・気温 晴時々曇り 24℃

コース 岸和田駅＝地下鉄難波＝隠梅田＝仁川駅－地すべり会館－県民の森－
甲山森林公園－神呪寺－甲山－北山貯水池－北山緑化植物園－
銀水橋－苦楽園口駅(解散)

行程記録

7:31 岸和田駅発	13:20 神呪寺
9:50 隠梅田駅発	13:50 甲山着
10:25 仁川駅発	15:15 北山貯水池発
11:45 県民の森(昼食)	16:05 苦楽園口駅(解散)
12:45 県民の森発	

記事

今回は少しでも楽なコースと予定より少しコースを変えた。地すべり会館からけものみちを抜け、県民の森へのコースをとる。これで甲山森林公園までかなり距離を短縮した。神呪寺での休憩、涼風が心地よかった。甲山へは15分足らずで登頂、下がって北山ダムより北山緑化植物園からは車道をさけ、園内を抜け銀水橋へ、風川沿いの河川敷を歩き苦楽園口駅で解散した。

参加者

宮内(藤) 浦 千道 早崎 玉田 原 平松 降旗(忠) 池田 鍵
善野 中谷 濱崎 室田 井上 筒井 東條(美) 田中(溪) 天野 岡田
北浦 前川 藤田 寺井 東條(允) 田川 福重 角井 渡邊 児玉
片山 西村(輝) 西村(時) 羽田 池田記

第482回例会

平成14年7月14日(日)

行先 海岸寺山 7km 担当D班・・・森坂・橋口・鍵

参加人員 27名 天気・気温 うす曇り 33℃

コース 岸和田駅＝櫛貝塚駅＝堂の池バス停＝海岸寺跡(老人ホーム)＝

＝尾根道＝森梅林＝旧貝塚山荘下＝阿間ヶ滝＝意賀美神社

＝宮の台バス停(解散)

行程記録

9:05 岸和田駅発	10:50 旧貝塚山荘下
9:35 櫛貝塚駅発	11:35 意賀美神社着
9:44 堂の池バス停	12:03 宮の台バス停(解散)
9:55 海岸寺跡(老人ホーム)着	

記事

一学期最後の例会。梅雨時期と台風挟まった天候に危うしたが、薄曇りぐらいでこの時期実施出来たのはラッキーと云うより外ない。今回は半日コースでもあり、バスの都合上コースを変え貝塚駅よりバスで堂の池バス停まで、その後は前回と同じく海岸寺跡(老人ホーム)から尾根道を森梅林＝旧貝塚山荘下から阿間ヶ滝へと、高温・多湿の時期であり途中25分～30分間隔で休憩を取りながら意賀美神社までゆっくりペースの例会でした。

参加者

宮内(藤) 浦 玉田 原 平松 降旗(忠) 宇野 鍵 善野 濱崎
伊藤(飯) 小泉 森坂 田中(溪) 天野 岡田 寺井 田川 片山
渡邊 角井 児玉 橋口 福重 西村(寛) 西村(晴) 羽田

鍵記

第483回例会

平成14年9月8日(日)

行先 神於山 7km 担当E班・・・中谷・福重

参加人員 33名 天気・気温 曇後雨後半晴 29℃

コース バス停岸和田＝北坂口＝北坂八幡神社＝1号園地不通の為＝3号園地

より＝神於山広場＝テレビ塔横＝神於山頂＝バス停宮の台(解散)

行程記録

8:22 バス停岸和田発	10:30 神於山広場発
9:10 北坂口着	11:00 バス停宮の台着
9:25 北坂八幡神社参拝	11:25 宮の台バス乗車(解散)
10:00 神於山広場着	

記事

朝方薄日のさしていた空模様が八幡神社参拝の前からはげしい降雨となり半数の人が軒下で雨宿り、傘のもつた人のみ神社参拝。その後1号園地の登山口が不通との地元の人の意見を入れて、教えてもらった3号園地の方の登山道へ迂回(170号線側)して神於山をめざす、雨も小降りとなり宮の台についた時は晴れていた。25期小山昇氏の初参加があった。

