



KWA 会報

2013年(平成25年)1月号

第233号 2013年1月1日

発行 神戸ウオーキング協会
651-0076
神戸市中央区吾妻通 4-1-6
神戸市生涯学習支援センター4F
Tel・Fax 078-251-0114

平成25年 新年ごあいさつ

会長 那須 勝

新年あけましておめでとうございます。昨年も年間予定表の37回そして、第4回みなと町神戸ツーデーマーチをスタッフ及び会員のご協力により無事終わることが出来ました。例会は、平清盛の3回シリーズを中心に前半は多数の参加者で盛り上がりました。ツーデーマーチは残念でしたが2日目は午後から台風17号接近ということで10kmコースのみ実施し13時頃終了しました。今年は神戸ウオーキング協会設立20周年を迎えます。設立時からご指導頂いた、以登田名誉会長他多数の先輩のお陰で今日があります。心から感謝致します。神戸W協会も高齢者団体になってきました。山や長い距離は参加できないとの声がありましたので、今年から「ゆったりウオーク」8km位のコースを6回/年新設しました。毎年、コースづくりに苦勞しています。是非みなさまからの積極的なコースご提案をお待ちしております。

今年も、「1・17メモリアルW」「第5回みなと町神戸ツーデーマーチ(記念大会)」を実施致します。例年通り、スタッフ・会員のご協力が必要ですのでよろしくお願い致します。今年も健やか爽やか元気に歩きましょう。

1月例会

ウオーク日本1800

【初詣ウオーク】

L: 石丸

開催日 1月5日(土)
集合場所 JR・各私鉄等/三宮駅(東遊園地)
集合時間 10時
コース 東遊園地～生田神社～湊川神社～湊川公園～長田神社～證誠神社～JR/鷹取駅、私鉄/板宿駅
ゴール予定 14時

☆ 神戸ウオーキング協会初歩き恒例の初詣ウオーク。神戸三大神社、生田神社(稚日女)・湊川神社(楠木正成公)・長田神社(事代主神)詣で。ゴールの権現宮證誠神社にて御神

酒で新春を祝いましょう。松の内の開催で各神社とも混雑が予想されます、譲り合って詣でて下さい。

24・12回ベストウオーカー賞受賞おめでとうございます。対象者は記念品を受け取って下さい。

【第19回六甲山分割縦走①17km(健脚向)】

開催日 1月12日(土) L: 岩貞
集合場所 山陽電鉄 須磨浦公園駅
集合時間 9時30分
コース 鉢伏山上駅～高倉会館～椿谷公園～高取山～丸山～神鉄/鶴越駅

ゴール予定 15時

☆ 今年も六甲山分割縦走が始まります。今年こそ完走をとお思いの方、鉢伏山上駅までは、マイペースで登り、後半に向けて体力を温存しましょう。須磨アルプス・馬の背付近は危険ですのでゆっくりと。風で帽子など飛ばされないようご注意を。年末年始のご多忙でお疲れと思いますが体調と装備を整えてのご参加お待ちしております。

【山麓リボンの道① 14km】 L: 松川

開催日 1月26日(土)
集合場所 JR 甲南山手駅(起点)「森公園」
集合時間 10時
コース 森公園～岡本梅林～白鶴美術館～灘目の水車～深田池～護国神社～摩耶ケーブル～阪急/王子公園駅～JR/灘駅

ゴール予定 15時

☆ 全長45km、神戸らしいまちをリボンのようにつないだ散歩道を起点から終点まで“山麓リボンの道”の道標をたどりながら4回シリーズで楽しく歩きます。今回の見どころは灘目の水車と神戸高等学校の校舎です。

1.17ひょうごメモリアルウオーク

1月17日(木): 全6コース

震災時を思い起こしながら、緊急時の避難路、救援路を自分の足で歩き、防災意識を新たにするとともに、ゴールとなるHAT神戸・なぎさ公園で開催される「1.17のつどい」にご参加下さい。

IVW シール15・10kmの用意をしております。各コースの集合場所・時間は各自でご確認下さい。

ファミリーウオーキング

新春神戸八社巡り 13km

1月13日(日)JR・新神戸駅 10時集合

参加費無料 2012年度4回参加の方には完歩賞が
出ます、申し出てお受け取りください。

とことことんハイキング

お子さん・お孫さんと一緒に歩きませんか

ゴールはいつも須磨海浜水族園

第1回

開催日 1月20日(日)

集合場所 JR 新長田駅 5km

集合時間 10時

コース 鉄人 28号広場～須磨ヨットハーバー
～須磨海浜公園～須磨水族園(解散)

