

自然の中へ

第32集

岸和田健老大学

歩こう会

「自然の中へ」 第32集

表紙の題字:10期 田中カホル様

目 次

《序文》「百歳に挑戦しよう」…… 学長 鶴田隆志……………	2頁
例会記録(646回～667回)……………	3頁
達成距離……………	26頁
例会心得……………	28頁
あとがき……………	29頁
平成22年度歩こう会決算報告書……………	30頁

100歳に挑戦しよう

学長 鶴田隆志

詩人の柴田トヨさんは1911（明治44）6月26日生まれの100歳。90歳を過ぎてから詩作を始め昨年出版した処女詩集『くじけないで』は150万部を超える人気を呼びました。今年も第2詩集『百歳』が話題になっています。

聖路加国際病院理事長の日野原重明さんは10月4日に100歳に。エネルギッシュな現役医師として現場に立ち続け『生き方上手』『人生、これからが本番』などベストセラーの執筆や講演に国内外を飛び回られています。NHKで「日野原重明 100歳 いのちのメッセージ」が放映されたばかりですからご記憶の方も。

ごく最近話題になった100歳が、カナダのフルマラソンで42・195^キを8時間25分16秒かけ完走したインド系英国人男性のファウジャ・シンさん。「89歳の手習い」で8回目の挑戦。90歳以上のマラソン記録も塗り替えており、「ストレスフリーな生活」と「楽しい気持ちでいること」が長生きの秘訣とか。

こんな突き抜けた存在は、超高齢・長寿社会に生きる岸和田健老大学の学生に多くを語りかけてきますが、集約すれば100歳が持つ可能性を信じ、追求する「100歳への挑戦」といえましょう。柴田さんの「くじけない心」を持ち、今も将来も「現役の生き方」を維持する日野原さんを手本とし、人生を楽しむ余裕をシンさんから学べば、100歳像が浮かび上がってくるでしょう。

「歩こう会」のメンバーはまさに、これからの100歳に挑む前衛にふさわしい。3000歩を刻み、4000歩を目指す一步一步は3人の生き方にもつながります。途切れることのない歩みの先に百歳の扉が開かれることを信じてやみません。

〈例会記録〉

(第646回～第667回)

第646回	平城京跡	4頁
第647回	山の辺の道	5頁
第648回	泉北泉ヶ丘公園めぐり	6頁
第649回	貴船から鞍馬山	7頁
第650回	伏見酒造の旅	8頁
第651回	交野山石仏の道	9頁
第652回	納会(総会)グランドホール	10頁
第653回	石津から家原寺・大鳥神社	11頁
第654回	神社参拝	12頁
第655回	七道駅から大浜巡り	13頁
第656回	追分梅林	14頁
第657回	奥水間・ほの字の里周辺	15頁
第658回	馬見丘陵公園	16頁
第659回	宇治散策	17頁
第660回	(一泊例会)みなべ	18頁
第661回	二上山(雄岳・雌岳)	19頁
第662回	八幡流れ橋	20頁
第663回	五月山	21頁
第664回	泉佐野南部	22頁
第665回	百舌鳥古墳群巡り	23頁
第666回	阪南市街・信長街道	24頁
第667回	岬町孝子の森	25頁

第646回例会

平成22年10月3日(日)

行 先

平城京跡

距離 11km 担当 A班 西村、平田、澤、池田

参加人数 32名(体験参加者を含む) 天気・気温 曇、雨 28℃

コース : 近鉄大和西大寺駅—西大寺—垂仁天皇陵—唐招提寺—
平城宮跡(エントランス広場—遣唐使船—朱雀門—
第一次大極殿—東院庭園—エントランス広場)—西大寺駅

行程記録

8:37	南海岸和田駅発	11:00	垂仁天皇陵
9:32	大阪難波駅発	11:35	唐招提寺 発
10:05	近鉄大和西大寺駅着	12:05	平城宮跡 到着
10:15	西大寺 (点呼と体操)	12:50	同 昼食の後見学
10:30	同・発	15:00	大和西大寺駅(解散)

記 事

天気予報では午後から崩れるという予報であったが、次週は山手地区の祭りでもあり決行した。初めの寺は平城京の東の東大寺に対する西の西大寺を訪ねた。ついで奈良時代よりはるか前 11代天皇の垂仁天皇陵を見、平城京の時代に鑑真和上が開いた唐招提寺を訪ねた後平城宮跡へ向かった。昼食の後広大な平城宮跡を見学した。

当時活躍した遣唐使船、朱雀門を見て、天皇が執務をしたり儀式をしたという大極殿へ向かった。その後東院庭園まで足を延ばして天平の時代を満喫した。

今回の初参加:32期 日野登美子、西野富子、田中政子、

33期 中塚昭子、井本真理 の5名 他に33期生の体験参加あり

参加者

濱崎、筒井、天野、前川、田川、西村、大久保、澤、本田、池田、平田(勝)、前田、山原、高木、川崎、下川、前田(光)、水野、山田、長重、上野、美谷

西野、日野、田中(政)、赤垣、河井、高橋、中塚、井本 平田(勝)記

第647回例会

平成22年10月17日(日)

行 先

山の辺の道

距離・難易度 12km ○○○ 担当 B班 濱崎、渡辺、山原、前田、杉本

参加人数 31名

天気・気温 晴 23℃

コース： 岸和田駅＝JR新今宮＝大和路線(王寺)(高田)経由三輪駅－
三輪明神－桧原神社－景行天皇陵－トシイル青垣・石上神社
－近鉄天理駅(解散)