参加者

宮内(藤) 早崎 原 平松 山中 奥村 降旗(忠) 栗本 松岡 善野
濱崎 中谷 室田 伊藤(飯) 井上 筒井 辻ノ 田中(溪) 天野 北浦
岡田 前川 寺井 古沢 田川 片山 福重 角井 渡邊 西村(寛)
羽田 福岡 小山 中谷記

第484回例会

平成14年9月22日(日)

行先 服部緑地 8km 担当F班・・・濱崎・渡邊・伊藤

参加人員 35名 天気・気温 曇り 26℃

コース 岸和田駅＝地下鉄難波＝服部緑地公園駅－服部緑地公園一周－服部天神－阪急服部駅(解散)

行程記録

8:31 岸和田駅発	12:00 円形花壇発
9:10 地下鉄難波発	13:00 服部天神着
9:45 服部緑地公園一周	13:05 阪急服部駅(解散)
10:50 円形花壇着(昼食)	
記事	

残暑の厳しい夏も終わり、朝晩涼しく歩こう会に最適の時期になり、緑地公園駅に降りると森林浴の風がやさしく体に伝わる。東中央公園で点呼をとり、総勢35名参加があった。池の横の坂道をユースホステルまで登り小休止、日本民家集落前で地図を見ながらトイレ休憩後円形花壇を目指す。後発のリーダーとの待ち合わせの為約20分間自由に周囲を散策後昼食をとる。全員合流し正午過ぎ出発陸上競技場、テニスコート、梅林、日本庭園と旬になれば見所たくさんの公園内をぬけ、天竺川を南下し、服部天神へ、参拝休憩後阪急服部駅で解散。

参加者

宮内(藤) 田中(カ) 千道 早崎 玉田 原 平松 降旗(忠) 栗本 鍵
松岡 善野 濱崎 室田 伊藤(飯) 井上 森坂 辻ノ 天野 北浦
前川 東条(允) 古沢 田川 三木田 片山 児玉 福重 角井 泉谷
渡邊 後藤 西村(時) 羽田 福岡

渡邊記

健歩証

(会員資格は平成14年9月末現在)

平成13年3月11日(474回)の時点における保持者

踏破距離	氏名	姓	初参加例会(回)	達成例会(回)
3,500	金田定之	06	89	469
2,900	宮内藤兵衛	08	128	459
2,400	小西ミノル	10	162	456
"	浦千寿子	10	187	474
2,100	田中カホル	10	185	459
1,700	原 澄子	14	250	467
1,500	山本光男	01	1	242
"	平松美幸	14	249	462
1,400	塩谷幸兵衛	12	204	392
"	宮内史郎	11	185	419
"	降旗忠良	16	292	469
1,300	早崎照子	12	208	451
1,100	石橋トシエ	10	174	438
"	奥村 操	16	300	460
"	山中 伊平	15	299	467
1,000	鍵 勉	19	357	467
"	池田裕俣	17	318	469
"	上浦義治	15	271	471
"	西座幸枝	15	268	474
900	今井種子	15	268	457
800	角谷芳雄	09	214	390
"	磯島宏蔵	14	247	453
"	林 昭	11	204	473
"	伊藤阪夫	20	379	466
700	西上 哲	11	189	458
"	玉田 久代	14	352	464
"	千道みつ江	12	225	474
"	中谷昭雄	19	357	474
"	永阪トクエ	13	246	474
"	善野 修	19	359	465

