

自然の中へ

第36集

第734回～第754回

岸和田健老大学
歩こう会

「自然の中へ」 第36集

表紙の題字:18期 栗本由美子様

目 次

《序文》 3年先を楽しみに学長 鶴田隆志.....2頁

例会記録(734回～754回)3頁

達成距離25頁

例会心得27頁

平成26年度歩こう会決算報告書 30頁

あとがき32頁

「３年先を楽しみに」

学 長 鶴 田 隆 志

厚生労働省が発表した９月１５日現在の１００歳以上（百寿者）は６１，５６８人。集計を始めた１９６３（昭和３８）年は１５３人だったのが９８年（平成１０）年に１０，０００人、２００７年に３０，０００人、１２年に５０，０００人を突破して、４５年間連続で記録更新しました。超高齢社会の一断面といえましょう。

この劇的な数字と最近読んだ東北大学加齢医学研究所の瀧靖之教授の最新刊『生涯健康脳』から私は今後、「歩こう会」から健康長寿者が続出するとひそかに思っています。瀧教授は「脳が健康を保ち人間として幸せであり続ける」ための「生涯健康脳」を提唱。認知症予防に向け生活習慣、MRI（磁気共鳴画像法）による脳の画像などの解析結果に基づき以下のように書いています。

「脳のために良いこと」を集めてアカデミー賞のような授賞式を行ったとしたら（中略）、オスカー賞は「運動」というスターに（中略）。「運動」といっても（中略）１日に３０分歩く程度の「運動」です」。そしてスターのなかの筆頭にウォーキングを上げているのですからうれしいですね。

１９７８（昭和５３）年に創立の岸和田健老大学と軌を一にして誕生した「歩こう会」は創部以来９月までに７５４回の例会を催し、走行距離は計６，９０８^{キロ}、参加延べ人数は２６，０００人を超えました。２０１８（平成３０）年の本学創立４０周年にはおそらく区切りの８００回、７，５００^{キロ}を超えるに違いありません。参加回数の最も多い人は４００回を上回るでしょう。メンバーの皆さん。その節には二重、三重のお祝いをしようではありませんか。

〈例 会 記 録〉

(第734回～第754回)

第734回	北・山の辺の道……………	4頁
第735回	熊野詣⑤ 東岸和田～泉佐野……………	5頁
第736回	二上山(雄岳・雌岳)……………	6頁
第737回	箕面ハイキング……………	7頁
第738回	堺 散策……………	8頁
第739回	納会(水間周辺～松葉温泉)……………	9頁
第740回	岸和田・神社参拝……………	10頁
第741回	池上曾根史跡……………	11頁
第742回	泉大津ツールドウォーキング……………	12頁
第743回	中山寺から清荒神へ……………	13頁
第744回	和歌山城下町を歩く……………	14頁
第745回	熊野詣⑥ 泉佐野～和泉砂川……………	15頁
第746回	服部緑地から万博公園……………	16頁
第747回	一泊例会(かんぽの宿彦根)……………	17頁
第748回	交野・くろんど園地……………	18頁
第749回	武庫川溪谷と廃線トンネル……………	19頁
第750回	淀川・姫島から千船・杭瀬……………	20頁
第751回	泉佐野丘陵緑地公園……………	21頁
第752回	貝塚から二色の浜……………	22頁
第753回	南港野鳥園……………	23頁
第754回	泉北・小谷城址コース……………	24頁

第734回例会

平成26年10月12日(日)

行 先 北・山の辺の道

距離・難易度 11km ○○○ 担当 E-2 班 下谷、天野、川崎(啓)、脇

参加人数 17名 天気・気温 曇のち晴 24℃

コース : 南海岸和田駅＝難波駅－近鉄大阪難波駅＝近鉄奈良駅－興福寺
－春日大社－あせびの森－八坂神社－崇道天皇陵－円照寺－
帯解寺－JR帯解駅

行程記録

8:38	南海岸和田駅 発	13:10	八坂神社 発
9:25	近鉄大阪難波駅 発	14:15	崇道天皇陵 発
10:20	近鉄奈良駅 発	15:05	帯解寺 発
12:10	あせびの森 発	15:10	JR帯解駅 着 (解散)

記 事

2日後に大学祭(発表会)と台風襲来を控えているせいか17人と少なかった。天気は“歩き日和”で気持ちよくスタート、興福寺から春日大社の参道に行く。本日は“鹿の角切り日”で見物客が列をなしていた。春日大社は20年に1度の式年造替(第60回目の社殿大修理)中で寄付を募っていた。あせびの森では花木“あせび”と“あしび”について論談、帰ってインターネットで調べたら漢字は(馬酔木)、同類異種と思うが！ 新薬師寺、白毫寺を素通りし山の辺の道らしいコースに入る。“防鹿柵の扉を開き最後尾者は必ず閉じて鍵を掛ける事”の看板あり。指示どおりに通過する。後半には“防猪柵”もあった。奈良らしい。

奈良盆地の広く長閑な遠景、収穫前の稲が穂も葉も茎まで黄色く染まり、そのきれいなこと、田畑、土道、加えて“村まつり”、村人が小さな神輿に集まり大人から子供までワイワイ。まさに日本の原風景、感動！！！！

参加者 初参加 37期 柳田紀子

天野、榊原、平田、川崎(啓)、脇、下谷、赤垣、福村、田中(市)、岡、尾崎、大谷、木村、石居、鈴木、村田(勝)、柳田

下谷 記

第735回例会

平成26年10月26日(日)

行 先 熊野詣⑤ 東岸和田～泉佐野

距離・難易度 10km ○○ 担当 A-3 班 福村、岡、下川、田川

参加人数 28名 天気・気温 曇 26.1℃

コース : JR東岸和田駅―半田一里塚―正福寺―南近義神社―加支多神社
―佐野王子―南海泉佐野駅

行程記録

10:10	JR東岸和田駅 発	13:00	加支多神社 発
10:45	半田一里塚 発	13:50	佐野王子 発
11:55	正福寺 発	14:10	南海泉佐野駅 (解散)
12:00	南近義神社 着 (昼食)		

