

自然の中へ

第28集

岸和田健老大学
歩こう会

「自然の中へ」 第28集

題字：山田 光月 先生

目 次

《序文》……………	報 鶴田隆志……………	3 頁
例会記録（565回～585回）……………		4 頁
健歩証……………		26 頁
例会心得……………		28 頁
あとがき……………		29 頁

「歩こう会」温故知新

学長 鶴田隆志

岸和田健老大学事務局のキャビネットを整理していたときの事です。
「歩こう会」の歴史を発掘しました。これまでに刊行された「自然の中へ」を
10数冊見つけ、その中に第1集があったのです。

第1集は現在と同じB5判サイズ、46頁。昭和54（1979）年5月
31日の発行です。表紙をめくって驚いたのは、すでに姿を消したガリ版印
刷だったことです。ガリ版といっても、プロがガリ版を切っており書体は細
く美しい水差しが連なっています。毎月の例会記録にはカラー写真2枚がセロ
テープで張りつけられていましたが、セロテープはすでに劣化して写真は剥
落しかけていました。平凡な表現ですが、過ぎ去った時間が五感に訴えかけ
てくるような迫力を感じたものです。

編集者によるまえがきによると、「歩こう会」は健老初のクラブとして発
足、記念すべき第1回例会は53年8月4日、目的地は泉光寺。「大学は2
年目を迎えようとしており、この機会に現在まで歩いたコースを整理してお
く事が、次に続く方々の参考にもなり、また、今まで共に歩いた方々の想い
出にもなればと思い、まとめた（原文のまま）」と書かれています。

また15回の例会についてそれぞれコースの地図付きで説明しているだけ
でなく、参加者の有志が「歩こう会に参加して」の感想を寄せています。
「歩くことが生きがい」「多くの良き友を得る」「飽きない楽しさ」「歩き
続けたい」などのタイトルのもと、皆さんの熱い思いがにじむ「歩こう会」
賛歌が並んでいます。

翻って第28集。往時に比べ参加者は2倍以上に増えていますし、第1集
のいう「次に続く方々」はさらに広がっていくでしょう。ご同慶のいたりで
す。同時に「共に歩いた方」の「思い出」のよすがになることを念願してい
ます。

〈例 会 記 録〉

(第565回～585回)

第565回 高野町石道	5頁
第566回 高井田から安堂	6頁
第567回 保津峡・清滝・嵐山	7頁
第568回 布引の滝～大竜寺	8頁
第569回 大和郡山街巡り	9頁
第570回 納会(総会)サンヒル阪南	10頁
第571回 水間街道	11頁
第572回 泉大津市内巡回	12頁
第573回 七道～大浜巡り	13頁
第574回 信長街道	14頁
第575回 荒山公園(こうぜんこうえん)	15頁
第576回 大川・堂島(櫻)	16頁
第577回 有岡城跡・昆陽池公園	17頁
第578回 (一泊)エクシブ琵琶湖	18頁
第579回 天野街道散策	19頁
第580回 矢田丘陵(あじさい)	20頁
第581回 寝屋川市郊外	21頁
第582回 服部緑地	22頁
第583回 浜寺公園	23頁
第584回 上町台地	24頁
第585回 六甲大橋～住吉川沿い	25頁

第565回例会

平成18年10月8日(日)

行先 高野町石道

距離 8km 担当・・・E班 福重・渡邊

参加人員 21名

天気・気温 晴れ 23℃

コース 岸和田駅＝瀬難なんば＝九度山駅－真田庵－慈尊院－六本杉(天野峠)－
古峠－瀬難上古沢駅

行程記録

08:38 岸和田駅発	12:00 展望台(昼食)
09:52 橋本駅着	12:30 展望台発
10:05 九度山駅着	13:50 六本杉発
10:40 真田庵発	14:30 古峠発
11:15 慈尊院発	15:50 上古沢駅着 (解散)

記事

岸和田山手方面は秋祭りだし少しきついコースと思われるので参加者が少ないのではと心配していたが、21名の参加があった。慈尊院の近くの180町石が出发点。11時15分に登り始める、少しきつい坂が続く、12時に展望台に着く紀ノ川、九度山、橋本方面を一望出来る所で昼食。12時30分に出発して約2時間登りが続き、古峠に着く、ここから約1時間以上の下りが続き、みんな下りに注意しながら下古沢に着き、駅を見上げると、山の中腹、最後のガンバリで上古沢駅へのぼる 初参加29期山原悦子氏

参加者

千道 平松 池田 善野 中谷 濱崎 筒井 天野 前川 田川 片山 福重
渡邊 大野 澤 榊原 北浦(豊) 本田 神谷 平田(勝) 山原

福重 記

第566回例会

平成18年10月22日(日)

行先 高井田から安堂 距離 9km 担当・・・A班 西村・平田
参加人員 30名 天気・気温 晴れ 25℃

コース 岸和田駅=磯なんば=瀬国分駅-高井寺-高井田横穴公園-平尾山-
古墳群-観音寺-安堂駅

行程記録

08:38 岸和田駅発	東山山道に入り平尾古墳群通過
09:35 磯難波駅発	12:05~12:30(昼食)
10:25 国分駅着	13:15 観音寺着
10:30 高井寺発(磯のみ)	13:35 観音寺発
10:40 高井田横穴公園着	13:50 安堂駅着 (解散)
11:15 〃歴史資料館発	

