



KWA会報

2016年(平成28年)1月号

第268号 2016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北棟4F

Tel・Fax 078-251-0114

元旦に思う

上ノ原 和彦

明けましておめでとうございます。昨年は「第7回みなと町神戸ツデーマーチ」や「1.17ひょうごメモリアルウオーク2015」をはじめ全ての行事を無事終了することが出来ました。これも偏に会員の皆様のご協力のお陰で厚くお礼申しあげます。

本年もどうぞよろしく願いいたします。

今年の最初(元)の朝(旦)に何を思われたでしょうか？私は役目から会員が元気で行事に参加されるよう願いました。

今年は申年、「申」は草木が伸びきり果実が成熟して堅くなっていく状態という意味があるそうです。当協会も「申」にあやかってますます成熟させていきたいものです。

ところで近畿2府4県のウオーキング協会が構成する「近畿ブロック協議会(略称:KBC)」では、初めての試みとして、KBCの行事「歩く日」(4月10日大阪会場)及び「くつの日」(9月4日和歌山会場)のウオーキングを開催する事になりました。この日は他の協会での行事は一切ありませんので大阪・和歌山のウオーキングに多数参加されるようお願いいたします。

今年も良い年になるように頑張りましょう。

1月・2月の第1例会

【神戸三社・初詣ウオーク 13km】

開催日 1月9日(土) L:小林正俊

2015/12月号に掲載済

【第22回六甲山分割縦走①17km(健脚向)】

開催日 1月23日(土) L:高見

集合場所 山陽/須磨浦公園駅

集合時間 9時30分

コース 鉢伏山～高倉会館～須磨アルプス～椿谷公園～高取山～丸山～鶴越駅前バス停～神鉄/鶴越駅

ゴール予定 16時頃

☆ 神戸ウオーク恒例の六甲山分割縦走の季節がやってきました。須磨から宝塚に至る(公称56km)六甲の山々を4回に分けて縦走します。

初めての方も、ベテランの方も楽しく歩きましょう。寒波襲来時には軽アイゼンが必要です。

【第2回 JR・神戸線ウオーク

A:14km B:22km(健脚) C:33km(超健脚)】

(東海道本線から山陽本線へ) L:高見

開催日 1月30日(土)

集合場所 JR/甲南山手駅

集合時間 9時

コース JR/甲南山手駅～撰津本山駅～住吉駅～六甲道駅～灘駅～三ノ宮駅～元町駅～神戸駅(Aゴール)～兵庫駅～新長田駅～鷹取駅～須磨海浜公園駅～須磨駅(Bゴール)～塩屋駅～垂水駅～舞子駅～JR/朝霧駅(Cゴール)

ゴール予定 A/13:30 B/14:30 C/16:30頃

☆ 好評につき、今年も神戸の東の端から西の端まで歩きます。1回目よりゴール時間が早くなっていますのでご注意ください。あなたはどのコースを歩きますか？

尚、この例会は全コース自由歩行です。

【第22回六甲山分割縦走② 11km(健脚向)】

開催日 2月6日(土)

L:吉原

集合場所 神鉄/鶴越駅

集合時間 9時30分

コース 菊水山～鍋蓋山～修法ガ原～大竜寺～市ヶ原～新神戸駅

ゴール予定 14時30分

☆ 六甲山分割縦走の2回目になります。駅前広場から住宅地を離れ、山道を歩く事になります。北風に負けずに菊水山、鍋蓋山の難コースにチャレンジしましょう。寒さ厳しい頃、体調管理を充分に行ってケガにはご注意ください。なお、寒波襲来時には軽アイゼンの準備も宜しく願います。

ゆったりウオーク

【大坂の陣、真田幸村の足跡を巡る 8km】

開催日 2月7日(日)

L:岩貞

集合場所 JR/大阪城公園駅(環状線)

集合時間 10時

コース 駅前公園～玉造稻荷神社～三光神社～生玉公園～増福寺～安居神社～JR/天王寺駅

ゴール予定 14時頃

見所等は2月号でお知らせいたします。

ファミリーウオーキング

④ 今年も「神戸八社で厄除け祈願」 13km

2016(平成28)年1月10日(日)

JR/新神戸駅 10時集合

2015年度全4回参加の方には完歩賞を差し上げます。

先月の例会を振り返って

バスウオーク 高野山周遊

L: 松川

開催日 11月21日(土)