行程記録

9:01	岸和田駅 発	12:30	景行天皇陵(昼食)
9:41	JR新今宮駅 発	13:00	〃 発
10:42	JR三輪駅着	15:30	石上神社 発
10:42	桧原神社	16:10	近鉄天理駅(解散)

記 事

久しぶりの秋晴れ、好天に恵まれ、31名の参加となった。

下見の時とは違って、大勢の人々が歩いている山の辺の道は混雑していた。

御陵付近のトイレのある場所で昼食となった。

石上神社に参拝し、天理教前を通り、無事12kmの距離を乗り越え、天理駅で解散した。

参加者

濱崎、筒井、天野、前川、田川、渡邊、大野、榊原、植田、平田、岡本(国)

岡本(範)、前田(慶)、山原、高木、今村、杉本、川崎、脇、出上、下川、前田(光)

水野、山田、長重、上野、美谷、田中(政)、赤垣、高橋、田中(市)

濱崎 記

第648回例会

平成22年10月31日(日)

行 先

泉北 泉ヶ丘公園めぐり

距離・難易度 11km ○○

担当 女性リーダー

参加人数 33名

天気・気温 曇のち雨 19℃

コース： 岸和田駅＝天下茶屋＝(和泉中央行)泉ヶ丘駅―
公園めぐり7箇所―泉北考古資料館―泉ヶ丘駅

行程記録

9:01	南海岸和田駅発	12:20	槇塚公園 昼食
9:35	天下茶屋駅 発	13:50	泉北考古資料館・見学
9:56	泉ヶ丘駅 到着	14:40	泉ヶ丘駅 解散
10:20	公園めぐり		

記 事

4回目の女性リーダー企画による例会は、曇り空の中予定通り決行した。泉ヶ丘駅からスタートし静かな木々の公園の道を歩くうち、小雨が降りだしたが嬉しいことにお弁当タイムは、雨も止み30分と短くして出発した。

曲がり道を間違えて1キロ余り遠回りしたことは、反省しています。

ゴールの泉北考古資料館へ着く頃は、雨脚もひどくなり見学と休養に丁度良かったかな～。

館内で写真を撮り、2時30分泉ヶ丘駅で解散いたしました。

今回は副学長に大変お世話になりありがとうございました。

参加者

田中(カ)、濱崎、筒井、天野、岡田、前川、田川、澤、榊原、山本(一)、池田、植田
平田、山原、高木、杉本、川崎、杉浦、脇、出上、下谷、嶋吉、前田、山田、長重、
田中(ト)、上野、田中(政)、赤垣、河合、岡路、田中(市)、西村副学長

田川記

第649回例会

平成22年11月14日(日)

行先 貴船から鞍馬山

距離・難易度 8km ○○○ 担当 C班 天野、嶋吉、榊原、池田、山原

参加人数 31名 天気・気温 曇 18℃

コース： (南海)岸和田＝(地下鉄)難波＝(京阪)淀屋橋＝(叡山電車)出町柳
＝貴船口-貴船神社(本宮)-(結社)-(奥宮)-鞍馬寺西門-(奥の院)-
(本殿金堂)-柚岐神社-仁王門-鞍馬駅＝出町柳駅

行程記録

		12:35	貴船神社奥宮着
8:38	南海 岸和田駅発	13:10	〃 発
9:50	京阪 淀屋橋駅発	13:20	鞍馬寺西門発
11:00	叡山電車 出町柳発	15:00	仁王門着
11:30	貴船口着	15:20	鞍馬駅発
11:45	貴船口発(徒歩)	16:00	出町柳 解散

記事

叡山電車鞍馬線の車窓からの移り変わる景色、特に市原～二ノ瀬駅間のもみじの赤のトンネルを満喫しながら貴船口に到着。

蛭岩の広場にて点呼、準備体操後貴船側のせせらぎを聞きながら、貴船神社本宮に参拝し、奥宮にて昼食。

後半は、牛若丸伝承説話の地 鞍馬寺金堂をめざして少きつい山道をこち良い汗をかきながら、魔王殿、義経公背比石等牛若丸が修行したといわれる木の根道を適時小休止を取りながら、パワースポットといわれる鞍馬寺金堂に到着。夜空を焦がす鞍馬の火祭が行われる由岐神社を経て、仁王門到着。全員無事気持ちよく歩き、秋の一日を楽しく過ごし出町柳で解散した。

参加者

濱崎、天野、田川、大野、澤、榊原、池田、植田、平田、山原、高木、杉本、川崎、脇出上、下谷、嶋吉、下川、山田、長重、浅岡、上野、田部井、西野、日野、田中(政)、赤垣、河合、福村、岡路、田中(市) 嶋吉記

第650回例会 平成22年11月28日(日)

行先 伏見酒造の旅

距離・難易度 7km ○ 担当 D班 高木、嶋吉、田川、澤、杉本

参加人数 35名 天気・気温 晴 15℃

コース： 岸和田駅＝(地下鉄)難波＝(京阪)淀屋橋＝中書島＝伏見港公園
三栖閘門資料館(昼食)＝寺田屋＝長健寺＝月桂冠大倉記念館＝
桃山御陵＝御香宮神社＝京阪伏見桃山駅(解散)

行程記録

9:01	南海 岸和田駅発	12:40	寺田屋 発
10:20	京阪 淀屋橋駅発	12:45	長健寺 発
11:00	京阪中書島駅発	13:30	月桂冠大倉記念館 発
11:15	伏見港公園発	14:00	桃山御陵
11:20	三栖閘門資料館(昼食)	14:45	御香宮神社
12:15	同 発	15:15	京阪伏見桃山駅解散