記事

歴史資料館を出発して通称東山の山道を登るのが、本例会の特徴。下見の所要時間をウン倍して行程表を作りましたが、参加された皆さんの健脚ぶりに脱帽。行程表よりも非常に早く登り終えました。地元ではトレッキングの初歩のコースとの事ですが、初老の青年の皆さんには一寸とした散歩程度だったかも。

□高井田横穴公園は国の史跡に指定されている横穴古墳群を整備したものです。

□古墳石室内から日本で2例目の火熨斗が出土しています。

□歴史資料館では、古墳、古代寺院の遺跡から発掘された資料、古文書、民族資料が展示され、隣接する高井田横穴公園とともに歴史を体感できます。

参加者

金田 小西 田中(カ) 平松 池田 太田 松岡 善野 室田 伊藤 筒井
岡田 前川 田川 片山 福重 角井 西村 小山 中野 榊原 神谷 北阪
永井 山本(-) 山本(タ) 武間 中村 平田(勝) 浦田

西村 記

第567回例会

平成18年11月12日(日)

行先 保津狭・清滝・嵐山 距離 9km 担当・・・B班 濱崎・福重
参加人員 36名 天気・気温 曇り 15℃

コース 岸和田駅=磯なんば=JR新今宮駅=大阪=京都=保津狭駅-愛宕念佛寺-
各寺-渡月橋-隠嵐山駅

行程記録

07:59 岸和田駅発	12:10 愛宕念佛寺着
08:35 JR新今宮駅発	12:40 愛宕念佛寺発
09:40 京都駅発	13:50 渡月橋
10:10 保津狭駅着	14:10 隠嵐山駅 (解散)

記事

前日(11日)の雨の後寒くなるとの予報と当日曇り一時雨の予報があり、参加者が少ないかと思ったが36名と多かった。担当の渡辺リーダーが体調不良のため福重リーダーの応援を受け出発。途中峠で昼食の予定が雨が降りだし愛宕念佛寺まで直行、入園料を払って(寺の行事があり)解体の本堂の裏での昼食となった念佛寺から渡月橋まで各寺の拝観見過ごして渡月橋へ、途中嵐山を散策したいと申し出があり希望者と別れ、予定より1時間早く隠嵐山駅へ。雨のため下見通りにいかず参加の皆さんに迷惑をお掛けしました。初参加29期杉本秀子氏・高木克彦氏・片岡義順氏

参加者

浦 小西 田中(カ) 池田 栗本 松岡 田中(梅) 藤川 濱崎 室田 伊藤 井上
筒井 寺本 岡田 北浦(舞) 田川 片山 福重 小山 大野 中野 榊原
本田 神谷 北阪 永井 山本(-) 山本(タ) 平田(勝) 萩野 前田(豊) 山原 杉本
高木 片岡

濱崎記

第568回例会

平成18年12月3日(日)

行先 布引の滝・大竜寺 距離 10km 担当・・・C班 天野・片山

参加人員 22名 天気・気温 晴れ 10℃

コース 岸和田駅＝地下鉄なんば＝隠梅田駅＝地下鉄三宮＝新神戸－布引の滝－猿のかけ橋－布引貯水池－市原キャンプ場－ビーナス・ブリッジ－四の宮神社－阪神元町駅

行程記録

行程記録

08:38 岸和田駅発	12:50 キャンプ場発
09:50 隠梅田駅発	14:00 大竜寺発
10:50 新神戸駅発	15:30 ビーナス・ブリッジ
11:20 布引の滝着	16:30 阪神元町駅 (解散)
12:10 市原キャンプ場着昼食	

記事

当初の予定日は11月26日であったが、雨天のため12月3日となった。

10Km、難易度〇〇〇、上がり坂あり、とのことで参加者は精鋭22名だった。

晴天、無風状態で、快適な歩行を楽しむ事ができた。ビーナス・ブリッジからの

眺望はすばらしく、参加者のみなさんは大満足であった。

参加者

小西 玉田 平松 太田 濱碕 井上 天野 前川 片山 福重 大野 澤
榊原 神谷 北阪 小脇 山本(タ) 杉野 平田(勝) 前田(豊) 山原 西田

天野記

第569回例会

平成18年12月10日(日)

行先 大和郡山街巡り 距離 12km 担当・・・D班 小山・神谷

参加人員 31名 天気・気温 曇り 14℃

コース 岸和田駅＝R新今宮駅＝JR郡山駅－外堀緑地－源九郎稲荷－郡山城跡－柳沢神社－天守台－大納言塚－金魚資料館－稗田環濠－売太神社－JR郡山駅

行程記録

08:40 岸和田駅発

10:10 JR郡山駅 全体点呼

全コース予定通り全員歩く

15:00 JR郡山駅着(解散)

記事

城跡を中心に市内はよく整備され、歩きやすい、歴史関係の遺跡が多くよい勉強になった。午後は地場産業出ある金魚養殖池の間を歩く、最後は貴重な遺跡、稗田環濠をみて稗田阿礼をまつる売太神社を訪れた。収穫の多い一日でした。

