



KWA会報

2023年(令和5年)5月号

第355号 2023年5月1日

発行 神戸ウォーキング協会

〒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

2023.5.8より新型コロナウイルス感染症の位置づけが「5類」に引き下げられることに伴い、JWAより3.27日付で、下記の指針が出されました。

当協会もこの指針を基として、今後の活動を続けていきます。ご一読をお願いいたします。

〈指針〉

(一部省略)

国による新型コロナウイルス感染症に関連した「マスク着用の考え方の見直し等について」及び5月8日より感染症法状の位置づけが「2類相当」から「5類」に引き下げられることを踏まえ、また、ウォーキングイベントの開催は、With コロナ時代の心身の健康維持の上で有意義な社会活動であると同時に、コロナ下での開催でのリスク回避などに対するノウハウが蓄積してきていることを勘案して、

コロナ以前のウォーキングイベント開催様式での開催を可とする。

即ち、出発式、ウォーミングアップなどの実施も可とする。但し、コロナ対策は継続すること。また、コロナ情勢は刻々と変化していることを考えて、常に情勢を注意深く見守り、臨機応変に対応すること。具体的なコロナ対策として、以下を行うこととする。

1. インフルエンザ感染拡大防止等のガイドラインも参考に、
 - ① 運営スタッフ等イベント関係者の手洗い(手指消毒)、うがい、健康状態の管理に努める。
 - ② スタッフや参加者間の適切な距離の確保を行う。
 - ③ イベント参加者に対して、手洗い(手指消毒)の励行、自ら三密状況を作らない、健康状態を自己管理することに対する協力を要請する。
 - ④ 体調が良くない場合(発熱、咳、咽頭痛など)は、イベント参加の自粛を要請する。
2. マスク着用については、ガイドラインを参考に、
 - ① 運営スタッフは、マスクを持参し、状況に応じて着用する。(距離が近く、会話の発生する受付では着用を推奨する)
 - ② イベント参加者には、マスク持参を求める。その上で、現場において三密が予想される場面では着用を推奨する。

5月、6月の第1例会

【小野アルプス縦走 17km(超健脚向)】

12の頂を越えて L: 吉原

開催日時 5月6日(土) 10時
 集合場所 JR 加古川線/市場駅 南広場
 コース 詳細なコースは4月号参照

交通・参考 三ノ宮 8:39→加古川 9:13→市場 9:29

ゴール予定 15時頃

☆ 小さなアップダウンを繰り返しながら歩きます。脚力、体力に不安な方にはエスケープルートも用意しています。昼食後は紅山登山コースにチャレンジ! 山頂から4つのピークを越えながら福甸峠まで下り、ゴールへ。

【山麓リボンの道④ 14km】 L: 松山

開催日時 5月13日(土) 10時
 集合場所 JR 神戸線/須磨駅 南側(須磨海岸)
 コース 須磨浦公園～旧グッゲンハイム邸～ジェームス山～東垂水展望公園～平磯芝生広場～恋人岬～五色塚古

墳～舞子公園～山電/西舞子駅

(起点・終点)～JR 神戸線/朝霧駅

ゴール予定 14時半頃

☆ 山麓リボンの道も最終回を迎えます。①～③に比べて坂道の少ないコースです。①～④全てのコース完歩を目指す方や今回初めて参加される方も、須磨海岸からのしおかぜ香る道から外国人住宅街として繁栄した塩屋、ジェームス山の坂道歩きや、明石海峡越しに臨むおのころの島影の景観をあらゆる目線で満喫できます。ご参加の皆様をお待ちしております。

【布引の新緑を求めて 10km】 L: 高見

開催日時 5月27日(土) 10時
 集合場所 JR/三ノ宮駅 東遊園地
 コース 生田川公園～布引見晴し展望台～北野(背山散策路)～北野町広場～移住ミュージアム～諏訪山児童公園～宇治川公園～JR 神戸線/神戸駅

ゴール予定 14時頃

☆ 4月なら桜が有名な「ぬのびき花街道」を

通り抜け、緑の映える布引見晴展望台に上がります。ここからは港や街並を眺めることができ、上がってきたことを「よかった」と思えるでしょう。この後の北野道は山道ではありませんが、初心者の方には「山に来た～」と書いていただけるかな(笑)神戸の山麓を楽しみながら歩きましょう。