記 事

天候もよく、絶好のウォーキング日和となりました。今年NHK大河ドラマ「竜馬伝」の影響で寺田屋周辺や月桂冠大倉記念館は大変な混雑ぶりでしたが、三栖閘門資料館から宇治川水流疎水に沿って寺田屋までの行程は人通りも少なく、なごりの紅葉を見ながらのんびりと歩きました。桃山御陵は豊臣秀吉が築いた伏見城本丸跡南斜面に明治天皇陵として、大正2年に営建されたそうです。他に昭憲皇太后陵もあり近くには平安京を造営された桓武天皇陵もあるそうです。

最後にちょっと時間があつたので御香宮神社に参拝し、15時15分に京阪伏見桃山駅で解散しました。

参加者

栗本、松岡、濱崎、筒井、天野、岡田、前川、田川、山本(夕)、池田、植田、平田
山原、高木、與野、杉本、脇、出上、嶋吉、下川、前田(光)、山田(美)、長重
田中(卜)、町谷、浅岡、上野、田中(政)、赤垣、河合、高橋、福村、田中(市)、中塚
井本 高木 記

第651回例会

平成22年12月5日(日)

行 先

交野山石仏の道

距離・難易度 8km ○○○ 担当 D班 本田、大久保、榊原、山原

参加人数 23名

天気・気温 晴 17℃

コース： 岸和田駅＝JR新今宮＝京橋駅＝津田駅－機物神社－源氏の滝－

いきものふれあいセンター－交野山(観音岩)－石仏の道－津田駅

(解散)

行程記録

8:38	南海 岸和田駅発	11:45	いきものふれあいセンター着
9:10	JR新今宮駅発	12:25	〃 昼食後発
9:42	JR京橋駅発		交野山へ向かう
10:11	JR津田駅着		石仏の道を通り下山
10:25	同 発	14:15	津田駅前着・解散

記 事

朝方は初冬らしい冷たさであったが、雲ひとつない快晴の天候の下、日中は穏やかな絶好のウォーキング日和となった。

源氏の滝からいきものふれあいセンター(ここで昼食)までは急な登りが所々にあり着衣を脱ぐ人が多くみられた。昼食後は今回の目標・交野山(こうのさん)を目指す。交野山は標高341mで、頂上は一辺15mの「観音岩」と呼ばれる巨石でそこに立つと360度の素晴らしい眺望が広がり、遠く京都・大阪方面等を見渡すことができた。下りは、15世紀頃に作られたと記された「石仏」が所々にある石仏の道を通り、落ち葉に足を滑らせないように注意しながら無事下山。予定より30分ほど早い2時16分頃津田駅前到着解散した。

大久保 記

参加者

濱崎、筒井、天野、北浦、前川、大久保、榊原、斉信、本田、平田、山原、與野、杉川崎、下谷、嶋吉、山田、浅岡、上野、田中(政)、河合、高橋、田中(市)

第652回例会 平成22年12月12日(日)

行 先 納会(総会)グランドホール

距離・難易度 7km ○ 担当 世話人全員

参加人数 52名 天気・気温 晴 12℃

コース : 南海岸和田駅—久米田寺—グランドホール

行程記録

9:30	南海岸和田駅発	12:00	宴会開始
10:50	久米田寺発	14:30	宴会終了・解散
11:25	グランドホール着		
11:40	総会		

記 事

今年は歩行組33名、直行組19名、合計52名の参加者で岸和田グランドホールにて開催しました。

歩行組は岸和田駅から久米田寺を廻り、グランドホールに到着、直行組と合流しました。11時40分、25期西村氏の司会で総会を開催。

今年度会計報告の承認を得て、新年度代表世話人26期大久保氏新リーダーに32期嶋吉氏、31期出上氏、33期赤垣氏および新会計28期榊原氏、27期池田氏の紹介があり、新代表大久保氏の挨拶で総会を終えました。

宴会は22期天野氏の乾杯で始まり、会食、歓談、カラオケや今年は女子リーダーによるビンゴゲームがあり、大いに盛り上がりました。

参加者

小西、田中(カ)、宮内(史)、千道、今井、栗本、松岡、松阪、鍵、濱崎、伊藤、筒井
田中(溪)、天野、岡田、北浦、前川、田川、寺井、渡邊、西村、鈴木、大久保、澤
榊原、斉信、山本(一)、植田、平田、山原、高木、杉本、川崎、杉浦、脇、出上
下谷、嶋吉、下川、水野、長重、田中(ト)、町谷、浅岡、上野、田部井、赤垣、高橋
福村、岡路、田中(市)、中塚 高木 記

第653回例会 平成23年1月9日(日)

行先 石津から家原寺・大鳥神社

距離・難易度 6km ○ 担当 A班 西村、高木、澤、池田、前田

参加人数 44名 天気・気温 晴 10℃

コース： 岸和田駅＝石津川駅－石津太神社－石津神社－家原寺－
家原大池公園－大鳥神社－JR鳳駅

行程記録

9:01	南海 岸和田駅発	10:40	石津神社 発
9:23	石津川駅 着	11:40	家原寺 発
10:00	石津川駅 発	12:10	大鳥神社 着
10:15	石津太神社 発	12:30	JR鳳駅 解散

記事

新年初めての例会は44名の参加者で堺市の寺社にお参りした。当日は宵戎にあたり景気の良い戎囃子に迎えられ、石津太(いわつた)神社、石津神社と各自参拝した。風が無く、淡い日差しもあり、のんびりウォーキングを楽しみながら、石津川沿いを家原寺を目指しました。この寺は大阪府下でも有名な合格祈願のお寺で、参加者の中にも自分の入試のときや子どもの入試の時にお参りした人も多く、若き日を偲んでその時の思い出を話し合っていました。最後に和泉一ノ宮の大鳥神社に参拝し、12時30分にJR鳳駅で解散しました。