参加者

浦 小西 田中(カ) 千道 平松 今井 太田 栗本 松岡 濱碕 井上 寺本
岡田 前川 田川 片山 福重 西村 小山 大野 中野 北浦(豊) 神谷
北阪 永井 山本(-) 山本(タ) 前田(豊) 山原 西田 高木

神谷記

第570回例会

平成18年12月17日(日)

行先 納会 於サンヒル阪南

距離 4 km 担当・・・全世話人

参加人員 73名

天気・気温 晴れ 15℃

コース 南海箱作駅～サンヒル阪南

行程記録

歩行組	直行組
10:15 南海箱作駅発	11:30 南海箱作駅発バスにて
11:20 サンヒル阪南着	11:45 サンヒル阪南着

記事

参加者は、歩行組 44名、直行組 22名、マイカー組 7名合計 73名の大所帯。参加者の日ごろの精進のお陰で、天気予報とは裏腹に、非常によいお天気に恵まれました。歩行組は、緩やかな坂道を上がりながら、大汗をかく始末。サンヒル到着後、時間の余裕があり、入浴される方も多かったようです。例年通りまず総会を実施、新役員を発表したが、片山氏の都合で急きょ天野氏の続投となり、波乱含みの出船になりました。総会終了後は、金田氏の乾杯で納会が始まり、カラオケで最高潮、パワーの落ち込む時間がなく、歩こう会会員の皆さんのお元氣さに圧倒された一日でした。

参加者

金田 宮内(藤) 石橋 浦 小西 田中(カ) 西上 千道 早崎 水野 玉田 平松
原 三木 今井 上浦(義) 山中(伊) 上浦(鑑) 降旗(忠) 池田 降旗(久) 太田
栗本 松岡 田中(楠) 松阪 鍵 善野 中谷(昭) 濱崎 室田 伊藤 井上 筒井
東條 田中(溪) 天野 岡田 北浦(輝) 前川 吉田 田川 寺井 古澤 片山 福重
角井 西村 小山 大野 澤 中谷(ハ) 夏原 中野 榊原 本田 神谷 北阪
永井 小脇 山本(-) 山本(タ) 小山(君) 多賀井 武間 中村 平田(勝) 山中(悦)
前田(慶) 山原 西田 高木 片岡 西村記

第571回例会

平成19年1月14日(日)

行先 水間街道

距離 5 km 担当・・・D班 小山・神谷

参加人員 63名+1

天気・気温 晴れ時々曇り 11℃

コース 岸和田駅＝榊原貝塚＝清見駅から水間街道に沿って約2時間－2回の休憩取り水間観音へ

行程記録

09:00 岸和田駅発	柏淋寺・明円寺・安養寺・常照寺・森
09:15 榊原貝塚駅着	稲荷・称念寺・行奈邸のむくの木等見学
09:25 榊原貝塚駅発	の後－11:30 水間観音着(解散)
09:35 清見駅発	

記事

初詣とあって、63名の参加、新年のあいさつの後、清見駅で下車、貝塚の町中の細い道を、昔の町並みを楽しみながら、6ヶ寺を回り水間観音に着いたのがお昼前、ここで解散あとは各自でお参りをした。大部分の方が11時46分か、後の12時6分の水間線で帰られたようで清々しい半日でした。乗車前にコースガイドを配布した。天野代表の誘いで久しぶりに地元の森下さんが参加された初参加 28岡本国雄氏 28南 栄氏 29柿原慶子氏 29梶谷美代子氏 湊 孝子氏 29渡辺啓子氏

参加者

金田 浦 小西 田中(カ) 柿花 玉田 原 平松 今井 山中(伊) 降旗 池田
大垣 太田 松岡 藤川 松阪 鍵 善野 濱崎 室田 伊藤 井上 筒井 小泉
寺本 北浦(輝) 天野 森下 田川 福重 古田 角井 渡邊 小山(昇) 鈴木 大野
大久保 大野 澤 榊原 夏原 本田 神谷 北阪 永井 山本(-) 山本(タ) 小山(君)
平田(勝) 武間 山中(悦) 萩野 岡本 南 前田(慶) 山原 西田 高木 片岡 柿原
梶谷 渡辺 湊 小山記

第572回例会

平成19年1月28日(日)

行先 泉大津市内巡回 距離 6km 担当・・・E班 福重・平田(勝)

参加人員 47名 天気・気温 曇り 15℃

コース

岸和田駅＝泉大津駅－中板橋－大津河川敷公園－楯並橋－慈願寺－大津神社－
泉大津駅

行程記録

09:01 岸和田駅発	10:45 楯並橋
09:07 泉大津駅到着	10:55 慈願寺
09:25 泉大津駅発	11:05 大津神社
09:55 中板橋	11:20 泉大津駅 (解散)
10:30 大津河川敷公園	
記事	

一年中で一番寒い季節なのに、今年は暖かな日が続いている、今日も風もなく
気持ち良く歩けるいい天気。泉大津駅から河川敷公園までは狭い道と、歩道が
なく車が通ると危険な所があったが、河川敷は歩きやすかった。見るところは余
りなかったが、最後に大津神社で参拝して泉大津駅で解散した。