例 会 心 得

踏 破 距 離	氏 名	難	初参加例会(回)	達成例会(回)
700	佐賀政次郎	19	357	466
600	勝沼とし子	10	174	437
"	林 起美代	12	204	448
"	橋爪京子	13	255	471
"	濱崎一夫	19	377	472
"	筒井美代子	20	385	473
"	橋爪龍夫	13	255	474
"	伊藤たね子	20	382	474
500	中西信雄	6	90	302
"	福田俊子	15	278	425
"	森坂匡扶	21	400	461
"	末永守夫	19	377	470
"	室田清作	19	357	471
300	木村まさゑ	14	250	327
"	廣瀬八千代	13	246	345
"	岩田はるゑ	12	246	347
"	水野ヒデ	13	246	380
"	加納千代子	14	323	392
"	薦田 悟	16	326	408
"	蓮井恵美子	12	281	410
"	上浦総子	16	291	414
"	薮 チエ子	10	163	415
"	前田正男	18	338	429
"	太田重雄	18	357	449
"	井上善雄	20	418	453
"	栗本由美子	18	382	457
"	天野昌明	22	421	457
"	松橋和子	16	313	465
"	東條美千子	21	400	465

89人に対し1200km～300km発行済み

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：手袋、手拭、雨カップ、水筒、非常食（キャラメル等）、簡単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、自由に行動でき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明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及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, 内臓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。

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	〃	降旗忠良	〃 吉井町4-1-3-214	☎44-3103	
17	〃	池田裕脩	阪南市 舞 1-26-3	☎71-1299	12月まで代表世話人
19	事務部長	鍵 勉	岸和田市南町12-1キャストロポール3-	☎32-5170	
19	代表世話人	中谷昭雄	〃 上松町3067	☎39-1559	平成15年1月より
19	リーダー部長	濱崎一夫	〃 上松町610-178	☎27-7091	平成15年1月より
20	リーダー	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	事務部副長	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	
24	〃	橋口敏昭	岸和田市加守町4-10-7	☎45-1680	
24	〃	福重英世	泉佐野市葵町1-7-37	☎64-2674	
24	〃	児玉勝美	岸和田市春木旭町36-34	☎44-3717	
24	〃	渡辺 實	〃 下松町1156-37	☎28-7625	
23	リーダー	東條允英	阪南市箱の浦2492-140	☎76-2263	平成14年12月まで
21	会計	田中溪子	泉佐野市高松北1-8-31	☎62-6610	平成14年12月まで
21	〃	小泉笑子	阪南市箱作2874-179	☎76-0861	
23	〃	寺井ツヨコ	岸和田市大町52-18-81	☎44-5688	
19	フリーリーダー	善野 修	岸和田市土生町1449	☎27-0685	

あ と が き

歩こう会会員の皆様「自然の中へ」第23号が完成しました。

本号記載の期間に巷ではつづく不況とテロ事件の報復等ずさんだニュースが多い中、愛子様のお誕生とアザラシの「玉ちゃん」のニュースで“ほっと”させて呉れるものがありました。

本号記載の例会は1回流れと1回の途中とりやめ、春は桜の開花が早く葉桜に近い花見となる等の番狂わせがありました。が、会員の皆様のご理解とご協力で20回の例会を無事故で達成出来ました。

さて来期は岸和田健老大学創設と同時に出来たクラブ「健老大学歩こう会」も25周年を迎えます、記念行事に何かよいアイディアがありましたらご意見をお寄せ下さい。

本誌作成には何時もながら学校事務局のご協力を頂いております。又編集には相談役はじめ諸兄のご指導を頂きました事を紙面をお借りしましてお礼申し上げます。

平成14年11月

歩こう会事務部部長

鍵 勉

平成14年度歩こう会決算報告書

平成13年10月-平成14年9月

収 入		支 出	
前期繰越金	643.875	後期新入生登録料 (10名)	10.000
後期会費(102名)	102.000	前期登録料(121名)	121.000
、 新入者(10名)	20.000	下見交通費	132.641
前期会費(121名)	242.000	コピー印刷代 (自然の中へ会)	51.989
利 息	181	額 笛 代	3.318
寄 付 金(1名)	50.000	納会不足分(13名)	38.005
一泊例会残金	73.878	健常大学歩こう会 代	3.118
		次期繰越金	773.863
合 計	1,131.934	合 計	1,131.934

上記の通りご報告致します

平成14年10月

平成14年(2002年)11月

自然の中へ第23集

岸和田健老大学歩こう会

代表世話人 池田裕倅

編集 歩こう会事務部