参加者 初参加 2名 32期 浅海信子 33期 小河茂雄

小西、田中(カ)、千道、今井、太田、栗本、松岡、松阪、鍵、濱崎、伊藤、筒井
天野、岡田、田川、古田、西村、鈴木、大野、澤、山本(一)、山本(夕)、池田
前田(慶)、山原、高木、川崎、杉浦、出上、下谷、嶋吉、前田(光)、水野、山田
長重、田中(ト)、町谷、浅岡、美谷、浅海、赤垣、高橋、井本、小河 高木 記

第654回例会

平成23年1月23日(日)

行先 神社参拝(半日コース)

距離・難易度 10km ○ 担当 女性班 榊原、山原、杉本、田川

参加人数 39名 天気・気温 晴 7℃

コース： 岸和田駅—岸城神社—三ノ丸神社—天性寺—貝塚臨海公園—
貝塚戎神社—願泉寺—感田神社(解散)—貝塚駅

行程記録

9:15 南海 岸和田駅発	11:20 貝塚戎神社
9:20 岸城神社	11:40 願泉寺
10:10 三ノ丸神社	11:50 感田神社
10:10 貝塚臨海公園	南海貝塚駅へ

記事

女性リーダー企画による例会は、気温は低かったですが晴天に恵まれ風もなく最高の歩こう会日和の中での実施となりました。

岸和田から貝塚まで、臨海高速道路脇に繋がる公園の遊歩道を歩く、気持ちの良い行程でした。以前何回か廻った神社ばかりでしたが、前回工事中で境内には入れなかった願泉寺は全体を見ることができ、屋根の古い瓦を中心にエコ修復でした。

貝塚駅はロータリーが狭いので最後の感田神社で解散となりました。皆様のご協力で事故もなく無事終了しました。

参加者 初参加 1名 33期 榎本修二

小西、田中(カ)、今井、太田、栗本、松岡、鍵、濱崎、伊藤、筒井、天野、前川、古田、大久保、澤、榊原、山本(一)、池田、平田、前田、山原、與野、杉本、川崎、山崎、出上、下谷、下川、前田(光)、山田、長重、町谷、上野、日野、浅見、赤垣、田中(市井本)、榎本 榊原記

第655回例会

平成23年2月13日(日)

行先 七道駅から大浜巡り(半日コース)

距離・難易度 6km ○ 担当 B班 渡邊、出上、田川、澤、前田

参加人数 38名 天気・気温 晴 8℃

コース： 南海岸和田駅＝七道駅一本願寺堺別院－ザビエル公園－
与謝野晶子生家跡－千利休屋敷跡－フェニックス通り－
大浜公園－蘇鉄山－堺灯台－神明神社－堺駅(解散)

行程記録

9:01	南海岸和田駅発	11:00	千利休屋敷跡
9:25	七道駅着	11:15	大浜公園 着
10:05	本願寺堺別院着	11:25	蘇鉄山 着
10:35	ザビエル公園着	11:55	堺灯台 着
10:45	与謝野晶子生家跡	12:15	神明神社着 解散

記事

雪解けの朝、素晴らしい天気にも恵まれました。七道駅での体操で体をほぐし、本願寺にお参りし、ザビエル公園へ。与謝野晶子さんの生家跡の石碑は皆さん関心が強いようでした。

蘇鉄山では、天野さんに山の三角点について丁寧な説明を受け満足でした。天野さん、ありがとう。

堺灯台には、他のグループも見えていました。半日の時間もすくなくなり神明神社に着いたら、お昼を過ぎていました。

私たちのメンバーも若返りつつあります。

参加者 初参加 1名 33期 最上義朗

小西、田中(カ)、太田、栗本、松岡、濱崎、伊藤、筒井、天野、前川、田川、古田

渡邊、鈴木、大野、澤、榊原、平田、前田(慶)、與野、川崎、脇、出上、下谷

前田(光)、水野、山田、町谷、西野、日野、浅見、赤垣、河合、高橋、福村、田中(市

岡路、最上

渡邊 記

第656回例会

平成23年2月27日(日)

行 先

追分梅林

距離・難易度 9km ○○ 担当 C班 天野、嶋吉、田川、池田

参加人数 37名 天気・気温 晴 17℃

コース： 南海岸和田駅＝近鉄大阪難波＝富雄駅－霊山寺
(りょうせんじ)－追分梅林－追分梅林村井家住宅－峠池－
もろの木峠－歓喜の湯(足湯)－近鉄南生駒駅・解散

行程記録

		12:05	追分梅林 着
9:01	南海岸和田駅発	13:00	追分梅林、村井家住宅
10:02	近鉄大阪難波駅 発	13:20	峠池 着
10:33	近鉄富雄駅着	13:35	もろの木峠 着
10:45	同 発	14:05	歓喜の湯 着
10:30	霊山寺 着	14:50	近鉄南生駒駅 解散

記 事

近鉄富雄駅前で点呼・準備体操後、連日の寒さがうその様な好天でポカポカした日差しを浴びながら、富雄川堤防を歩き進み、霊山寺に到着。当寺はコンサートや門前フリーマーケット、宝物展等の催しと伝統行事が融合した真言宗の古刹である。

追分梅林は5～6分咲きであったが、人出も多く梅の香りが漂っていた。帰路は急な坂道が続き、途中休憩をとりながら二つの峠を越え、歓喜の湯にたどりつき、足場で疲れをいやし、ほっこりした気分で、南生駒駅にて解散。

参加者 初参加 1名 34期 真部諭深(体験参加)