記 事

今回は熊野九十九王子のうち五王子を巡るが、王子跡の碑があるのは一つだけである。JR東岸和田駅を10時過ぎに出発、30号線を南下、途中から脇道にそれ半田一里塚に着く。山條さん(36期)の住まいがこの近くで、大勢の人たちの歓迎を受けた。一里塚までの途中にある三和製作所に浅字川王子があったとされている。

30号線に戻って、水間鉄道石才駅傍を通り、阪和線をくぐり、イオンで15分の休憩をとる。その後、正福寺(鞍持王子は当寺の側にあったとされる)を經由して南近義神社に着く。神社の由緒によれば、天野明神ともよばれており、明治40-42年に鞍持・近木両王子は当神社に合祀されたとのこと。ここで昼食とした。集合写真を撮って出発、26号線を横断して加支多神社(この辺りに鶴原王子があったとされている)に到着、5分休憩の後出発する。64号線に出て佐野王子跡(碑がある)を見、南海泉佐野駅に到着。全員で、身体をほぐして、解散した。

参加者

天野、前川、田川、榊原、植田、平田、川崎(啓)、脇、出上、下谷、下川、田中(ト)、浅海、赤垣、福村、岡、高野、尾崎、塩谷、大谷、木村、村田(謹)、公文、鈴木、山條、村田(勝)、中島、柳田

福村 記

第736回例会

平成26年11月16日(日)

行 先 二上山(雄岳・雌岳)

距離・難易度 8km ○○○ 担当 B-3 班 大久保、田中、池田、植田・山原

参加人数 27名 天気・気温 晴時々曇 14℃

コース： 南海岸和田駅＝新今宮駅＝近鉄阿部野橋駅＝二上神社口駅－
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－傘堂－當麻寺－近鉄当麻寺駅

行程記録

		12:05	雄 岳 着
8:38	南海岸和田駅 発	13:00	馬の背(昼食) 発
9:34	近鉄阿部野橋駅 発	13:20	雌 岳 発
10:20	近鉄二上神社口駅 発	15:10	當麻寺 発
10:45	二上神社 発	15:25	近鉄当麻寺駅着 (解散)

記 事

雨で順延にもかかわらず参加多数でよかった、よかった。二上神社の境内で点呼、体操、朝礼。今日は本格的な山コース。最初から急な登りが始まる。15分毎に5分の休憩とこまめに休憩をとりながら順調に、雄岳(517m)に無事登頂する。

雄岳と雌岳のコル、馬の背で昼食休憩。午後はまず雌岳(474m)へ登る。きれいに晴れていたのも、奈良側には、耳成山・香久山・畝傍山の大和三山が望める。

これより奈良側に一気に下る。急な下りを慎重に岩屋峠まで下る。ここで小休止、峠の千年杉と岩屋を見学。祐泉寺まで下ると平坦な道になり、途中「傘堂」に、そして當麻寺へ。登ってきた二上山をバックに集合写真を撮り、歩行後のストレッチ体操を皆さんお疲れ様でした。当麻寺駅前の名物饅頭は売り切れでした。

参加者

初参加 33期 村岡範子 34期 村野延子 新宅埤征

筒井、天野、前川、田川、大久保、池田、植田、平田、山原、川崎(啓)、脇、出上、下谷、赤垣、田中(市)、村岡、福井、岡、大工、村野、新宅、尾崎、塩谷、村田(謹)石居、公文、鈴木、

田中 記

第737回例会

平成26年11月23日(日)

行 先

箕面ハイキング

距離・難易度 6km ○○ 担当 C-3 班 赤垣、高野、川崎、脇、下川

参加人数 32名 天気・気温 晴 20℃

コース : 南海岸和田駅＝新今宮駅＝大阪駅－阪急梅田駅＝阪急箕面駅－
瀧安寺－野口英世像－箕面大滝－地獄谷－楓橋－瀧安寺－
阪急箕面駅

行程記録

8:28	南海岸和田駅 発	12:10	箕面大滝 着 (昼食)
9:15	新今宮駅 発	13:50	楓橋 着
10:00	阪急梅田駅	14:00	瀧安寺 発
10:58	阪急箕面駅 発	14:20	阪急箕面駅 着 (解散)

記 事

大阪の紅葉の名所の一つ「箕面公園(箕面の滝)」は、まさに紅葉の見頃期、しかも三連休の中日(日曜日)とあってか・・・燃え立つ紅葉に滝の音が冴えわたり、秋涼爽快、我忘れる程の見事さで“絶景中の絶景”でした。これに勝るに劣らず“人の大群(行列)”に驚いた。片道3Kmのなだらかな上り坂道をゆっくり、ゆっくりと紅葉見物。

瀧安寺は、宝くじの起源である「箕面富」発祥のお寺で、また、日本最古の弁財天としても有名。江の島、竹生島、厳島と共に四弁天の一つ。

箕面大滝は「日本の滝百選」、落差33mの滝で、織田信長も立ち寄っている。

参加者

初参加 36期 芝志津子、37期 朝羽登紀江、川崎貴美子
天野、前川(加)、田川、池田(美)、植田、平田、岡本(国)、山原、川崎(啓)、脇、
下谷、下川、山田(美)、赤垣、田中(市)、福井、岡、高野、木下、堀本、木村、濱口、
村田(謹)、公文、山條、芝、原田、村田(勝)、中島、柳田、浅羽、川崎(貴)

高野 記

第738回例会

平成26年12月7日(日)

行 先 堺 散策

距離・難易度 8km ○ 担当 D-3 班 下谷、平田、福井、田川、池田

参加人数 21名 天気・気温 曇時々晴 10.2℃

コース： 南海岸和田駅＝七道駅－清学院－山口屋住宅－本願寺堺別院－
妙国寺－堺伝統産業会館－土居川公園－堺市役所21F-開口神社
－与謝野晶子生誕跡碑－千利休屋敷跡－南宋寺－南海湊駅

行程記録

9:01	南海岸和田駅 発	11:15	土居川公園 着
9:40	七道駅公園 発	11:55	堺市役所 着
10:10	本願寺別院 着	12:30	開口神社 着
10:25	妙国寺 着	13:40	南宋寺 着
10:35	堺伝統産業会館 着	14:20	南海湊駅 着(解散)