参加者

金田 浦 小西 田中(カ) 早崎 玉田 原 平松 今井 上浦(義) 降旗 池田
太田 栗本 松岡 藤川 鍵 善野 濱崎 室田 伊藤 井上 筒井 天野 岡田(哲)
北浦(賢) 吉田 田川 福重 古田 渡邊 角井 澤 中野 榊原 斉信 神谷
北阪 永井 多賀井 武間 山本(-) 中村 平田(勝) 浦田 前田(慶) 山原

福重記

第573回例会

平成19年2月11日(日)

行先 七道から大浜巡り 距離 6km 担当・・・A班 西村・平田(勝)

参加人員 54名 天気・気温 晴れ 15℃

コース

岸和田駅＝七道駅－本願寺堺別院－ザビエル公園－与謝野晶子生家跡－千利久
家敷跡－フェニックス通り－大浜公園－蘇轍山－神明神社－堺駅

行程記録

09:01 岸和田駅発	10:45 ザビエル公園発
09:40 七道駅発	11:15 大浜公園着
10:00 本願寺堺別院着	11:40 " 発
10:15 " 発	12:00 堺駅 (解散)
10:35 ザビエル公園着	

記事

最初の訪問地は木造建築の本願寺別院、1559年に来堺した、ザビエルを手
厚くもてなした豪商日比屋了慶の屋敷跡に作られたザビエル公園、与謝野晶子
生家跡、千利久家敷跡を経て大浜公園にある一等三角点のある日本一低い山
「蘇轍山」の登山認定書をいただいたことでした。本日のメインの一つ旧堺灯
台は改修工事中で見ることが出来ず、そしてまた堺HAMONOミュージアムも、
中百舌で開催される刃物展のため、人手が駆り出され、三日前に臨時休業が確
定。楽しみの少ない例会となりました。

参加者

金田 浦 小西 早崎 橋爪(京) 橋爪(龍) 玉田 原 今井 上浦(義) 西座 山中
降旗 池田 大垣 太田 栗本 田中(衛) 松岡 藤川 松阪 鍵 善野 伊藤
筒井 田中(漢) 寺本 天野 前川 吉田 田川 古澤 古田 渡邊 西村 小山
鈴木 大野 澤 中野 本田 神谷 北阪 小脇 山本(-) 山本(タ) 小山(君) 中村
平田(勝) 浦田 前田(慶) 岡本(国) 岡本(範) 片岡 西村記

第574回例会

平成19年2月25日(日)

行先 信長街道 距離 6km 担当・・・B班 池田・神谷

参加人員 52名 天気・気温 晴れ 5℃

コース

岸和田駅＝鳥取ノ荘－男里川－男神社－泉南中学前－南線樽井駅 or JR泉砂川

行程記録

09:01 岸和田駅発	10:50 男里神社発
09:30 鳥取ノ荘発	11:20 泉南中学前 発
10:20 男里神社着	11:35 JR泉砂川 11:50南線樽井駅(解散)

記事

当日は暖冬とは云うものの、冷たい朝だった。信長街道と云う新コースでもあってか52名と多数の参加者となった。信長街道は織田信長が雑賀攻めのために整備されたと言われ、現在の泉南市信達で熊野街道から分かれ馬場、男里、阪南市下出、黒田を通り取鳥で孝子越街道に合流する5、5Kmの街道である。一切は予め借りておいた駐車場で点呼を取り、出発男里川に出るまではほとんど人家に挟まれた狭い道を一列で一路～男神社を目指す、男神社で休憩の後、泉南中学前で泉砂川駅方面と南線樽井駅別れ流れ解散となった

参加者

金田 浦 小西 田中(カ) 橋爪(京) 橋爪(龍) 玉田 原 平松 降旗 池田 太田
栗本 松岡 藤川 松阪 鍵 善野 中谷(濱崎下見のみ) 伊藤 井上 筒井
田中(溪) 天野 岡田 北浦(輝) 吉田 田川 福重 古田 渡邊 西村 澤
中野 斉信 本田 神谷 北坂 小脇 山本(-) 山本(夕) 多賀井 武間 萩野
浦田 岡本(国) 岡本(龍) 前田(慶) 山原 高木 川崎

池田記

第575回例会

平成19年3月11日(日)

行先 荒山公園(こうせんこうえん) 距離 9km 担当・・・A班 天野・神谷

参加人員 41名 天気・気温 曇りのち晴れ 10℃

コース

岸和田駅＝JRH東羽衣＝津久野駅－家原寺－荒山公園(こうせんこうえん)－泉北高速 泉ヶ丘

駅

行程記録

09:01 岸和田駅発	12:00 荒山公園着
09:40 JR阪和線津久野駅発	13:00 " 発
10:20 家原寺発	11:40 泉北高速泉ヶ丘駅着(解散)

記事

前夜から風雨であったが、当日朝方は雨もあがり、実行した。道中やや寒かったが、途中からは陽がさし歩きやす買った。お目当ての「梅」は暖冬の影響で、盛りが去り残念でした。