濱崎、筒井、天野、前川、田川、渡邊、大久保、澤、榊原、山本(夕)、池田、植田、前田(慶)、山原、高木、今村、川崎、脇、出上、下谷、嶋吉、下川、前田(光)、水野、山田、浅岡、美谷、西野、日野、赤垣、高橋、福村、田中(市)、中塚最上、榎本、真部 嶋吉 記

第657回例会

平成23年3月13日(日)

行先

奥水間・ほの字の里周辺

距離・難易度 12km ○○ 担当 D班 平田・大久保・榊原・山原・杉本

参加人数 25名

天気・気温 晴 17℃

コース： 岸和田駅＝南海貝塚駅＝水間観音駅－水間寺－農業公園－

遊女の墓－少年自然の家－ほの字の里－道陸神社－

孝恩寺－水間観音駅

行程記録

9:09	岸和田駅発	12:30	少年自然の家(昼食)
9:45	水鉄 水間観音駅	13:10	ほの字の里 発
10:15	水間寺発	13:55	道陸神社
10:45	農業公園・たわわ	14:45	孝恩寺・釘無堂
11:20	遊女の墓		水間観音駅 (解散)

記事

今回はスタート地点の水間寺で、一昨日(3月11日)起きた未曾有の大惨事 東日本大震災での大勢の犠牲者・不明者の方に全員で黙とうをささげました。

久しぶりに暖かな日和となり、近郊奥水間の里道を歩いた。
柮谷(きびだに)をさかのぼり遊女塚を経て、自然少年の家で昼食。
途中”ほの字の里”で一休み、途中足の神様で知られる道陸(どうろく)神社に参拝し、府下最古の建物、国宝・釘無堂に立ち寄り、3時ころ水間駅に到着し解散いたしました。

参加者

(体験参加 34期 福井智枝子さん)

田中(カ)、鍵、濱崎、筒井、天野、前川、田川、渡邊、大久保、大野、榊原、本田
平田、前田、山原、高木、杉本、川崎、水野、町谷、浅岡、赤垣、河井、岡路

福井

大久保 記

第658回例会

平成23年3月27日(日)

行先 馬見丘陵公園

距離・難易度 10km〇〇 担当 E班 天野、高木、澤、池田

参加人数 35名 天気・気温 晴 15℃

コース：南海岸和田駅＝近鉄大阪難波駅＝近鉄上本町駅(乗換)＝五位堂駅
一かつらぎの道一竹取公園一ナガレ山古墳一馬見丘陵公園館一
なごみの道一河井町役場前一法隆寺駅(3時解散)

行程記録

	12:10	竹取公園	
9:01	岸和田駅発	12:20	ナガレ山古墳(昼食)
9:40	近鉄大阪難波駅着	13:00	ナガレ山古墳発
10:15	近鉄上本町駅発	13:25	馬見丘陵公園館発
10:45	五位堂駅発	14:45	なごみの道着
11:10	かつらぎの道	15:00	法隆寺駅(解散)

記事

今回は桜の花見を予定した例会でしたが、今年の春は気温が低く桜の花はまっだつぼみでした。

しかし、かつらぎの道、竹取公園、馬見丘陵公園、なごみの道とよく整備された歩行者専用道路や公園内の道路を、天気にも恵まれのんびりとウォーキングを楽しみました。

河合町役場からJR法隆寺駅までは一般道路でしたが、午後3時無事に到着、解散しました。

参加者

田中(カ)、今井、栗本、松岡、濱崎、筒井、天野、前川、大野、澤、榊原、池田
植田、平田、前田、山原、高木、與野、杉本、川崎、杉浦、山崎、出上、下川
美谷、西野、日野、河合、高橋、福村、岡路、田中(市)、中塚、井本、榎本

高木 記

第659回例会

平成23年4月10日(日)

行 先

宇治散策

距離・難易度 8km ○○ 担当A班 西村・平田・榊原・池田・山原

参加人数 42名 天気・気温 晴 18℃

コース : 岸和田駅＝南海難波駅＝京阪淀屋橋駅＝宇治駅－橘島・塔ノ島－
天ヶ瀬橋－天ヶ瀬ダム－白虹橋－興照寺－宇治神社－
宇治上神社－源氏物語ミュージアム－宇治駅

行程記録

	12:10	天ヶ瀬橋付近着(昼食)	
9:01	岸和田駅発	13:10	天ヶ瀬ダム堰堤
10:00	京阪淀屋橋駅発	14:00	興照寺 宇治上神社
10:38	中書島駅着	14:30	源氏物語ミュージアム
11:06	宇治駅着	14:45	同 (解散)
	橘島・塔ノ島	15:00	宇治駅

記 事

冬が寒かったおかげで桜の開花が遅れちょうどこの日が満開となった。快晴のもと宇治川の両岸や橘島・塔ノ島の桜が我々を迎えてくれた。

宇治橋を渡って、橘島・塔ノ島を経由して天ヶ瀬橋付近で昼食にした。穏やかな日差しの下での30分の昼食時間は短かすぎるとのご意見もあった。昼食の後、短い距離ではあるが坂を上ってダムの堰堤の上に出た。あと、往路とは反対岸の道を下って興照寺に参り、宇治神社と宇治上神社を経由して源氏物語ミュージアムに到着した。ここでミュージアムを見たいという人もあって解散した。

参加者

田中(カ)、栗本、松岡、鍵、濱崎、筒井、天野、田川、渡邊、西村、大野、澤、榊原
山本(一)、池田、植田、平田、前田、山原、高木、與野、杉本、川崎、杉浦、山崎
脇、出上、嶋吉、下川、前田、水野、山田、西野、田中(政)、浅海、河井、高橋
福村、岡路、田中(市)、最上、小河 平田記