記 事

例年になく寒さが続くためか参加者21名と少なかったが、天気よく風もない歩き日和であった。七道駅を出、朝礼のあと清学院、山口屋住宅は立ち止まりで過ごし本願寺堺別院で休みをとる。廃藩置県により和泉、河内、大和をあわせた大きな県として堺県が創設され、その県庁として約10年間この本願寺別院が使用された。

妙国寺で写真休憩、堺事件(幕末フランス人が禁制の堺に上陸、堺守備の土佐藩士に斬られた事件、結局幕府は11人の切腹で収めた)の碑を見る。堺伝統産業会館ではやはり刃物が目をひいた。一口に包丁というがなんと種類の多いこと、それだけに使い道があるということ。土居川公園にて昼食をとり、堺市役所21Fロビーへ。陽がさし暖かく、高所からの眺望はすばらしかった。

開口(あぐち)神社でボランティアから説明を受け、紙芝居所まで案内された。与謝野晶子碑、千利休屋敷跡(修理中)を立ち見とし南宋寺で休憩、湊駅で解散した。

参加者

天野、田川、池田(美)、植田、平田、山原、杉本、川崎(啓)、下谷、田中(市)、福井、岡、木下、尾崎、塩谷、木村、石居、芝、村田(勝)、中島、柳田

下谷 記

第739回例会

平成26年12月14日(日)

行 先 納会(水間周辺～松葉温泉)

距離・難易度 8km ○○ 担当 E-3 班 出上、天野、全役員

参加人数 44名 天気・気温 晴時々曇 7℃

コース : 福祉センター＝水間寺－農業公園(たわわ)－遊女の墓－自然の家
－道陸神社－松葉温泉・滝の湯(納会)＝岸和田各駅(解散)

行程記録

	10:55	遊女の墓 発
9:00 福祉センター北門 発	11:50	少年自然の家 発
9:25 水間寺 着	12:30	松葉温泉 着(納会)
9:50 水間寺 発	15:30	松葉温泉 発
10:20 農業公園 発	16:00	岸和田各駅 着(解散)

記 事

福祉センター北門より、送迎バスで水間寺へ。直行組はお寺に参拝後、ハーモニーバスで松葉温泉に直行、温泉三昧。歩行組は農業公園～遊女の墓～少年自然の家までやや緩い登り、トイレ休憩後、近道を道陸神社経由でいっきに松葉温泉へ。

まず総会。新役員の提案(大久保代表・平田事務部長退任、替わって下谷氏が代表に、赤垣氏がリーダー部長に就任)と会計報告、いずれも承認される。

続いて天野氏の乾杯の音頭で納会スタート。会食・懇談そしてビンゴゲーム、集合写真の抽選、カラオケ、サンバ踊り、全員で同期の桜の替え歌(歩こう会音頭)などを合唱して、お開きに。玄関前で集合写真を撮り解散、南海岸和田駅・JR東岸和田駅へ送迎バスで帰路につく。盛り沢山のプログラムでやや時間不足かな……。

参加者

特別参加 小西ミノル、坊農喜代治

松阪、筒井、天野、岡田、前川、田川、古田、大久保、澤、山本、池田、植田、平田、岡本(国)、山原、杉本、川崎(啓)、杉浦、出上、下谷、下川、山田、長重、田中(ト)店田、赤垣、福村、田中(市)、井ノ口、澤井、岡、高野、木下、尾崎、塩谷、木村、濱口、村田(謹)、石居、公文、鈴木、中島 田中 記

第740回例会

平成27年1月11日(日)

行 先

岸和田・神社参拝

距離・難易度 8km ○ 担当 女性リーダー班 植田、山原、川崎(啓)

参加人数 35名 天気・気温 晴 11℃

コース : 南海岸和田駅一岸和田天神宮一兵主神社一夜疑神社一忠岡神社
一弥栄神社一南海春木駅

行程記録

8:40	南海岸和田駅 発	11:30	忠岡神社
9:25	岸和田天神宮	11:45	弥栄神社
10:10	兵主神社	12:00	南海春木駅 (解散)
10:45	夜疑神社		

記 事

今日は女性リーダーによる例会。女性リーダー部長の田川さん欠席のため、男性リーダー部長下谷さんから新年の挨拶があった後、岸和田天神宮に向け出発。

戎さんのため、兵主神社では甘酒のふるまいがあり、体がほかほかしてくる。

夜疑神社では多くの参拝の人と会った。忠岡神社を巡り、最後に弥栄神社へ参拝した。同神社では、護摩供養による火祭りを見せてもらった。

南海春木駅で解散した。

参加者

初参加 34期 飯村厚子、36期 三宅重子

栗本・筒井・天野・澤・榊原・植田・平田・山原・川崎(啓)・脇・出上・下谷・下川・
山田・長重・田中(卜)・浅海・赤垣・田中(市)・井ノ口・福井・岡・飯村・尾崎・塩谷・
大谷・木村・村田(謹)・石居・公文・三宅・村田(勝)・中島・柳田・浅羽

山原 記

第741回例会

平成27年1月25日(日)

行 先

池上曾根史跡

距離・難易度 6km ○ 担当 A-4 班 田中、岡、田川、川崎

参加人数 34名 天気・気温 晴時々曇 10℃

コース : 南海岸和田駅＝北助松駅－田中本陣－畦田公園－池上曾根史跡公園－弥生文化博物館－泉穴師神社－泉大津駅(解散)

行程記録

8:57	南海岸和田駅 発	10:20	畦田公園 発
9:14	北助松駅 着	10:55	池上曾根史跡公園 発
9:30	北助松駅 発	11:30	泉穴師神社 発
9:45	田中本陣 発	12:00	泉大津駅 着(解散)

記 事

冬の朝は寒い。が、今日の天気は晴、ウォーキング日和。北助松駅前の広場をお借りして朝礼と体操。紀州街道を南下して、「田中本陣」へ。紀州の殿さんが参勤交代で休憩した貴重な文化財である(現在は非公開)。

畦田公園で小休止、池上曾根史跡公園では、復元された「いずみの高殿」を見学そして、集合写真を撮る。史跡公園では朝市が開かれており、しばし買い物タイム。

泉穴師神社に参拝。休憩中、歩こう会の旗を作ろう井戸端会議? 予定通り進行しほぼ、ドンピシャ泉大津駅に到着、解散する。

参加者

栗本、筒井、天野、前川、田川、池田、植田、平田、山原、川崎(啓)、出上、下谷、美谷、店田、赤垣、福村、田中(市)、村岡、井ノ口、岡、木下、飯村、尾崎、塩谷、大谷、木村、石居、公文、鈴木、山條、三宅、村田(勝)、中島、浅羽