【裏五月から余野街道～舎羅林山越 13 km (健脚向)】 L: 佐々木

開催日時 6月3日(土) 9時30分
 集合場所 阪急/池田駅 駅前公園
 コース 大文字火床～日の丸展望台～千代山～中川原ルート下山道～余野街道～伏尾台中央公園～舎羅林山～岩場展望所～スペイン坂～能勢電/平野駅
 ゴール予定 15時頃

☆ 坂の多い2低山を越える歩きごたえがある健脚向コースです。見どころは、火床からのパノラマ眺望、裏五月と舎羅林山です。裏五月の山道は日当たりが悪い上、ハイカーも少なく、表側の五月山公園と違い山の雰囲気もかなり異なるのが特徴です。足元の悪い急な下り山道も通りますので、慌てず慎重におりて下さい。舎羅林山は所々に急な登り、下りがありますが展望岩からは北側の眺望が望めます。最後は住宅街に出て”スペイン坂”を下りゴールになります。山道と街歩きに適した、トレッキングシューズがお勧めです。

*尚、雨天の場合は五月山公園周回コースに変更し、昼食無しで午前中終了となります。

先月の例会を振り返って

総会ウオーク

開催日 3月18日(土)
 参加人員 会員110名

※ 久しぶりの西神南駅からの農業公園への道。しかし天気予報通り朝から雨。でも9時過ぎから雨が上がり、晴れに変わるとの予報を信じ歩き始めました。歩き始めはポツポツと雨がりましたが段々と天気回復し、農業公園に着いた時はチラッと☀️が。

山麓リボンの道②

開催日 3月25日(土) L: 吉原
 参加人員 157名(会員101名)

※ 曇り空で良い天気とは言えず心配していましたが、しかし、出発してみると時折、晴れ間もあり、程よい気候の中で例会を実施出来ました。今年は、桜の開花が早く、コース上の桜がみんなを楽しませてくれました。北野異人館通りも大勢の観光客でコロナ禍も忘れるほどでした。事故が無く無事に楽しい例会開

催が続く事を心がけたいと思います。

西宮の海浜をあるく

開催日 4月1日(土) L: 高橋
 参加人員 127名(会員106名)

※ 当日は、雨天順延でセンバツ高校野球の決勝戦に重なり受付場所を甲子園浜の鳴尾球場跡地に急遽変更しました。皆様のお陰で滞りなく受付等でき有難うございました。海浜ではあまり風もなく快適なウオーキングでした。桜は昼食場所、夙川とともに満開でご堪能いただけたと思います。

山麓リボンの道③

開催日 4月8日(土) L: 高見
 参加人員 187名(会員102名)

※ 高低差があり、入り組んだ道を歩くコースでした。参加者から「一人で地図を見ながら歩け」って言われても、絶対無理との話が有ったぐらいですから。西山公園、高取山登山道から見渡せた景色はいかがでしたか？神戸の山と海が近いことが分かりますよね。今回で3回共完歩された方は、次回の山麓リボンの道④で素敵な完歩賞をゲットしましょう！

第29回六甲山分割縦走④ L: 小林俊

開催日 4月15日(土)
 参加人員 36名(会員32名)

☂️ 雨模様の天気で、参加者が少なかったこともあり、団体歩行に変更。足元が滑りやすい状況であったため、一軒茶屋で一旦ゴールとし、山上ケーブル駅への折り返しコースと魚屋道(有馬)コースに分かれました。今年は雨の影響も大きかったと思いますが、年々六甲山分割縦走の参加者が減少しています。コロナの影響による体力の低下、会員の高齢化、一般参加者へのPR方法などあると思いますが、今後も、楽しく山歩きが出来ればと思っています。

2023 新入会員のご紹介 新しいお仲間です、よろしく 福成 克幸(大阪市西淀川区) 会員数は236名

♥️30周年記念品をまだお受け取りでない配布対象の皆様へ (5月以降～6月末まで配布)

・協会事務所で受け取る
 (月・水・金の10:00～16:00の間)

・着払いで受け取る
 (郵バック 着払い料金¥690要)

♥️7/22開催 “バスウオーク【平福とひまわり】”参加者の募集を開始いたします。先着90名、参加費・会員¥4,500円 一般¥5,000
 詳細は例会配布のチラシ、HPでご覧ください。