



KWA 会報

2013年(平成25年)12月号

第243号 2013年12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北棟4F

Tel・Fax 078-251-0114

2014年度 会員更新手続受付中

12月半ばまでに更新・年会費納入をお願いいたします。各例会でも受け付けますのでよろしく。

共に讃えよう

上ノ原和彦

師走、今年も残り少なくなりました。当協会は、この5月に設立20周年を迎えることができましたが、これも役員及び会員の皆様のお陰で同慶の至りです。

第5回みなと町神戸ツーデーマーチを始めビッグイベントを成功裡に無事終了できたのもスタッフ・会員の協力のお陰で、今年も良い年になりました。共に讃えあいましょう。

今年、39回の通常例会すべてに参加される方は何人誕生するのでしょうか。

来年は、年間30回以上の例会に参加するぞ、毎月300km以上歩くぞ等、少し高い目標を設定し、これに挑戦してみましょう。

寒くなりますが、ご自愛の上、また、初詣ウオークでは元気な笑顔でお会いしましょう。

12月・1月初回例会

【志久峠と水色の道 20km(健脚向)】

開催日 12月7日(土) L: 加藤
 集合場所 神鉄/箕谷駅
 集合時間 9時30分
 コース 肘曲がり～志久峠～中山大杣池～天保池～黒甲越～神鉄/大池駅

ゴール予定 16時頃

☆ 山あり谷あり、大小のゴロゴロ石ありの決して楽なコースではありません。登山用の靴もしくは底の厚い靴を用意された方がよいでしょう。中山大杣池の「水色」は一服の清涼剤となります。

【神戸ルミナリエウオーク 11km】

開催日 12月11日(水) L: 石丸
 集合場所 JR / 灘駅
 集合時間 15時
 コース JR 貨物廃線跡～HAT 神戸～神戸大橋

～中央公園～北公園～みなとのもり公園

ゴール予定 18時30分頃

☆ 今回で19回目となる神戸ルミナリエに合わせて開催。東遊園地は大混雑ですのでゴールは東へ5分ほどのみなとのもり公園です。ゴール後、ぜひ夢灯す光の彫刻・ルミナリエをご覧ください。夕食タイムはとりません。HAT 神戸・神戸大橋を歩きますので寒さ対策を。懐中電灯も役立つかもしれません。

ウオーク日本1800 500選-兵庫③

【赤穂海浜公園を歩く 14km】 L: 小山

開催日 12月21日(土)
 集合場所 JR/播州赤穂駅
 集合時間 10時
 コース 大石神社～赤穂城跡～唐船山～赤穂海浜公園～東御崎～JR/播州赤穂駅

ゴール予定 14時30分頃

☆ 冬の赤穂を巡るコースです。大石神社・赤穂城址を巡り県下で一番低い山・唐船山(19m)に登ります。昼食は赤穂海浜公園です。昼食後赤穂御崎を山側の道より眺めながら歩きます。また雄大な播磨灘も一望できます。

【年忘れ六甲越え 13km(健脚向)

～魚屋道を歩く～】 L: 松川

開催日 12月23日(月・祝)
 集合場所 JR/甲南山手駅
 集合時間 9時30分
 コース 森稻荷神社～蛙岩～風吹岩～雨ヶ峠～本庄橋跡～一軒茶屋～有馬稻荷分岐～神鉄/有馬温泉駅

ゴール予定 15時30分頃

☆ 今年も早や最後の例会となりました。今回は田中敏美さんの最後の企画。魚屋道を歩きます。蛙岩を経て六甲最高峰に登り有馬に下山。今年も仲間と共に六甲越えを致しましょう。積雪時や寒波襲来の折りには凍結も考えられ、軽アイゼンが必要となります。ご注意ください。