田中 記

第742回例会

平成27年2月15日(日)

行 先 泉大津ツールドウォーキング

距離・難易度 7km ○ 担当 B-4 班 田中、塩谷、田川、池田、植田

参加人数 26名 天気・気温 曇のち晴 13℃

コース： 南海岸和田駅＝泉大津駅－東雲公園－淡輪三昧－ロシア人墓地－
市民会館－小松緑道－泉大津大橋－ポートサービスセンタービル－
東港公園－大津神社

行程記録

9:01	南海岸和田駅 発	10:00	小松緑道
9:05	泉大津駅 着	10:20	泉大津大橋
9:20	東雲公園	11:10	PSCB
9:40	ロシア人墓地・淡輪三昧	11:40	大津神社(解散)

記 事

2月8日予定の順延であったが、参加者は26名を数えた。

9:35東雲公園スタートから、折り返し地点の泉大津大橋までの前半は曇り空で相当冷え込んだが、後半は晴れてぽかぽか陽気に恵まれた。

市民会館を通過して小松緑道に入ると、道路両側の緑に囲まれて心地よくウォーク出来て、散歩やジョギングを楽しむ人に数多く出合った。

泉大津大橋中央付近からの眺めは壮観であった。

この後、水上警察前をぬけてポートサービスセンタービル5Fを経由し、最終目的地である大津神社には11時半過ぎに到着した。折しも、この時間帯の旧26号線は泉州マラソンのランナー通過時刻とぶつかるため、11時50分に同地解散とした。

参加者

栗本、天野、前川、田川、澤、池田、植田、平田、山原、川崎(啓)、下谷、美谷、
店田、田中(市)、岡、木下、尾崎、塩谷、大谷、木村、村田(謹)、公文、三宅、
村田(勝)、中島、柳田

塩谷 記

第743回例会

平成27年3月8日(日)

行 先 中山寺から清荒神へ

距離・難易度 8km ○○○ 担当 D-4 班 下谷、平田、下川、福井、池田

参加人数 25 名 天気・気温 曇時々晴 14℃

コース： 南海岸和田駅＝JR新今宮駅＝大阪駅－阪急梅田駅＝阪急中山観音駅－中山寺－シンボル広場－展望台(夫婦岩)－中山寺奥の院－やすらぎ広場－清荒神清澄寺－阪急清荒神駅

行程記録

8:38	南海岸和田駅 発	12:45	中山寺奥の院 発
10:20	阪急中山観音駅 発	13:10	やすらぎ広場 発
11:00	シンボル広場 発	14:25	清荒神 発
11:45	展望台 着	14:45	阪急清荒神駅 (解散)

記 事

大勢の参拝者とともに中山観音駅から中山寺本堂へ向かう。安産祈願で超有名で奥の院への山ガールが多い。梅林に立ち寄った後、奥の院まで18丁、標高差300m途中で道を間違えたが、全員無事クリアした。歩こう会のメンバーは強い。展望台で休憩し、丁石を数えながら登り、予定より早く奥の院へ到着、昼食とした。

やすらぎ広場で集合写真を撮り、気持ちよく土道を下ったものの途中で又道を見失うが、ロープ伝いの急坂を見つけ、無事通過した。

清荒神清澄寺に到着、清澄寺は大日如来を本尊とし、清荒神は“火”の神である。社務所での話では、寺の本尊が全体の主で、荒神は本尊の守護神であり、礼拝は一礼三拍手、鳥居の色は黒緑とのことである。

道が土のみちであり、気持ちのよいハイキングとなった。参道を下って、阪急清荒神駅に到着、解散した。

参加者 特別参加 平田佳乃(平田さんの孫)

筒井、天野、前川、榊原、池田、平田、山原、杉本、川崎(啓)、下谷、下川、福村
田中(市)、村岡、福井、岡、尾崎、塩谷、大谷、木村、石居、鈴木、芝、村田(勝)
中島

下谷 記

第744回例会

平成27年3月22日(日)

行 先 和歌山城下町を歩く

距離・難易度 10km ○○ 担当 E-4 班 福村、天野、池田、植田、山原

参加人数 27名 天気・気温 快晴 19.1℃

コース： 南海岸和田駅＝和歌山市駅－水門吹上神社－紅葉谿庭園－御橋廊下－岡山の時鐘堂－報恩寺－無量光寺－岡公園－二の丸庭園－京橋－和歌山ブルース歌碑－ぶらくり丁－和歌山市駅

行程記録

9:07	南海岸和田駅 発	12:00	無量光寺 発
10:10	和歌山市駅 発	12:55	岡 公園 発
10:40	紅葉谿庭園 発	13:50	二の丸庭園 発
11:15	岡山の時鐘堂 発	14:20	和歌山ブルース歌碑 発
11:45	報恩寺 発	14:50	和歌山市駅 (解散)

記 事

最高のハイキング日和となった。和歌山市駅を出発、水門吹上神社で小休止した後、けやき大通りを東へ歩き、和歌山城へ行く。城内の桜は蕾がおおきく膨らんで、開花まじか、二三輪咲いている木もあった。紅葉谿庭園、御橋廊下を通り、天守閣の下の公園で休憩をとる。吉宗の建てた岡山の時鐘堂を見て、法恩寺に到着。寺の奥に紀州藩主の御廟がある。苔むした静かなたたずまい、心が落ち着く。その後、き町通りの名のとおり寺院が密集している、その一角の無量光寺を訪ねる。

岡公園で昼食の後、再び和歌山城内に入り、二の丸庭園で休憩、おっさんバントの演奏による懐かしい歌の数々をみんなで楽しんだ。京橋を通り、和歌山ブルース歌碑を見学、メロディに送られてぶらくり丁をぬけ、和歌山市駅に予定より少し早く到着。整理体操をして解散した。本日、甲子園では桐蔭が健闘したが、敗れている。また、翌日は紀三井寺の桜が五輪咲き、和歌山は桜の開花宣言をした。