参加者

浦 橋爪(京) 橋爪(龍) 玉田 西座 山中 降旗 池田 太田 栗本 松岡
松阪 善野 室田 伊藤 筒井 天野 岡田 北浦(輝) 田川 福重 古田
渡邊 西村 小山(君) 鈴木 大野 澤 中野 榊原 斉信 神谷 小脇 山本(-)
小山(君) 前田(慶) 山原 杉本 高木 湊 渡辺(啓)

天野記

第576回例会

平成19年4月10日(日)

行先 (櫻)大川・堂島川 距離 7km 担当・・・E班 福重・西村
参加人員 45名 天気・気温 晴れ 18℃

コース

岸和田駅＝JR新今宮＝桜ノ宮駅－毛馬桜ノ宮公園－中ノ島公園－福島天満宮
－JR福島駅

行程記録

09:01 岸和田駅発	11:55 中ノ島公園(昼食)
09:28 JR新今宮駅発	12:45 " 発
10:10 桜ノ宮駅着	13:45 JR福島駅着(解散)
10:30 毛馬桜ノ宮公園着	

記事

昨日よりの雨も上がり、暖かな天気、暖冬の影響か今年は、櫻の開花が早く造幣局の通り抜けが例年より10日程はやく始まり、日曜日とあって大変な人出、大川に沿って歩き、中ノ島公園のバラ園で昼食をとる。予定より少し早く福島天満宮へ着く。予定をかえてここで解散する。

参加者

金田 浦 千道 早崎 水野 平松 西座 山中 池田 大垣 太田 栗本
松阪 鍵 善野 中谷 濱崎 室田 伊藤 筒井 小泉 寺本 天野 北浦(輝)
吉田 田川 福重 渡邊 西村 鈴木 大野 澤 斉信 神谷 山本(タ) 北坂
多賀井 武間 浦田 岡本(国) 岡本(範) 前田(慶) 山原 川崎

福重記

第577回例会

平成19年4月29日(日)

行先 有岡城跡・昆陽池公園 距離 9km 担当・・・A班 西村・平田(勝)
参加人員 50名 天気・気温 晴れ 18℃

コース

岸和田駅＝JR新今宮＝伊丹駅・有岡城跡－猪名野神社－緑ヶ丘公園－端ヶ池(ス
ガイケ)公園－昆陽池公園－隠伊丹駅

行程記録

08:38 岸和田駅発	11:30 端ヶ池公園
10:00 JR伊丹駅	12:00 昆陽池公園 着(昼食)
10:30 猪名野神社着	13:00 昆陽池公園発
緑ヶ丘公園(途中伊丹緑道で休憩)	14:00 隠伊丹駅

記事

雨で1週間の延期も好天に恵まれ50人という参加者があった。JR伊丹駅に接した有岡城跡をスタートして猪名野神社までは露店なども出たにぎやかな散歩道を楽しんだ。猪名野神社から昆陽池公園まではよく整備された「伊丹緑道」があり、歩行者専用道で新緑のトンネルあり、小川のせせらぎがありがたの非常に気持ちよく歩け気分がリフレッシュされる。昆陽池公園は広大な梅林等あり、梅の花の季節はさぞやと思われる。昆陽池公園から隠伊丹駅までの市街地の道路では車・信号機が多く通行には注意が必要である。(今後のため)

参加者

金田 浦 小西 田中(カ) 千道 玉田 平松 降旗 大垣 太田 栗本 松坂
田中(輝) 松岡 藤川 鍵 善野 濱崎 井上 筒井 小泉 東條 寺本 天野
岡田 北浦(輝) 前川 田川 片山 渡邊 西村 小山 大野 澤 榊原 中野
斉信 本田 神谷 北坂 山本(-) 山本(タ) 平田(勝) 萩野 岡本(国) 岡本(範)
野元 前田(慶) 高木 川崎 平田(勝)記

第578回例会

平成19年5月13～14日(日～月)

行先 (一泊) エクシブ琵琶湖 距離 7 Km 担当・・・全役員
参加人員 60名 天気・気温 晴れ 20℃
コース

岸和田駅＝JR大阪駅＝JR彦根駅－彦根城－湖岸道路－エクシブ琵琶湖

行程記録

08:30 南海岸和田駅第1集合	13:00 JR彦根城昼食後発
09:00 新今宮構内 第2集合	湖岸道路を経て
10:00 JR大阪駅	14:45 エクシブ琵琶湖着
11:40 JR彦根駅着	翌日
11:50 " 発	10:00 エクシブ琵琶湖 にて解散

記事

今回は、初めてリゾートホテル「エクシブ琵琶湖」にて一泊例会を実施した
当会世話人の小山氏の発案、ご協力により実現しました。

参加者は、特別参加の西村副学長を含めて総勢60名。男子20名、女子40
名、圧倒的な女性上位で世間一般並の参加者状況です。歩行組は43名、彦根
城で昼食休憩後、湖岸道路をひたすらエクシブを目指して、順調に快步と思ひ
きや、当日は、まずまずの天気にもかかわらず、台風並の強風が吹き荒れ歩行
難航、やっとの思いでエクシブに到着。エクシブ内では、くつろいだ服装が出
来ず一寸窮屈な思いでしたが、宴会に入れば普段通りの健老パワーを発揮、
大満足な時を過ごすことが出来ました。翌日は、自由解散の形となり、JR米
原駅から、すれぞれ彦根城、長浜方面へ観光に出掛け楽しい一日をもっていた
だいたようです