第660回例会 平成23年5月15日(日)～16日(月)

行先 (一泊例会)みなべ

距離・難易度 7km(+2日目 5km) ○ 担当 全世話人

参加人数 33名 天気・気温 晴 25℃

コース : JR和歌山駅＝JR岩代駅―岩代王子―千里王子・千里観音(昼食)―
紀州梅干館＝国民宿舎「みなべ」

(16日) 国民宿舎「みなべ」＝島ノ瀬ダム(周遊)＝JR南部駅

行程記録			
		14:40	紀州梅干館
9:34	JR和歌山駅発	14:53	国民宿舎「みなべ」着
11:23	JR岩代駅着		
11:43	岩代王子着	16日 9:30	国民宿舎「みなべ」発
12:45	千里王子着(昼食)	9:50	島ノ瀬ダム着・周遊
13:55	南部峠	13:25	南部駅着(解散)

記事 今回は6年前に実施された一泊例会と同じコースでした。

南海電車組とJR組が和歌山駅で合流しました。JR岩代駅で下車しハイキングの始まりです。10分ほど歩くと海岸にある岩代王子に到着します。ここで準備体操をした。

その後、千里王子をめざして歩きます。緩やかな峠を二つ越えて行きました。

よく晴れてさわやかな空気が気持ちよかったです。千里王子も海岸にありました。

ここで昼食を取りました。めずらしく海岸で結婚式の記念写真を撮っている人たちがいました。昼食後 南部峠を越え紀州梅干館まで歩きました。梅干館で試食をしたり、お土産を買い、送迎バスに乗り3時ころ国民宿舎「みなべ」に到着。

入浴後6時から宴会が始まり、会食・歓談と楽しい時を過ごしました。

翌16日は、用事などで帰られた人を除き ロビーで弁当を受け取り、送迎バスで島ノ瀬ダムまで送ってもらいました。ダムの上から見る流れ落ちる水の模様がきれいでした。緑の濃くなった山々を見ながら一周歩きました。お弁当を食べ、また送迎バスでJR南部駅まで送ってもらいました。

参加者 初参加 1名 34期 井ノ口宏

小西、田中(カ)、千道、栗本、鍵、濱崎、伊藤、筒井、天野、岡田、前川、田川、西村
大久保、大野、澤、山本(一)、植田、平田、山原、高木、杉本、川崎、出上、下谷
嶋吉、下川、水野、赤垣、福村、榎本、井ノ口、西村副学長 赤垣 記

第661回例会

平成23年6月5日(日)

行先 二上山(雄岳・雌岳)

距離・難易度 8km ○○○ 担当 C班 天野、池田、山原

参加人数 19名 天気・気温 曇 24℃

コース： (南海)岸和田=JR新今宮=(近鉄)阿倍野橋=二上神社口—
葛木二上神社—大津皇子の墓—雄岳(517m)—馬の背—
雌岳(474m)—岩屋峠—祐泉寺—山口神社—当麻寺—
(近鉄)当麻寺駅 解散

行程記録

	11:55 雄岳頂上(517m)通過
8:38 岸和田駅 発	12:10 馬の背(昼食)～12:50
9:24 近鉄 あべの橋 発	13:15 雌岳(474m) 出発
10:00 近鉄 二上神社口駅 着	13:55 祐泉寺 出発
10:30 二上神社口で点呼・体操 発	14:35 当麻寺 出発
11:50 大津皇子の墓 出発	14:50 近鉄 当麻寺駅 解散

記事

予定日の5月29日は雨天のため1週間延期となった。

6月5日の実行日はくもり空ではあったが歩行には絶好であった。

往路は登り道の連続であり、お二人が途中から引き返した。(高木リーダー一部長が付き添い、最後の当麻寺で合流した。)

雄岳頂上では美化協力金(入山料)の徴収があった。

1人200円→団体150円

雄岳頂上では眺望がきかないが、雌岳頂上は眺望がよく、疲れがいやされた。

参加者 初参加 2名 34期 左納弘子 寺島万里

濱崎、筒井、天野、前川、池田、山原、高木、川崎、脇、下谷、山田、美谷、赤垣
河井、福村、田中(市)、小河、左納、寺島

天野 記

第662回例会

平成23年6月12日(日)

行 先

八幡流れ橋

距離・難易度 11km ○○ 担当 D班 大久保・高木・田川・山原

参加人数 30名 天気・気温 曇のち小雨 24℃

コース : (南海)岸和田＝地下鉄難波駅＝京阪淀屋橋駅＝八幡市駅＝
正法寺＝八角堂＝松花堂庭園＝流れ橋＝近鉄京都線・久津川駅
(解散)＝近鉄西大寺のりかえ・難波駅へ

行程記録

9:01	岸和田駅 発	11:40	公園 着(昼食)
9:40	地下鉄難波駅	12:20	八角堂 着
10:00	京阪淀屋橋 発	12:55	松花堂庭園 発
10:38	八幡市駅 着	14:30	流れ橋 着
11:30	正法寺 着	15:20	近鉄久津川駅着 解散

記 事

今年の梅雨入りは平年より12日も早く(5月26日に)入ったので、ぐずついた天気が続き不安定であったが予定通り催行した。

コース途上の松花堂美術館ではビデオで八幡市の文化歴史を学習する。本日のメインの八幡流れ橋(上津屋橋・こうづやばし)はテレビや映画の撮影シーンによく利用され、橋長356.5mは現存する木造橋・流れ橋としては日本最長とのこと。木津川の橋の風景を堪能しているうち、天気予報通りぽつぽつと雨が降りだし、駅までは小雨の中での行程となった。