参加人員 84人(会員80人)

※ 紅葉を期待していましたが、既に紅葉は終わっていました。でも、暖かく高野山には迎えて頂きました。高野山上の街並みを歩き壇上伽藍、新しい中門を見て頂き、三鉢の松で三つ葉の松の葉を探しました。金剛峯寺をゆっくり見学の後ビルマの塔に、そして昼から奥の院に参拝致しました。最後にアクシデントが有りましたが、皆、無事帰宅致しました。

六甲の紅葉を楽しむ

L: 的場

開催日 11月28日(土)

参加人員 156人(会員131人)

※ 集合場所の西鈴蘭台は寒かった。が、昼食の修法ヶ原には12時前後に居たが日の当たるところは暖かだった。残念ながら健脚向きの表示と寒い日が続いていたこともあってか参加者が少なかった。紅葉にはもう一つであったが、ウオーキングコースとしては適当なアップダウンがあり、山道を紅葉を見ながら歩けるのは好評であったと思う。

藍那古道から吞吐ダム

開催日 12月5日(土)

L: 加藤

参加人員 159人子供1人(会員133人)

※ 午前中、古武士然とした藍那古道を少し難渋しながら歩行し、午後からは逆に清純な乙女を連想させる衝原湖の外周へ。時期は初冬だが晩秋の風情が残っていて湖畔の紅葉や山々の黄葉を楽しめたのは一興だった。季節の変わり目を肌で感じる半日となった。

神戸ルミナリエウオーク

L: 久川

開催日 12月9日(水)

参加人員 208人(会員137人)

※ 鉄人28号広場をスタートして新湊川公園・兵庫運河・清盛塚・ハーバーランドへ。みなと公園には点灯前の17時30分にゴール。絵葉書のような夕暮れ時のハーバーランドのイルミネーションの美しさにはうっとりしましたね。第21回目の今年、開催は2日短縮、規模も少し小さくなりましたが、日本初

屋根付き回廊「ガレリア・コペルタ」はいかがでしたか?来年も開催されますように。

明石公園と海峡の道

L: 吉村

開催日 12月12日(土)

参加人員 209人子供2人(会員158人)

※ 厳しい寒さの津軽とは違い、この日は瀬戸内らしい穏やかな明石海峡冬景色でした。大蔵海岸で暖かい日を浴びながらゆっくり昼食。午後の明石浦漁港では、水揚げした魚を一旦大きな水槽に入れることで、急激な環境の変化を避け、魚達にストレスを与えず鮮度を保つという魚への配慮がうかがえました。ご参加の皆様には明石の水産業の雰囲気伝わりましたでしょうか。

健康寿命を延ばす楽しいウオーキング教室

楽しいウオーキング教室

第66回 楽しいウオーキング教室(A)

講義・実技 (A/Bセット 1,000円)

“基礎知識を知ろう 正しい歩き方

2月9日(火)10~15時 受付9:45~

第66回ウオーキング教室(B) 10km ウオーク

2月23日(火) JR宝塚線/北伊丹駅 10時集合

西国街道から昆陽池・伊丹コース 参加費300円

新入会員のご紹介 よろしくお願いたします

竹本 かをる(長田区) 中岡 英毅(加古川市)

加藤 廣賢(北区) 中条 慶弘(灘区)

切手 会員のM様から、多額の記念切手をご寄贈いただきました。会務に有効に使用させていただきたく思います。紙面を借りて厚く御礼申し上げます。

名札 皆さんお持ちですね。新入会の折には必ず名札をおつくりし、お渡しています。皆さんも大事に仕舞いこまずに帽子につけて歩きませんか?お互い固有名詞がなかなか記憶に残らなくなってくる日々、名札を付けて歩いてくださると嬉しいと思います。

HP 「神戸ウオーキング協会」と入力して検索ボタンを押せば、たちどころに、例会のあちこちの景色、老若男女の元気いっぱいな笑顔があふれます。写真だけでなく勿論ニュースも。うなぎ上りの検索回数はなんと230,000回になろうかとしています。皆さんも一度お訪ねください。

更新状況 継続320名/404名中79%+新入4名の324名です。ちなみに更新率の高い順では96,98年、2000,2004,2005年入会と続きます。会員最多は2014年入会の45名です(12月19日現在)。