参加者

西村副学長 金田 浦 小西 田中(カ) 千道 早崎 柿花 水野 玉田 原
今井 上浦(義) 西座 山中 太田 栗本 田中(衛) 松岡 藤川 松坂 濱崎
伊藤 井上 筒井 小泉 東條 辻 田中(環) 寺本 天野 岡田 北浦(眞)
清水 吉田 田川 福重 角井 西村 小山(昇) 鈴木 大野 澤 中野 榊原
斉信 本田 北阪 山本(-) 山本(夕) 永井 鳥野 小山(君) 多賀井 武間
中村 萩野 浦田 高木 川崎 事務局 西村記

第579回例会

平成19年5月27日(日)

行先 天野街道散策 距離 12 km 担当・・・B班 濱崎
参加人員 33名 天気・気温 晴れ 27℃
コース

岸和田駅＝譚天下茶屋＝大阪狭山市駅－狭山池－狭山市資料館－三都神社－

陶器山トンネル休憩所－穴地藏－小山田－千代田駅

行程記録

09:01 岸和田駅発	11:00 三都神社着
09:30 譚天下茶屋	12:30 陶器山トンネル休憩所
10:07 大阪狭山市駅	13:25 穴地藏
10:30 狭山市資料館	14:30 千代田駅

記事

寒かったり暑かったり、雨の時とめまぐるしく変わる5月の末、天候は晴れ、
黄砂で視界不良、距離12 Kmに延長し参加者34名でスタート。距離を延ば
した関係で休憩時間も5分10分と短かくしピッチを速めて最終ゴールへは
30分早く(予定15時)に到着した。やはり早すぎると苦言もありましたが
何とか全員無事千代田駅にて解散した。(初参加19期内田幸子氏)

参加者

浦 小西 田中(カ) 千道 栗本 松坂 松岡 藤川 濱崎 室田 内田 伊藤
井上 筒井 天野 岡田 北浦(眞) 片山 福重 渡邊 澤 榊原 中野 本田
北坂 山本(夕) 武間 平田(勝) 浦田 山原 杉本 高木 川崎

濱崎記

第580回例会

平成19年6月10日(日)

行先 矢田丘陵(あじさい) 距離 11km 担当・・・C班 片山・天野
参加人員 36名 天気・気温 曇り一時雨 24℃
コース

岸和田駅＝JR新今宮＝郡山－常称寺－大和郡山総合公園－矢田寺－高林庵－
(片桐石州ゆかり)－JR小泉

行程記録

09:01 岸和田駅発	11:50 大和郡山総合公園着(驗)
09:30 JR新今宮	12:20 " 発
10:07 郡山駅着	13:35 矢田寺(65分)自由行動
10:35 郡山駅発	14:45 高林庵
11:25 常称寺着	15:10 JR小泉駅(解散)

記事

新コースの矢田寺は8000株のあじさいで有名、満開の一步手前といった感じであったが、多種のあじさいを觀賞できた。募集揭示時点で10Km、難易度〇〇〇と云うことで、健脚者36が参加、そのため、歩行は早く進むことが出来た。帰路一時雨が降ったが大過なかった。概ね多くの人たちが喜んでくれた。距離は1Km+11Kmとした。

参加者

小西 田中(カ) 千道 玉田 西座 山中 室田 内田 井上 筒井 寺本 天野
北浦(眞) 前川 片山 福重 西村 小山(昇) 大野 澤 榊原 斉信 本田
山本(タ) 多賀井 武間 平田(勝) 浦田 岡本(国) 岡本(範) 野元 山原 高木
渡辺 湊 川崎 天野記

第581回例会

平成19年7月1日(日)

行先 寝屋川市郊外 距離 8km 担当・・・D班 小山・高木
参加人員 33名 天気・気温 曇 27℃
コース

岸和田駅＝JR新今宮＝片桐京橋＝東寝屋川駅－寝屋古墳－寝屋公園－打上川治水緑地－(山根街道)－西蓮寺－寝屋神社－長者屋敷跡－JR星田駅

行程記録

09:01 岸和田駅発	11:00 東寝屋川駅発
09:30 JR新今宮発	12:00 打上川治水緑地着(驗)
10:00 片桐京橋 のりかえ	13:00 " 発
	14:25 JR星田駅(解散)

記事

曇天で歩くに適した天候、出来るだけ緑のあるところを選んで歩いた。寝屋川は歴史的に古い土地柄で古い遺跡類を大切に、特にこの地にちなんだおとぎ話“鉢かづき姫”を中心的にシンボルにして町おこしをしている、ところで、気持ちよく歩けた。また川の多い地域で、これを中心にして町を美化整備していて好感が持てた。また10期浦千寿子会員が今回を最後にして退会することになり総歩行距離3000Km達成を皆で祝った。

参加者

浦 小西 田中(カ) 原 西座 山中 栗本 松岡 濱崎 内田 伊藤 井上
筒井 岡田 北浦(眞) 古澤 福重 渡邊 西村 小山(昇) 鈴木 大野 澤
中野 榊原 北阪 山本(-) 山本(タ) 平田(勝) 野元 前田 山原 高木

