



KWA会報

2018年(平成30年)5月号

第295号 2018年5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

「汗ばむ季節にふと…」

村上敏雄

あっという間に桜の季節が通り過ぎ、汗ばむ季節の到来となりました。

会員の平均年齢を上げている犯人(?)の一人です。たまに、ふと……自らを振り返るのもいいのではと。

駒澤大学の永井政之先生監修の文庫本にある言葉をご紹介します。

「和敬静寂」(わけいせいじゃく) …互いを認め合うことがはじまり。

茶祖とされる村田珠光が茶道の心をしるした言葉が元といわれています。

和というのは、日本人が最も大切にしてきたことの一つでしょう。「和を以て貴しと為す」とは、聖徳太子の十七条憲法にある言葉。日本が国家として体裁を整え始めた七世紀初めに、すでに「和」が私たちの心を支える大事な背骨とされていたのです。

和敬静寂の四文字は日本人の求める心を簡潔に表しています。和やかに打ちとけて、互いを敬い尊重し合う。清らかな心で生きて、「寂」、すなわち純粋で透明な境地にいたること。「和」の心で互いを認め合えば「敬」が生まれ、「清」を得て「寂」にいたるでしょう。四つの文字を眺めているだけで心がすうっと落ち着いてくるような気がしませんか。

ウオーキングの合間に、気にいった言葉の深い意味を今一度問い直すのもたまにはいいのではないのでしょうか。さあ、気持ち一新これからも一緒にウオーキングを楽しみましょう。

5月・6月の第1・2例会

【高雄山～ドントリッジへ 12km (健脚向)】

開催日 5月5日(土・祝) 9時30分 L:松川

集合場所 新幹線/新神戸駅

2018/4月号に掲載済

【高砂の神社仏閣とキッコーマン工場見学 12km】 L:斎藤

開催日 5月16日(水)

集合場所 山陽電鉄/高砂駅(徒歩10分・十輪寺)

集合時間 10時

コース 十輪寺～高砂神社～向島公園～キッコーマン工場～JR/宝殿駅

帰着予定 15時30分頃

☆ 山陽電車/高砂駅から歩いて10分の、十輪寺に集

合です。「たかさごや～」で知られる謡曲「高砂」の高砂神社をお参りして、加古川右岸を南下し向島公園で少し早い時間の昼食をとり、キッコーマン食品高砂工場を目指します。醤油の製造を、映像展示とあわせ実際に目の当たりに見学します。約90分の見学案内を受けます。また、お土産も販売していますのでぜひどうぞ。

【神戸港を望む森林浴ウオーク 11km (健脚向)】

開催日 5月26日(土)

L:山下奉晃

集合場所 JR/元町駅西口

(北へ徒歩5分・兵庫県公館東側広場)

集合時間 10時

コース 諏訪山公園～ビーナスブリッジ～錨山～市章山～再度公園～蛇ヶ谷～市ヶ原～新幹線/新神戸

ゴール予定 14時30分頃

☆ 絶好のハイキングシーズンです。森林浴で心身ともにリフレッシュし、開港150年超えの神戸港の景観を楽しみましょう。

日本マーチングリーグ(JML)

【第18回SUN-IN未来ウオーク ツーデーマーチ】

開催日 6月1～3日(金～日)

L:久川

集合場所 神戸市役所北側 花時計前

集合時間 6/1(金) 22:00

コース 6/1 22:30 出発 車中泊

6/2～3 ツーデーマーチ参加

帰着予定 21時頃 三ノ宮 ラウンドワン前

☆ セブンハーバーズの神戸以外の6大会を2017年で回り終えました。今年にはJML公式大会であるSUN-IN 未来ウオーク ツーデーマーチに参加することになりました。「懐かしい日本の風景に出逢える故郷」鳥取県・倉吉市を訪ねます。走行距離も短くゆっくりと移動ができると思います。皆様のご参加を受付中です。

費用; 27,000円 宿泊先; 東郷温泉 水月荘

【思わぬ眺望! 檜ヶ峰を目指す

A:11km B:14km (健脚向)】

開催日 6月9日(土)

L:黒住

集合場所 阪急/甲陽園駅(徒歩5分・西山公園)

集合時間 9時30分

コース (A)北山ダム～社家郷山キャンプ場～檜ヶ峰～ゆずり葉台～阪急/逆瀬川駅

(B) (A)コース～ゆずり葉台～譲葉山～塩

尾寺～湯元台広場～JR/阪急/宝塚駅
 ゴール予定 (A) 14 時分頃 (B) 15 時分頃
 ☆ 縦走路と甲山に挟まれた檜ヶ峰からは思わぬ眺望
 が!! 昼食後は逆瀬川駅へ下るコースと縦走路に
 合流の2 コースに分かれます。