参加者

栗本、筒井、天野、田川、池田、植田、平田、山原、川崎(啓)、脇、下谷、店田、福村、田中(市)、岡、高野、木下、尾崎、大谷、木村、石居、鈴木、山條、芝、三宅、村田(勝)、中島

福村 記

第745回例会

平成27年4月12日(日)

行 先 熊野詣⑥ 泉佐野～和泉砂川

距離・難易度 10km ○○ 担当A-1班 下谷、尾崎、川崎(啓)、脇、下川

参加人数 31名 天気・気温 快晴 20℃

コース : 南海岸和田駅＝泉佐野駅－南の池公園－靱井王子－檜井川古戦場
－海会寺跡(一岡神社)－厩戸王子－長慶寺－JR和泉砂川駅

行程記録

9:12	南海岸和田駅 発	12:00	海会寺跡(一岡神社)
9:50	泉佐野駅 発	12:40	厩戸王子
10:30	南の池公園	13:25	長慶寺
11:00	靱井王子	13:50	信達宿野田藤
11:45	檜井川古戦場	14:10	JR和泉砂川駅(解散)

記 事

泉佐野駅で、本日の概要説明と点呼・体操をして出発。前日、前々日と雨や曇りの日が続き、花冷えであり気温が上がらず冷たい日が続いていたが、当日は快晴となり、温かい一日で快適に過ごせた。また、桜もまだ花が残っており、休憩時や昼食時に楽しむことができた。

南の池公園のグラウンドに橙がなっており、2、3人の方が摘み取り食していた。靱井王子は民家の庭の隅にあり、一人づつ庭に入り、狭い所での拝観となった。海会寺跡では昼食、記念写真を撮った。次の厩戸王子は以前にも来た所で、人によっては3度来た方もいた。長慶寺では和尚さんから有難い説教を頂いた。

信達宿野田藤はまだ時期が10日ほど早く、芽がでて少ししかたっていないので、雇りの美しさは残念ながらなかった。

泉佐野駅到着後、体操をして解散した。

参加者 初参加 38期 浅井義弘

筒井、天野、前川、田川、池田、植田、平田、山原、杉本、川崎(啓)、脇、下谷、
下川、福村、田中(市)、岡、高野、飯村、尾崎、塩谷、大谷、木村、公文、芝、
三宅、村田(勝)、瀬田、中島、浅羽、川崎(貴)、赤井 尾崎 記

第746回例会

平成27年4月26日(日)

行 先 服部緑地から万博公園

距離・難易度 14km ○○ 担当 B-1 班 岡、塩谷、下川、福井、池田

参加人数 26名 天気・気温 快晴 25℃

コース : 南海岸和田駅=難波駅一地下鉄なんば駅=緑地公園駅一服部緑地
一砂子谷新池一千里南公園一高野公園一海老池一山田西第2公園
一万博公園一万博記念公園駅

行程記録

8:38	南海岸和田駅 発	13:15	海老池 発
10:15	緑地公園駅 発	13:40	山田西第2公園 発
11:15	砂子谷新池 発	14:30	万博公園 着
12:25	千里南公園 発	15:00	万博公園 (解散)

記 事

からっとした快晴で微風が心地よく、高気温の割には暑さを感じることもなく、快適なウォーキング日和であった。事故もなく、予定通りに進む。服部緑地公園と万博公園以外は、千里ニュータウンという土地柄、コースのほとんどはマンションが立ち並び、アスファルト舗装されていてコンクリートの林を歩くが如く、緑を堪能するには少々物足りない感じがした。千里南公園で昼食後、高野公園、海老池、山田西公園と予定通りに歩き、万博公園に到着した。「太陽の塔」をバックに集合写真を撮った。

全員で、自然文化園、万博記念公園を散策する。連休のはしりであり、公園内は大勢の家族連れでにぎわっていた。15時に解散とし、有志のみで、日本庭園を観賞した。万博公園をメインに考えて、園内をゆっくり楽しむ行程にしたらもっと皆の満足感も高まったのではないか、と思った。

参加者

天野、前川、榊原、池田、植田、平田、山原、杉本、川崎(啓)、脇、下谷、下川、福村、田中(市)、福井、岡、塩谷、大谷、木村、村田(謹)、公文、鈴木、三宅、瀬田、中島、浅羽

塩谷 記

第747回例会 平成27年5月10日(日)～11日(月)

行 先 一泊例会 (かんぽの宿彦根)

距離・難易度 7km+7km ○○ 担当 C-1班 下谷、田中(市)、村田(謹)、植田

参加人数 25 名 天気・気温 晴時々曇 18℃

コース： 南海岸和田駅＝新今宮駅＝大阪駅＝彦根駅＝

直行組 彦根駅－彦根城周辺(散策・昼食)－かんぽ彦根

歩行組① 彦根駅－龍潭寺－大洞弁財天－彦根城いろは松－かんぽ彦根

歩行組② かんぽ彦根－北野寺－下芹橋－芹橋－四番町スクエア－彦根駅

行程記録

一日目

二日目

8:53	南海岸和田駅 発	9:30	かんぽ彦根 発
10:00	大阪駅 発	10:25	北野寺 発
11:17	彦根駅 着	10:45	下芹橋 発
11:35	彦根駅 発	11:50	四番町スクエア 着(昼食)
12:20	龍潭寺 着(昼食)	13:00	四番町スクエア 発
15:00	かんぽ彦根 着	13:40	彦根駅 着(解散)

記 事

直行組は彦根駅から巡回バスで彦根城へ。散策・昼食後、タクシーでかんぽ彦根へ

歩行組は佐和山城跡のふもとを、龍潭寺へ。昼食後、大洞弁財天へ、丁度 護摩行
中で珍しい光景を目にする。彦根城入口のいろは松で小休止、順調にかんぽ到着。
宴会では会食、懇談、健歩証の授与、カラオケ、長生きサンバと楽しいひと時でした