小山記

第582回例会

平成19年7月8日(日)

行先 服部緑地公園	距離 6 k m	担当・・・D班 福重・高木
参加人員 3 7 名	天気・気温 曇 3 0 ℃	
コース		
岸和田駅＝地下鉄難波＝服部緑地公園駅－緑地公園（周遊）－服部天神－鷺服部		
駅		

行程記録

09:01 岸和田駅発	10:45 緑地公園着（周遊）
09:40 地下鉄難波発	11:10 緑地公園発
10:05 服部緑地公園駅着	11:50 阪急服部駅

記事

梅雨どきの天気の予測は難しい、2・3日前までは日曜日は雨の予報だったが昨日から天気が回復迷うことなく決行出来た。37名の参加、薄曇りだったので割合歩きやすかった。半日コースなのでみんな余裕をもってあるけた。予定通り12時前に解散出来た 30期杉浦初江氏初参加

参加者

金田 小西 田中(カ) 玉田 原 西座 山中 降旗(忠) 太田 栗本 松岡 鍵濱崎 内田 伊藤 井上 岡田 天野 北浦(博) 田川 片山 福重 渡邊 角井 西村 大野 澤 中野 柿原 北阪 小脇 山本(タ) 前田(豊) 山原 高木 湊 杉浦
--

福重記

第583回例会

平成19年7月22日(日)

行先 浜寺公園	距離 8 k m	担当・・・A班 西村・平田(勝)
参加人員 47名	天気・気温 曇 31℃	
コース		
岸和田駅＝羽衣駅－浜寺公園－臨海スポーツセンター－高石大橋－泉北臨海 緑地－浜寺駅		

行程記録

09:01 岸和田駅発	10:20 浜寺パークセンター
09:20 羽衣駅	11:10 浜寺公園プール
09:50 臨海スポーツセンター	11:40 浜寺公園駅

記事

梅雨明け直前の蒸し暑い一日であったが曇天に助けられて、8kmの距離を無事に歩くことが出来た。このコースは、歩こう会としては、何度か歩いたことはあるが、初めての方もいて浜寺公園を300mの水路をへだてて眺めることができたり、途中南海電鉄の訓練施設で電車の台車の実物を見ることができたりして結構楽しむことができました。時折水面を渡ってくる風がアベリアの香りを運んで来てくれ、ほっと一息つくことができました。

参加者

金田 小西 田中(カ) 千道 早崎 玉田 原 上浦(義) 西座 山中 降旗(忠) 大垣 太田 栗本 松岡 松阪 鍵 濱崎 伊藤 井上 筒井 寺本 岡田 天野 前川 吉田 田川 古澤 片山 福重 渡邊 西村 小山(昇) 鈴木 烏野 北阪 山本(-) 烏野 平田(勝) 山中(悦) 岡本(国) 岡本(範) 野元 山原 高木 柿原 梶谷

平田(勝)記

第584回例会

平成19年9月9日(日)

行先 上町台地 距離 8km 担当・・A班 濱崎・渡辺
参加人員 36名 天気・気温 曇 34℃
コース

岸和田駅＝JR新今宮＝天王寺駅－一心寺－安居神社－(天瀬)－清水坂－(愛瀬)
・愛染堂－藤原秀隆の墓所－生国魂神社－(真誠)－ナンバ

行程記録

08:38 岸和田駅発	10:10 安居神社
09:10 天王寺駅着	10:30 愛染堂
09:40 天王寺公園発	11:00 生国魂神社
09:50 一心寺	11:30 ナンバ地下ロータリー

記事

8月からの猛暑が続き、この日も34℃の境界に達していたが、9月16日岸和田祭りを考え決行した。参加者36名と暑さにもかかわらず多くの参加を得パンフレットが不足するほど、天王寺公園で体操、コースの説明の後スタート。一心寺では天野代表から仏像の説明が有り。各坂の手前で案内板を見ながら昇り降りして 安居神社・愛染堂・生国魂神社まで汗を流しながら歩いた。ナンバ地下街に入り冷房にホット一息ついて解散した。直通で帰る人、ビヤホールで一杯やる人々に別れた。27期池田美津子氏・27期北野博子氏初参加参加者

金田 田中(カ) 早崎 玉田 原 平松 降旗(忠) 栗本 松岡 松阪 濱崎
伊藤 井上 筒井 天野 岡田 北浦(博) 古澤 片山 福重 渡邊 西村
大野 榊原 北阪 小脇 山本(-) 山本(カ) 池田(美) 北野 平田(勝) 山原
前田(豊) 杉本 高木 川崎

濱崎記

第585回例会

平成19年9月23日(日)

行先 六甲大橋～住吉川沿い 距離 7km 担当・C班 天野・前川
参加人員 20名 天気・気温 曇り 32℃

コース 岸和田駅＝JR新今宮＝JR大阪＝JR住吉＝(六甲ライナー)アイランド北口－六甲大橋－住吉川沿い《菊正宗資料館・倚松庵(谷崎潤一郎)》・白鶴美術館前－山田太郎・次郎水車－隠御影駅