参加者

栗本、松岡、松阪、濱崎、筒井、天野、岡田、前川、田川、大久保、池田、平田(勝)前田(慶)、山原、高木、川崎、出上、下谷、下川、山田、長重、日野、赤垣、高橋福村、田中(市)、最上、小河、福井、左納

大久保 記

第663回例会 平成23年6月26日(日)

行 先 五月山

距離・難易度 12km ○○○ 担当 E班 本田、赤垣、田川、山原

参加人数 23名 天気・気温 曇後雨 32℃

コース： 岸和田駅＝阪急梅田駅＝池田駅－水月公園－市立山の家－
頂上(昼食)－池田城址公園－呉服(くれは)神社－
インスタントラーメン発明記念館－池田駅

行程記録		11:55	市立山の家 発
8:38	岸和田駅発	12:35	五月山頂上 着(昼食)
9:50	阪急梅田駅 発	13:15	頂上 発
10:10	阪急池田駅 着	14:55	呉服神社 発
10:25	駅前公園 発	15:20	ラーメン発明記念館 発
10:50	水月公園 着	15:30	池田駅 着(解散)

記 事

台風の影響もなく、逆に熱中症が心配される天気になった。難易度○○○のこともあり、参加者は23名であった。阪急池田駅前公園で準備体操を済ませ出発する。市街地の歩道を歩き、しだいに郊外の住宅地へと歩いて行くと、ほどなく水月公園に到着する。噴水と中国風のあずまやが印象的だった。水月公園からは団地の中を通り、緩やかな登り道が続く。すごく暑い。汗がどんどん出てくる。一回休憩を入れるみんなお茶をいっぱい飲んでいる。市立山の家でトイレ休憩をとる。ここからは石段の急な登り道である。みんな頑張って頂上に着いた。ここからの大阪市内の展望が美しい。昼食後、池田城址公園までは山道のくだりである。途中の展望台からの眺めが美しかった。

池田城址公園は、小さいがきれいな城址公園であった。

雨が降り出し、傘をさして歩いて行く。呉服神社・インスタントラーメン発明記念館を経て池田駅まで戻る。15:30池田駅で解散。

参加者

天野、前川、田川、大久保、澤、本田、山本(夕)、平田、山原、川崎、脇、美谷
田部井、赤垣、河井、高橋、中塚、最上、小河、榎本、福井、井ノ口、

西村副学長

赤垣 記

第664回例会

平成23年7月10日(日)

行 先

泉佐野南部(半日コース)

距離・難易度 7km ○ 担当 A班 平田・高木・田川・澤・前田

参加人数 28名 天気・気温 晴 34℃

コース : 東岸和田駅＝JR長滝駅－衣通姫(そとおりひめ)の墓・
茅渟宮跡－意賀美神社－日根神社－JR日根野駅

行程記録

8:53	東岸和田駅 発	10:30	意賀美神社 発
9:30	JR長滝駅 発	11:20	日根神社 発
10:10	衣通姫之墓・茅渟宮跡	11:55	JR日根野駅 着 解散

記 事

天気予報通りの快晴で暑い例会となった。各ポイントでの休憩は、熱中症を配慮して十分な時間をとった。

健老自治会の役員さんが同行してクラブ紹介用のビデオをとった。

上之郷小学校経由して初めの衣通姫之墓・茅渟宮跡はいわくありげな所だったが今は地域の集会所になっているようだった。

次の意賀美神社は、岸和田にも同名の神社があるが、こちらのは立派な拝殿、神殿をもつ神社だった。ここから次の日根神社までは田植えが終わった水田にはオタマジャクシなどが泳いでいた。

最後の日根神社は桜が立派なことでも有名らしいが、境内での盆踊りの準備がされていた。日根野駅には正午まえに着くことができた。

参加者

千道、玉田、鍵、天野、前川、田川、大久保、澤、平田、岡本(国)、岡本(範)

前田(慶)、山原、高木、杉本、川崎、出上、嶋吉、前田(光)、山田、赤垣、河井

高橋、福村、田中(市)、中塚、小河、福井、平田 記

第665回例会

平成23年7月24日(日)

行先 百舌鳥古墳群巡り(半日コース)

距離・難易度 7km ○ 担当 B班 高木、出上、山原、杉本、川崎

参加人数 30名 天気・気温 晴 31℃

コース： JR百舌鳥駅—百舌鳥八幡宮—御廟山古墳—いたすけ古墳—

履中天皇陵古墳—大仙公園—仁徳天皇陵古墳—反正天皇陵古墳—

堺市役所21階展望ロビー

行程記録

8:50	JR百舌鳥駅	10:25	大仙公園
9:15	百舌鳥八幡宮	10:35	仁徳天皇陵古墳
9:45	いたすけ古墳	11:30	反正天皇陵古墳
10:00	履中天皇陵古墳	11:40	堺市役所21階展望ロビー

記 事

厳しい暑さが予想され、岸和田駅の集合時間を、いつもより1時間早める。

当日、台風6号の影響もあり、思ったより暑さも控え気味で、歩きやすかった。

百舌鳥八幡宮の境内で準備体操をし、百舌鳥古墳群めぐりに出発、御廟山古墳、いたすけ古墳と、履中天皇陵古墳を横目に大仙公園で休憩、仁徳天皇陵古墳をほぼ1周、堺市内けやき通りを通り、反正天皇陵古墳へ、最終今日の古墳巡りの跡が一望できる堺市役所21階展望ロビーで解散をする。

参加者

小西、筒井、天野、田川、大久保、大野、澤、池田、平田、岡本(國)、岡本(範)
山原、杉本、川崎、脇、出上、下谷、嶋吉、田部井、赤垣、河井、高橋、田中(市)
福村、最上、小河、榎本、福井、左納、寺島