翌日、ホテル前で朝礼・体操後、マイカー組に見送られ出発、彦根港に立ち寄る。

北野寺に参拝、湖岸道路を南下、下芹橋から芹川沿いへ、ケヤキ並木を進む。

四番町スクエアで昼食、ここで一次解散、3名彦根城へ。本隊は彦根駅で解散する。

二日間とも天候にめぐまれ、良かった、良かった。

参加者

栗本、天野、清水、田川、植田、坊農、杉本、川崎(啓)、脇、出上、下谷、下川、
店田、福村、田中(市)、岡、高野、木下、尾崎、塩谷、村田(謹)、公文、三宅、
村田(勝)、中島

田中 記

第748回例会

平成27年5月31日(日)

行 先 交野・くろんど園地

距離・難易度 8km ○○○ 担当 D-1 班 福村、公文、脇、福井

参加人数 22名 天気・気温 曇 28. 7℃

コース : 南海岸和田駅＝難波駅－地下鉄なんば駅＝淀屋橋駅－京阪淀屋橋駅＝私市駅－月の輪の滝－くろんど園地休憩所－さわわたりの道－八ツ橋－菅原神社－八葉蓮華寺－かいがけの道－住吉神社－京阪河内森駅

行程記録

8:53	南海岸和田駅	13:10	八ツ橋 発
10:45	京阪私市駅 発	13:40	八葉蓮華寺 発
11:10	月の輪の滝 発	14:25	住吉神社 発
11:50	くろんど園地休憩所 発	15:00	京阪河内森駅(解散)

記 事

5月24日を順延しての例会。私市駅前の公園で、点呼・体操の後、月の輪の滝をめざし出発した。尺治川に沿って進み、滝に着き小休止。これよりくろんど園地休憩所までの間、新緑の中を歩く。距離800m、標高差約100m。休憩所では十分に休みを取り、くろんど池の手前から「さわわたりの道」に入る。鳥の声を踏み、木洩れ日をあびて進む。途中、東屋で休憩する。まわりにはかきつばたが可憐に咲いていた。

八ツ橋で昼食、この辺りは水芭蕉の群生地で、花の時期に来たいものだった。くろんど園地を出、菅原神社を素通りして、八葉蓮華寺に寄る。この寺には仏師・快慶による重要文化財「阿弥陀如来立像」が安置されている。ここから少し下って「かいがけの道」に入る。熊野参りの近道として交野から奈良、五条へ抜ける道で賑わったらしいが、いまは寂れて、昔日のおもかげはない。住吉神社に寄り、河内森駅に予定より30分おくれて到着。身体をほぐして、解散した。

参加者

筒井、天野、池田、平田、川崎(啓)、脇、出上、下谷、美谷、福村、福井、岡、高野塩谷、大谷、木村、村田(謹)、石居、公文、村田(勝)、中島、浅羽

福村 記

第749回例会

平成27年6月14日(日)

行 先 武庫川溪谷と廃線トンネル

距離・難易度 8km ○○ 担当 E-1 班 下谷、田川、池田、植田、川崎(啓)

参加人数 25名 天気・気温 曇 28℃

コース : 南海岸和田駅＝新今宮駅＝大阪駅＝JR武田尾駅－
廃線トンネルハイキング道入口(昼食)－ハイキング道－トンネル7ヶ所
－木の元地藏－JR生瀬駅

行程記録

9:01	南海岸和田駅 発	12:00	ハイキング道入口 発
10:20	大阪駅 発	14:25	木の元地藏 発
10:54	西宮名塩駅 発	14:45	生瀬駅 着
10:57	武田尾駅 着		

記 事

電車から降りるとホームはトンネルと溪谷の橋上、駅を出ると山の緑と溪谷が眼前にあり、軽い感動のため息。本コースは我クラブのH20. 6. 1例会で実施されており、ハイカーが多かった事と共に負傷者が出た事が記録されていた。この件を念頭に置き前回とは逆のコースを採用した。トイレが武田尾駅近くしか無いので先に昼食を摂る、短いトンネルを先に歩き体を慣れさせる、非常に緩いが下り道で楽、などが理由である。朝礼で注意事項を済ませ、昼食で荷物と体を軽くしたあと歩行開始。

山の濃緑と岩柱、道脇の木々の薄緑、川水の流れ、並べられたまくら木を見ながら歩く。そしてトンネル内の暗闇歩行、経験の薄い雰囲気を楽しむながら満足顔でゆくり歩く。7ヶ所のトンネルを通過、約2時間で溪谷に別れを告げ”木の元地藏”へ。

休憩のあと交通量の多い歩道を20分、予定より少し遅れて生瀬駅に到着、全員怪我無く良かった。またいつか来たいコースであった。

参加者

天野、前川、田川、榊原、池田、植田、平田、杉本、川崎(啓)、脇、出上、下谷、店田、田中(市)、岡、高野、尾崎、塩谷、大谷、村田(謹)、村田(勝)、中島、浅羽、川崎(貴)、赤井

下谷 記

第750回例会

平成27年6月28日(日)

行 先 淀川・姫島から千船・杭瀬

距離・難易度 8km C 担当 F-1 班 高野、平田、杉本、川崎(啓)、脇

参加人数 25名 天気・気温 曇 27℃

コース : 南海岸和田駅＝南海難波駅－阪神大阪難波駅＝阪神淀川駅－
淀川堤防－淀川大橋－大和田街道－姫島神社－大野川遊歩道－
大和田住吉神社－阪神千船駅－阪神杭瀬駅

行程記録

9:01	南海岸和田駅 発	13:10	大和田住吉神社 発
9:58	阪神大阪難波駅 発	14:00	阪神杭瀬駅 着
11:10	阪神淀川駅 発		
12:00	姫島神社 発		

記 事

阪神淀川駅前点呼・体操後に、“さあ、出発だ”・・・淀川堤防から淀川大橋(国道2号線)を渡って(帽子が飛ぶ程の涼しい風を受けて)、淀川通の野里交差点を左折、いよいよ歴史の道大和田街道(大阪難波橋～下関)に出る。この地域(西淀川区)は、海拔△1.2m～△1.8m地帯で、昔は満潮時でも浸水したそうである。

万葉集に詠まれている姫島神社にて休憩。

全長4Kmの大野川遊歩道(氾濫が多かったので埋め立てる。真ん中の2レーンは自転車道、残りの2レーンは歩道)を歩き、義経で有名な大和田神社に到着。

昼食を済ませ、千船大橋(神崎川)を渡って一路、解散地の阪神杭瀬駅へ。

因みに、本日の行程は昔は海で、大阪からの重要な航路で、かつ大変な賑わいを誇っていたそうである。本行程では木陰がほとんどなかったが、幸いに曇り空で、かつ、爽やかな風も吹いて、最高の日和で無事に完歩できた。