【神戸三社・初詣ウオーク 12km】 L: 石丸

開催日 2014年1月4日(土)
 集合場所 JR 他/三ノ宮駅 東遊園地
 集合時間 10時
 コース 生田神社～湊川神社～湊川公園～

長田神社～證誠神社～JR/鷹取・地下鉄/板宿

ゴール予定 14時30分頃

※ 先着 400名にスポーツドリンク 500cc を進呈

☆ 恒例の新年初ウオークです。生田神社、湊川神社に詣で、湊川公園で昼食。長田神社からゴールの證誠神社へ。お神酒で新春を祝いましょう。

2013年度例会に12回、24回以上参加のベストウオーカー賞対象者はできるだけ参加し忘れずに受け取ってください。

ゆったりウオーキング

【尼崎七社巡りで霊験あらたか 8km】

開催日 12月15日(日) L:村上

集合場所 JR/尼崎駅 北広場

集合時間 10時

コース 長洲天満宮～櫻井神社～貴布禰神社～尼崎えびす神社～難波八幡神社～なにわ熊野神社～橋公園～七松八幡神社～JR/立花駅

ゴール予定 14時30分頃

☆ 尼崎市にある66神社のうち、7社に今年1年の締めくくりのお参りを致しましょう。長洲天満宮では菅原道真公の足洗の池を訪れ、えびす神社では一足早い福を授かり、アニメ忍者乱太郎で全国区の七松八幡神社などを巡ります。今回で参加4回以上の方には記念品を差し上げます。

先月の例会を振り返って

五月山の大字火床巡りと池田城趾 L:村上

開催日 10月26日(土)

参加人員 190人 子供3人 (会員150人)

※ 前夜までの台風27号による大雨で開催が危ぶまれましたが、出発時はお天気が回復。噴水がきれいな水月公園を経て五月山登山口に到達。かなりきつい階段を一気に登り、大字火床からの伊丹空港・猪名川・池田市街地の眺望に歓声をあげました。昼食後は自然とのふれあいコースで丸太の吊り橋等を楽しみ下山。整備された池田城跡公園で休憩後、インスタントラーメン発明記念館を横目に阪急池田駅へ無事ゴール。

須磨歴史散策

L:久川

開催日 11月2日(土)

参加人員 301人(会員186人)

※ 急な上りの階段、急な下り坂もある須磨歴史散策でした。早めの昼食休憩を長めにとり、須磨寺は自由参拝・自由見学、午後1時半にはゴール。参加者も多く絶好のウオーキング

日和で、楽しいひとときを過ごして頂いておれば幸いです。

東六甲の穴場・檜ヶ峰を目指す

L:黒住

開催日 11月16日(土)

参加人員 209人(会員122人)

※ 最大のパノラマ「馬の背」からの眺めは少しボヤけていましたが「ワイドパノラマ」を楽しんで頂けたものと思います。来年3月には近隣の別コースで、同種の例会を予定しています。山好きの方、ご期待下さい。

♡♡♡ピンクリボンスマイルウオーク♡♡♡

開催日:10月20日(日)

天候:雨 参加人員:2,900人

乳がんの早期発見・早期診断・早期治療の大切さを伝える啓発運動として神戸大会は今年10年目を迎えました。生憎の雨模様にも拘らず10kmコース1,100人・5kmコース1,800人もの参加者があり無事盛会裡に開催することが出来ました。ご参加いただいた会員、運営にご協力いただいたスタッフの皆様有り難うございました。

楽しいウオーキング教室

第54回 楽しいウオーキング教室(A)

12月8日(日)10時 協会会議室

(受講料A、B共で700円)

第54回 楽しいウオーキング教室(B)

12月22日(日) JR/三宮駅 10時集合

北野異人館コース10km 参加費200円



ネットで検索 今日は何の日

12月7日は神戸市が制定した「神戸開港記念日」1867(慶応3)年12月7日(新暦1868年1月1日)、神戸港が外国船の停泊地として開港した。新暦に換算した1月1日も「神戸港記念日」となっている。尚、11月21日、神戸ポートタワーは開業から50年を迎え記念式典が行われた。(上ノ原 記)

第115回公認ウオーキング指導員研修会

当協会の受講者3名が漏れておりましたのでお詫びして掲載致します。(敬称略)

北田栄二 斎藤巧一 橋本規久子

先月号掲載の4名とあわせ、7名の方々がJWA公認ウオーキング指導員の資格を得られました。

お知らせ

当協会の一般参加者の例会参加費を2014年1月例会より500円に引き上げさせていただきます。

JWA・他協会の会員証をご呈示いただいた方は今まで通り参加費は300円です。

よろしくご承知おき下さいますようお願い致します。