出上 記

第666回例会

平成23年9月11日(日)

行先 阪南市街・信長街道(半日コース)

距離・難易度 5km ○ 担当 C班 天野、出上、澤、前田、池田

参加人数 36名 天気・気温 晴 33℃

コース： 岸和田駅＝鳥取ノ荘―首斬地蔵―波太神社―

自然居士と大銀杏―瑞宝寺―潮音寺―湧泉の碑―

大願寺―尾崎駅(解散)

行程記録

8:54	南海岸和田駅発	11:00	瑞宝寺 発
9:15	鳥取ノ荘駅 発	11:25	潮音寺 発
9:50	首斬地蔵 発	11:30	湧泉の碑 発
10:20	波太神社 発	11:45	大願寺 発
10:40	自然居士と大銀杏 発	11:55	南海尾崎駅 (解散)

記事

南海線とJR阪和線の間中部の阪南市の古い集落を歩いた。

波太神社は由緒ある古い神社である。

10月9日・10日の秋祭りには山車が集まり賑わう。

街町では山車を小屋から外へ出し、手入れに精を出していた。

参加者

小西、田中(カ)、栗本、松岡、濱崎、筒井、天野、前川、田川、古田、渡邊

澤、榊原、山本、池田、平田、前田(慶)、山原、高木、與野、杉本、川崎、脇、出上

下谷、水野、田中(ト)、田部井、赤垣、高橋、田中(市)、中塚、最上、小河、福井

井ノ口

天野 記

第667回例会

平成23年9月25日(日)

行 先

岬町孝子の森

距離・難易度 7km ○○ 担当 D班 大久保、田中(市)、前田(慶)、澤、田川

参加人数 26名 天気・気温 晴 26℃

コース： 岸和田駅＝孝子駅―旧小学校―柳池―白砂峠―

多奈川ビオトープ(工事中)―犬飼―多奈川駅(解散)

行程記録

9:09	南海岸和田駅発	11:40	白砂峠 発
9:47	孝子駅 着	12:00	多奈川ビオトープ
10:10	旧小学校 発	12:15	犬飼 着(昼食)
10:20	金輪寺 発	12:50	犬飼 発
10:55	柳池 発	13:25	多奈川駅 着(解散)

記 事

暑さも和らぎ、真っ赤な彼岸花が咲き始める秋らしい一日だった。

孝子駅近くの小学校で点呼と体操。そして、近くの金輪寺に立ち寄る。

ハイカーのあまり入らない林の中を、クモの巣と格闘しながら、

登ったり、下ったりと山道を進む。

府道に出るまでは草むらの中、道なき道を出てやっと一般道に。

そして、途中昼食をとってからは、のんびりと一般道を多奈川駅へ

二日後に予定している大学祭の展示搬入日のため、少し早目に終了の例会でした。

参加者

田中(カ)、筒井、天野、前川、田川、大久保、澤、池田、平田、前田(慶)、山原

高木、與野、川崎、出上、下谷、前田(光)、水野、田中(ト)、美谷、浅海、田中(市)

最上、榎本、福井、井ノ口

田中(市) 記

例会心得

歩こう会事務局 08.12 改定

I、参加服装

1. 帽子、長袖シャツ、ズボン、靴はトレッキングシューズが望ましい。
コースによって山に入らないときは、半袖シャツ、ショートパンツ、
ジョギングシューズでもよい。
2. 携行品は、手袋、雨具、水筒、非常用食(キャラメル等)、簡便な
応急治療用品など常時携行のこと。
3. 携行品はリュックサック(デイパック)に収納して背負い、両手が
自由に使え、行動できるよう心掛けること。

II、例会行動

1. 例会は集団目的行動であるとの認識を持ち、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、右側通行を原則とし1～2列渋滞になって、先頭
リーダーと後部リーダーの間を歩行すること。
3. 参加者は前との間隔を開けないよう心掛けること。カメラ撮影などは
極力避け、列を乱さないよう心掛けること。
4. 歩行速度についていけなくて遅れ始めたとき、体調が悪くなった場合
は、声を出して近くの会員またはリーダーに知らせること。
5. 山中の道で遅れ始めたときは、声を出して前との連絡に努めること。
6. 体調不良の人は、コースの状態を考えて、参加・不参加を決めること。
7. 雨の恐れのあるときは、リーダーに連絡して、決行か否かを確認する。
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、人の和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. 夏期の例会は十分に水を確保して、脱水状態にならないよう注意
すること。

以上

あ　と　が　き

歩こう会の平成22年10月から1年間の活動の記録「自然の中へ」第32集をお届けできることになりました。

この1年間は予定した例会23回のうち22回が行われました。

本号では、表紙の題字を長い間使わせていただいた山田光月先生の文字に替って私たちの会員の文字で表紙を飾ることにいたしました。

この企画を快く引き受けていただいた10期生の田中カホル様に感謝しています。

これは、次号以降も続けて行きたいと思っています。

第1号の「自然の中へ」の中で我々の大先輩・諸節光吉氏が書かれた一節を引用させていただく。

「とにかく歩くことは素晴らしいことだ。理屈抜きに楽しい。少し位気分が悪くとも歩きだすと身体がしゃんとして生気がわいてくるから不思議だ。」

本当に不思議です。歩いてみるとこのことが実感できます。

今後も皆さんと一緒に楽しく歩いて、その記録を残していきたいと思えます。

28期 平田 勝巳

平成23年（2011）12月

自然の中へ 第32集

岸和田健老大学歩こう会

代表世話人 大久保勇

編集 歩こう会事務部