ゆったりウォーキング

【阪神間モダニズム②

歩いて巡る古き良き西宮 7km] L:黒住

開催日 5月20日(日)
 集合場所 JR/甲子園口駅 南口4分 御代開公園
 集合時間 10時
 コース 御代開公園～松山大学温山記念館～※
 武庫川女子大学甲子園会館(旧甲子園ホ
 テル)～国道2号線武庫大橋～甲子園球
 場～今津六角堂～多門ビル～JR/西宮駅
 (※ 文化庁 登録有形文化財)

ゴール予定 14時頃

☆ 2/18の芦屋に続く阪神間モダニズムを訪ねるシ
 リーズ2回目。今回は西宮市内に残るその時代の
 名建築などを巡りながら、約100年前の人々の生
 活に思いを馳せてみましょう!

☑ **ゆったりウォーキング7/22(日)「アサヒビール工
 場見学・試飲」<事前申し込み120名>の受付を行っ
 ています。残数があれば、以降の通常例会でも受付。**

楽しいウォーキング ④

【多田街道・西国街道から伊丹・水と緑のみち 11km]

開催日 5月8日(火) L:高橋
 集合場所 JR/北伊丹駅(南口・西猪名公園)
 集合時間 10時
 2018/4月号に掲載済

第9回神戸・六甲山ツデーウォーク

(主催:六甲山ツデーウォーク実行委員会)

5月19日(土)・20日(日)

ファミリー向けから健脚向けまで6コース!!

新緑のまぶしい六甲山で初夏を感じよう!!

◆集合場所・スタート時間

- 5/19(土) Aコース(8km 健脚向)
 深田池公園(阪急御影駅下車) 9:30
- Bコース(8km 一般向)
 六甲山カンツリーハウス 10:00
- Cコース(3km ファミリー向)
 天覧台(六甲ケーブル山上駅) 11:00
- 5/20(日) Dコース(12km 健脚向)
 王子公園(阪急王子公園駅下車) 9:30
- Eコース(7km 一般向)
 六甲山カンツリーハウス 10:00
- Fコース(3km ファミリー向)
 天覧台(六甲ケーブル山上駅) 11:00

- ◆受付 各コース共スタートの30分前
- ◆参加費 500円/1日(3才以下無料)
 (六甲山カンツリーハウス及び
 六甲山高山植物園の入場料含む)
- ◆ゴール 六甲山カンツリーハウス(イベント会場)
 ※詳細は配布中のチラシをご参照ください。

**先月の例会を振り返って
 創立25周年記念ウォーク**

L:久川
 開催日 3月17日(土)
 参加人員 会員168人
 ※ 今年の歩行距離は約7kmになりました。予定の
 10km コースは下見時に信号等で時間がかかり過
 ぎ、総会を12時から開催出来なくなるので、時
 間の関係で長田区の旧事務所跡付近、寅さんプレ
 ートは断念しました。総会会場『シーパル須磨』
 には予定通り11時30分頃に到着し安堵しました。

桜花の加古川古墳めぐり L:原

開催日 3月31日(土)
 参加人員 164人(会員113人)
 ※ しだれ桜満開の宗佐(そうさ)の八幡宮から宮山(み
 やま)農村公園へ。印南野平野を眺めながら早い目
 の中食(ちゅうじき)、西条廃寺跡で小休止の後日岡
 山公園の満開の桜花に迎えられてゴール。行く先々
 での桜花と天候に恵まれた一日でした。

(花シリーズ②)
水の都・大阪と桜 L:橋本

開催日 4月7日(土)
 参加人員 189人(会員130人)
 ♣️/☀️例会の1週間ほど前から「桜の開花情報」に一
 喜一憂し、毎日、桜とお天気がとても心配でした。
 そんな気持ちを知ってか知らずか、造幣局の見事
 な桜が私たちをなだめて下さったようでした。春
 は「桜」。桜はその色合いから心を穏やかにして
 くれます。そして咲いて、散っていく姿から出会
 いと別れを感じさせます。皆さんは今年、どんな
 素敵な出会いがあるのでしょうか。

ゆったりウォーキング
アーモンドの花をゆったりウォークで L:堀米

開催日 3月18日(日)
 参加人員 271人(内子供2人)(会員53人)
 ※ アーモンドフェスティバル開催中の東洋ナッツ
 工場の会場内は大勢の参加者であふれ、各ブース
 は買い物客の長蛇の列。私たちは雰囲気を楽しむ
 だけでしたが300人近くの参加者を無事にゴール
 までご案内することができました。

2018新入会員のご紹介 よろしくお願ひいたします
 宮本 章三・幸子(垂水区)
 4月21日現在 会員数 305名