参加者

筒井、天野、前川、田川、榊原、池田、平田、岡本(国)、杉本、川崎(啓)、脇、
下谷、田中(市)、福井、岡、高野、尾崎、塩谷、大谷、村田(謹)、石居、公文、
三宅、瀬田、赤井

高野 記

第751回例会

平成27年7月5日(日)

行 先 泉佐野丘陵緑地公園

距離・難易度 7 km ○ 担当 G-1 班 出上、天野、福井、田川

参加人数 10 名 天気・気温 曇一時雨 27℃

コース : JR東岸和田駅＝JR長湊駅－意賀美神社－泉佐野丘陵緑地公園－
女形橋口－日根神社－JR日根野駅

行程記録

8:53	JR東岸和田駅	10:30	女形橋
9:15	JR長湊駅	10:55	日根神社
9:50	意賀美神社	11:50	JR日根野駅
10:00	丘陵緑地公園		

記 事

当日朝方前日からの雨も止み、決行を決めるが、集合時間の頃、再度雨が降りだす。参加者も、出足をくじかれた感じで、非常に少なかった。

JR長湊駅から小雨の降る中20分、意賀美神社に到着。お参りを済ませ、すぐ近くにある昨年8月開園した府立泉佐野丘陵公園へ。

公園事務所の職員から、公園のコンセプト(手作り、参加型施設等)の説明を聞き、事務所前で集合写真を撮る。

公園出口からすぐ、女形橋から樫井川沿いを歩き、日根神社へ。

日根神社境内で休憩を取り、府道を一路40分JR日根野駅に向けてまっすぐ下る。

半日コース、12時前、JR日根野駅前で整理体操をして解散する。

参加者

天野、田川、平田、川崎(啓)、下谷、出上、福井、公文、村田(勝)、浅羽

出上 記

第752回例会

平成27年7月19日(日)

行 先 貝塚から二色の浜

距離・難易度 6Km ○ 担当 女性リーダー 川崎(啓)、池田

参加人数 23名 天気・気温 曇 29℃

コース : 南海岸和田駅＝貝塚駅－感田神社－願泉寺－(寺内町)－海浜
緑道－二色小学校－市立自然遊学館－脇浜潮騒橋－二色の浜
公園－二色の浜駅

行程記録

8:38	南海岸和田駅 発	11:10	二色の浜公園(解散)
9:00	貝塚駅 発		
9:20	願泉寺 発		
10:45	遊学館 発		

記 事

台風11号が過ぎ湿度は高く、近畿一円雷注意報が出ていた。歩き始めは寺内町、感田神社はお祭りで丁度神輿の町中巡行の出発に出会い感動。出上さんの案内で尊光寺の天然記念物カイズカイブキを見て、願泉寺で一休み。北町で待機中の太鼓台にも会いおまけつきの例会です。緑道を抜け信号を渡った所で小休止。時々浜風を感じながら自然遊学館に到着。トイレを借り展示物を見学して長めの休憩をとる。貝形の野外ステージ前で記念写真、手入れの行き届いた広場でした。

オープンした二色の浜海水浴場を眺め、公園内はバーベキューで大賑わい、匂いだけ頂き後にする。公園を出た所で一次解散とし、各自二色の浜駅に向かう。多彩な景色を目にしながらの歩き易いコースでした。

翌21日に近畿地方の梅雨が明けた。

参加者

筒井、天野、前川、池田、川崎(啓)、出上、下谷、福村、田中(市)、中塚、福井、岡、北、塩谷、大谷、木村、村田(謹)、山條、三宅、瀬田、浅羽、川崎(貴)、赤井

池田 記

第753回例会

平成27年8月30日(日)

行 先 南港野鳥園

距離・難易度 6km ○ 担当 A-2 班 出上、尾崎、脇

参加人数 15 名 天気・気温 曇一時雨 27℃

コース : 南海岸和田駅＝南海天下茶屋駅＝地下鉄岸ノ里駅＝ニュートラム中ふ頭駅－大阪府咲洲庁舎－ATC－南港野鳥園－南港北－ニュートラム、コスモスクエア駅

行程記録

8:53	南海岸和田駅 発	11:00	南港野鳥園
9:13	南海天下茶屋駅 発	11:20	南港北(元時空館) 発
9:50	ニュートラム中ふ頭駅 発	12:00	ニュートラム
10:20	大阪府咲洲庁舎 発		コスモスクエア駅 着

記 事

当日朝方、前日からの雨も止み決行を決めるが、集合時間の頃、小雨が降りだす。参加者も、出足をくじかれた感じで、いつもより少なかった。

南海天下茶屋駅から地下鉄岸の里駅、住之江公園駅を乗り継ぎ、ニュートラムで中ふ頭駅へ。同駅前で点呼、体操し、小雨も止んだ南港北地域を歩き出す。

大阪府咲洲庁舎に寄る。庁舎内を通り、向かいの建物「ATC」の中を通り抜け、ニュートラムトレードセンター駅の下を南下、南港野鳥園へ続く樹木路を1Km近く歩く。

南港野鳥園の建物の中は、日曜日とあって沢山の野鳥観察、望遠レンズを構えた人たちでにぎわっていた。

しばらく休憩し、南港野鳥園から南港埋立地、元時空館周辺を河川沿いに歩き半日コース、丁度測ったように12時ニュートラムコスモスクエア駅に到着、解散する。

参加者

天野、前川、田川、池田、平田、杉本、下谷、脇、出上、尾崎、塩谷、大谷、公文、三宅、赤井。

出上 記

第754回例会

平成27年9月13(日)

行 先 泉北・小谷城址コース

距離・難易度 10km ○○ 担当 B-2 班 田中、塩谷、田川、池田、福井

参加人数 25名 天気・気温 曇のち晴 27.8℃

コース : JR東岸和田駅＝三国ヶ丘駅＝泉北光明池駅－新檜尾公園－
美多弥神社－和田川沿い－西原公園－小谷城址展望台－
大蓮公園－柵61号窯－ビッグバン前－泉北泉ヶ丘駅