内容 参加費:300円 小学生以下無料

須磨海浜水族園入園料は別途要

希望者は須磨寺まで約10km歩きます。

第2回目は2月11日(祝) JR 須磨駅 10時集合

第3回目は3月24日(日) 第1回と同じ

須磨海浜水族園では記念品として「スタンプブック」

1冊プレゼント・ICOCAカードで入園料10%オフ

企画:JR西日本鉄道 主催:神戸ウオーキング協会

後援:須磨海浜水族園・サンケイリビング新聞社

ご注意 JRふれあいハイキング 33頁に記載の
3/23(土)第19回六甲山分割縦走③
は誤りで、この日の例会は「飛鳥路を歩く」の予定
です。お間違いないようご注意願います。
(六甲山分割縦走③は予定表通り3月2日実施です)

先月の例会を振り返って

箕面公園の南端から北端へ

L:堀米

開催日 11月24日(土)

参加人員 232人(会員133人)

❁ 箕面の紅葉を満喫するウオーキングでした。
2年前の9月例会・熱中症気味歩行のリベン
ジでしたが圧巻は、箕面川ダム湖の紅葉に始
まり箕面大滝の光景、下る散策道の見事な紅
葉のグラデーションでした。落合谷分岐コ
ースの上り、自然研究路6号線の下りとも森林
浴コースを気持ちよく歩き、鉢伏山への登頂
はほぼ全員の方が参加され落ち葉の道を踏
みしめました。“秋の紅葉ウオーク”として
定番例会にしたいほどの好評例会でした。

冬の廃線トンネルと武庫川渓谷

L:岩貞

開催日 12月1日(土)

参加人員 283人(会員179人)

(19km:166名、11km:111名)

☀/❁ 武庫川渓谷は冬が訪れようとしている景

観でした。暗闇のトンネル内の削岩跡は難工
事を思わせるものでした。19kmコースでは倒
木等で怖い思いをされたと思いますが、ゴル
フ場周回道の杉並木や植栽の紅葉、名塩中央
公園からの街並みの景色はいかがでした
か?予定より30分も早く到着、皆さんの健
脚ぶりに敬服しました。

播磨アルプス・高御位山ウオークL:山下高德

開催日 12月8日(土)

参加人員 248人小学生2名(会員120人)

☀/強風 冬山の厳しさにベテラン会員尻込みの
中、一般参加(新人)多く準備の地図完了。野
道を成井登山口へ、階段を上り山頂へ。眺望
の良い岩場で昼食。四方の景色を満喫し、早
めに尾根を歩く。馬の背から下山。岩場で強
い西風(神風)の洗礼を受け、全員恐い尊い冬
山の一端を体験。慈愛深い山の神様に守護さ
れ全員(少女や高齢者)無事下山。鹿嶋神社に
参拝して予定より早めにゴール。ベテラン女
子会員の参加で山の花添えや、ボランティア
の助け合い等で心温まる一日でした。全ての
人、事、物に感謝、有り難う。

神戸ルミナリエウオーク

L:石丸

開催日 12月12日(水)

参加人員 268人(会員150人)

☀ 前日までは寒さも大変厳しく、摩耶海岸・神
戸大橋での寒風を心配しておりました。当日
はあまり寒さを感じることなく、1回目の休
憩では防寒上着を脱ぐ方も多く見かけまし
た。神戸大橋では二列歩行厳守で北公園へ。
休憩時間もたっぷりとり、神戸大橋からの
夕日沈む神戸・六甲山の夜景を楽しんで頂け
たと思います。京都からの参加者に「素晴ら
しい神戸の街ですね」との言葉を頂きました。
ルミナリエは楽しんで頂けましたか?
ゴール場所の変更により IVV シール配布にご
迷惑をおかけ致しました。

新入会員のご紹介

2013年 創立20周年の年です。新しい会員をたく
さんお迎えしたいと思っています。周りの歩く仲間
にお声掛けして、仲間を増やして下さい。

2012年末に下記のお仲間を迎えました。

よろしくお願い致します。

松永 正弘(西区) 相良 真佐美(茨木市)

伊木 由紀(宝塚市) 杉本 勝美(尼崎市)

河本辰夫・恭子(西区) (敬称略)

12月20日現在336名の方々が更新済み、現会員
数は342名になります。

今年はもっと楽しく歩きましょうか 足だけでなくち
よっと頭も使ってみては？ということで《健康川柳》
を募集します。

弁当が こんなにうまい 六甲山

ストレッチ 体動かず 肉躍る

ウォーキング中に浮かんだ1句をメモして上ノ原まで
届けて下さい。会報掲載分には薄謝進呈。紙上は匿名
でも結構です。