行程記録

09:01 岸和田駅発	13:20 谷崎潤 一郎邸発
10:50 アイランド北口駅着	14:00 白鶴美術館前着
11:15 歩行開始	14:10 " 発
11:50 菊正宗資料館着	14:20 山田太郎・次郎水車経由
12:30 谷崎潤一郎邸着(昼食)	14:40 隠御影駅

記事

この日は、大学祭の展示作品の搬入日、そして彼岸の中日。そのため参加者は20名にとどまった。参加者のほとんどは六甲アイランドは初めてであり高層建築群に舌をのんだ。400mの六甲大橋を渡り、本土側へ。住吉川沿いを北進。菊正宗資料館で一息入れて、住吉川沿いの遊歩道を北進。倚松庵(谷崎潤一郎がここで「細雪」を書いた)前で昼食。宅内を見学して、白鶴美術館前～山田太郎・次郎水車～深田池公園～隠御影駅(解散)

この日から当日担当の女性リーダにお世話をお願いすることになり最初の女性リーダとして前川加代子さんが担当された。

今例会は初コース歩きやすく、素晴らしいコースであった。

参加者

小西 田中(カ) 玉田 西座 山中 栗本 松岡 井上 筒井 天野 岡田 北浦
前川 田川 福重 渡邊 本田 山本(-) 山原 川崎

天野記

健歩証

平成19年までの受賞者(19年5月13日578回エクスプレス誌掲載まで)

踏破距離 氏 名 難 初参加例会(回) 達成例会(回)

4, 100	金田定之	06	89	573
3, 400	宮内藤兵衛	08	128	537
2, 900	浦千寿子	10	187	563
"	小西ミノル	10	162	570
2, 600	田中カホル	10	185	566
2, 300	原 澄子	14	250	573
2, 200	平松美幸	14	249	562
2, 000	降旗忠良	16	292	577
1, 700	早崎照子	12	208	561
1, 700	山中 伊平	15	299	573
1, 600	池田裕俣	17	318	576
1, 500	伊藤阪夫	20	379	562
"	濱崎一夫	19	377	569
"	鍵 勉	19	357	577
1, 400	宮内史郎	11	185	419
"	西座幸枝	15	268	560
"	天野昌明	22	421	568
1, 300	中谷昭雄	19	357	552
"	善野 修	19	359	561
"	今井種子	15	268	569
"	玉田 久代	14	352	555
1, 200	上浦義治	15	271	557
"	筒井美代子	20	385	576
1, 100	井上善雄	20	418	567
	千道みつ江	12	225	569
1, 000	渡邊 実	24	465	577
900	室田清作	19	357	567
"	栗本由美子	18	382	575
800	太田重雄	18	357	568
	片山秀精	24	469	569
"	西村輝雄	25	477	578

踏破距離	氏 名	難	初参加例会(回)	達成例会(回)
700	西上 哲	11	189	458
"	林 起美代	12	204	491
"	田中溪子	21	426	554
"	橋爪京子	13	255	557
"	寺井ツヨコ	23	436	558
"	福重英世	24	456	567
"	岡田哲男	23	418	570
"	橋爪龍夫	13	255	474
"	小泉笑子	21	400	571
"	田川美智子	23	450	575
"	東條美千子	21	400	578
600	柿花 縁	13	223	490
"	前川加代子	22	418	566
"	北浦輝子	22	430	574
"	辻ノシズエ	21	413	559
500	薮チエ子	10	163	534
"	角井昭雄	24	472	561
"	神谷崇慎	27	517	569
"	上浦総子	16	291	570
400	澤 京子	26	498	564
"	榊原喜代美	26	498	566
"	小山 昇	25	483	569
300	水野ヒデ	13	246	380
"	宇野多伊子	17	326	475
"	古澤淑恵	22	436	520
"	大垣軌雄	18	501	555
"	中野豊子	26	501	563

559~400Km

551~400Km

上記他109名の旧部員に(退学・退部者等)対し発行済み

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のの望ましい。
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等のシューズでもOK。
- 2, 携行品：手拭、手袋、雨カップ、水筒、非常食（キャラメルなど）、簡単
な応急治療用品を一括携行のこと。
- 3, 携行品はリ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。

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に心掛ける。
- 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事。

あ と が き

会員の皆さんに1年間の活動をまとめた「自然の中へ」第28集をお届け致します。

本号は比較的天候に恵まれたのか？、22回を企画のうち21回が実施されました。（3回が1週間の遅れ、孝子観音・飯盛山のコースが流会）参加された人数も平均を越えている様で、特に9月の猛暑の中の「上町台地」は皆さんよく“がんばった”と云う感じ。9月からは女性の方にもリーダーとしてお手伝いしていただき、ますます充実したソフトな運営されると思います。来る平成20年は健老大学も満30歳いろいろと記念行事も企画されて居るようです。我が歩こう会も記念式典のころは600回の記録が達成出来そうです。

◎10期の浦千寿子さんが3000Km達成を機に退部されました多くの方は写真撮ってもらわれたと思います。展示会にも数多く飾らせていただきありがとうございます御座いました。

健康と親睦をモットーに多数の参加をお待ちして居ます

平成19年11月

歩こう会事務担当 鍵 勉

平成19年(2007年)11月

自然の中へ第28集

岸和田健老大学歩こう会

代表世話人 天野昌明

編集 歩こう会事務部