行程記録

8:44	JR東岸和田駅 発	11:35	西原公園 着 (昼食)
9:08	三国ヶ丘駅 発	12:25	西原公園 発
9:25	泉北光明池駅 着	13:20	小谷城址展望台 発
9:50	新檜尾公園 発	14:00	ビッグバン前 着
10:35	美多弥神社 発	14:25	泉北泉ヶ丘駅 着

記 事

雨の予報が外れ、終日 天候に恵まれて快適なウォーキングを満喫することが出来た。緑あふれる新檜尾公園からスタートし、和田川沿いののどかな風景、又 のんびりとした田園風景や、今に残る 郷土色豊かな自然に接することで、心あられる想いであつた。

小谷城址は標高僅か80mの砦ながら、展望台から石津川方面を一望すると、つい先ほど歩いてきたコースが見えた。「和泉国」はやっぱ素晴らしい！

参加者

天野、田川、池田、平田、杉本、川崎(啓)、脇、出上、下谷、田中(市)、井ノ口
福井、岡、塩谷、大谷、村田(謹)、石居、公文、三宅、村田(勝)、瀬田、中島、
浅羽、川崎(貴)、赤井、

塩谷 記

達成距離

第754回(2015年9月13日)「泉北・小谷城址コース」まで

期	氏 名	達成距離 km	初参加 回	期	氏 名	達成距離 km	初参加 回
18	栗本由美子	1,707	382	29	山原 悦子	1,346	562
19	鍵 勉	1,662	357	29	杉本 秀子	708	567
20	筒井美代子	2,242	385	30	川崎 啓子	1,342	574
22	天野 昌明	3,169	421	30	杉浦 初江	180	582
22	前川加代子	1,595	418	31	脇 香代子	693	612
22	清水 啓祐	185	454	31	出上 定男	932	633
23	田川美智子	1,824	450	31	下谷 昌治	1,028	643
26	大久保 勇	924	504	32	下川美津子	467	620
26	澤 京子	1,216	498	32	山田美江子	413	622
26	榊原喜代美	1,222	498	32	長重 操	238	633
27	山本 一美	755	517	32	美谷恵津子	253	642
27	池田美津子	835	584	32	田部井孝雄	221	645
27	植田 文子	688	621	32	店田 全弘	190	705
28	平田 勝巳	1,701	541	33	赤垣 芳一	672	640
28	岡本 國雄	524	571	33	福村 幸盛	677	643
28	岡本 範子	480	573	33	田中 市蔵	912	643
28	坊農喜代治	22	739	33	中塚 昭子	146	646
				33	村岡 範子	22	736

達成距離

第754回(2015年9月13日)「泉北・小谷城址コース」まで

期	氏 名	達成距離 km	初参加 回
34	井ノ口 宏	205	660
34	澤井 史中	31	669
34	寺島 万里	51	661
34	福井智枝子	555	657
34	岡 克己	649	677
34	飯村 厚子	31	680
34	高野 常和	298	685
34	大工 節子	24	725
34	辻 ムツ子	11	718
34	木下 晃	72	730
34	村野 延子	8	736
35	北 敏和	41	697
35	尾崎 忠利	325	688
35	塩谷 俊彦	360	697
35	大谷 香代	312	708
35	木村ひとみ	262	708
35	濱口登志子	20	732
36	村田 謹一	241	705
36	石居 康子	195	705
36	公文 晴男	308	705
36	鈴木 幹朗	164	708
36	山條 洋浩	66	724
36	芝 志津子	42	737
36	三宅 重子	99	740
37	村田 勝洋	179	727
37	瀬田 和世	55	731
37	中島 伸一	152	732
37	浅羽登紀江	83	737
37	川崎貴美子	40	737
38	赤井 義弘	48	745
(参考記録)			
6	金田 定之	4,184	89

歩こう会納会 収支報告書

実施日 平成26年12月14日

場 所 水間・松葉温泉

参加者 44名

項 目	収 入	支 出
会費 @5,000x46名	230,000	
会席+ワンドリンク 44名分		219,500
追加飲み物代(個人精算分)	24,900	23,050
ビンゴゲーム賞品代		2,610
キャンセル料支払 2名分 @2250		4,500
会費返金 2名分 @2750		5,500
本会計より充当金	260	
合 計	255,160	255,160

以上報告いたします

平成26年12月16日

代表世話人

大久保 勇

会 計

植田 文子

事 務 部

田中 市蔵

歩こう会一泊例会 収支報告書

実施日 平成27年5月10日～11日

場 所 かんぼの宿彦根

参加者 25名

項 目	収 入	支 出
会費 @13,000x25名	325,000	
追加飲み物代入金(個人精算分)	13,600	
宿泊代「湖城御膳」 @11,300x25名		282,500
飲み物代(ワンドリンク+個人精算)		22,840
カラオケ+中広間使用料一提携割引		14,200
傷害保険料 @475x25名		11,875
余剰金(本会計へ戻入)		7,185
合 計	338,600	338,600

以上報告いたします

平成27年5月12日

代表世話人

下谷 昌治

会 計

山原 悦子

事 務 部

田中 市蔵

あ　と　が　き

歩こう会の平成２６年１０月から１年間の活動の記録「自然の中へ」第３６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２２回のうち２１回が行われました。

会誌「自然の中へ」の担当を２８期　平田勝巳さんから引継ぎました。片手間でできるものとは思いませんでしたが、やってみると思っていた以上のもので、先達のご苦勞がよくわかりました。一時期、身体が不自由であったことから、前任者の平田さん、３３期の田中さんに過分の負担をかけてしまいました。

歩こう会規則の見直しを行い、新たな手引き集ができました。そのうちの例会心得（会員の部）を掲載しています。一読いただければと思います。

例会心得を守りながら自然に親しみ、親睦をふかめ、健やかな体で歩こう会に参加できるありがたさを感じながら、みなさんと会誌の１ページを編んでゆきたいと思います。

本号から、３３期田中と福村が会誌の編集作業を分担して、行いました。

３３期　田中　市蔵

３３期　福村　幸盛

平成27年（2015）12月

自然の中へ 第36集

岸和田健老大学歩こう会

会長 下谷昌治

編集 歩こう会事務部