



KWA 会報

2024年(令和6年)5月号

第366号 2024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4F

Tel・Fax 078-251-0114

第32回総会で皆様に提案し議決頂いた

① 第7条(3) 正会員には、定期的に JWA 会報「ウオーキングライフ」が送られる。但し、家族会員と二重正会員およびその家族会員は除く⇒削除する。

についてはご承認されたので令和7年度(2025年)より実施させていただきます。

今年度中は、ウオーキングライフ年間購読発注済みのため送付されます。この改正による来年度の年会費について変更はありません。

② 10条(会員表彰)に30年在籍会員表彰を追加する。昨年度より実施済です。

会報は現在毎月発行し、月末・月初めの例会御参加時に直接配布し、残りはHP利用申し出の方を除き郵送しておりますが、この秋からの郵便料金値上げに伴い会報の送付についても検討が必要と思います。

皆様には例会参加時に会報の送付が要/不要のご意志を会長より伺い、来年度以降の経費削減に、ご協力いただけるようお願いをしたいと思います。

5月・6月第1例会

【尼ロックと運河を巡る

U:11km・A:14km】L:小林(俊)

開催日時 5月4日(土) 10時

集合場所 阪神武庫川駅(東岸)

コース 南武橋～西堀運河～尼崎の森中央緑地～中堀運河～尼ロック～中堀運河～北堀運河～出会い橋～元浜緑地～阪神尼崎センタープール駅前(中間ゴール11km・13時半頃)～蓬川公園～JR立花駅(Aゴール・14km・14時頃)

尼崎市南部の海拔0m地帯の治水高潮対策と臨海部の船舶利用のため昭和30年に日本で最初のパナマ運河方式の閘門として建設された尼崎運河を歩きます。比較的信号の少ない平地コースです。河川敷と運河を晩春の爽やかな風を感じながら歩きましょう。

【“謎”の城伝説ガベノ城から観音山降り

16km 健脚】L:佐々木

開催日時 5月11日(土) 9時30分

集合場所 阪急苦楽園口駅

コース 夙川上流緑道～越木岩神社～剣谷登山道取り付き～ガベノ城△480m～

ゴロゴロ岳△565.6m～奥池・遊びの広場～観音山△526m～鷲林寺～北山貯水池～北山緑化植物園～銀水橋～夙川上流緑道～阪急苦楽園口駅

中間ゴール；奥池緑地(8km)

Bゴール；阪急苦楽園口駅(16km)

ゴール予定 15時～15時半
都市伝説になっているガベノ城から、ゴロゴロ岳、観音山を巡るハイキング王道コースです。スタート後の越木岩神社～剣谷登山口までは一般道ですが急坂が続きます。ガベノ城への山道は細く、両端の木々の枝が煩さい個所や、シダこきがあるので、服装、ザック、帽子を引っ掛けずに御注意願います。ガベノ城は新緑で遮られていると思いますが、天気良ければパノラマ展望です。ゴロゴロ岳～別荘地区経由で「奥山緑地園地」入り昼食休憩になります。また、ここで中間ゴールも設けました。東おたふく山、最高峰へ行かれるハイカーのGate Wayにもなっている地点です。こちらで終わられる方は、バスを利用して下山して下さい。午後は池の外周から観音山へ行き眺望をご覧頂いて鷲林寺、緑化植物園～北山公園からゴールポイントまで降りて行きます。観音山の下りはかなり足元が悪い急坂ですので、注意が必要です。変化に富んだハイキングをお楽しみください。(注意事項) *昼食休憩場所の遊びの広場のトイレ使用(清掃協力金100円/1人につき必要)。無料トイレは、少し離れた場所にあります。*前日雨天の場合や当日の気候、風、道の状況により観音山ピークは回避し、谷筋から下山するルートになる場合があります。*下山後の北山貯水池方面への歩道が山の崩落により現在通行止めになっています。例会時に復旧されていない可能性が大きいので車道う回路を通り植物園方面へ向かいますのでご了承願います。*雨天時は、危険回避の為ガベノ城への山ルートは全て回避して高台剣谷住宅街～緑化植物園～北山公園からゴールし、昼食休憩を取らずに午前中で終了予定です。*登り、下りとも手を使うので登山グローブ、軍手を必ず持参お願いします。

【これぞ古都の王道！ならまちと

奈良歴史の道 12km】L:佐々木

開催日時 5月25日(土) 10時

集合場所 JR大和路線/奈良駅

コース 道祖神社～ならまち～御霊神社～八木酒造～新薬師寺～東山緑地～赤乳神社～白乳神社～奈良歴史の

道～春日大社～東大寺鐘楼～東大寺～吉城園～近鉄奈良駅/JR奈良駅
ゴール予定 14時

1300年の歴史を誇る古都。日本の国の始まりを体感出来、また世界遺産に囲まれ、国宝や重要文化財の建築や仏像が多く残されている地です。今回は元興寺の旧境内の中心ならまちを巡り、少し東側の山麓の自然を感じ歴史の道へ足を進めると、鹿たちが出迎えてくれます。婦人病に御利益のある神社やおなじみの春日大社を通り東大寺境内から茶屋がある伝統的日本庭園【吉城園】に入り通り抜けます。最後は興福寺境内を抜け JR/近鉄奈良駅分岐点でゴールになります。王道コースですが、古都の雰囲気をも十分に味わって下さい。*資料館の内覧、社寺への有料拝観はいたしません。*吉城園は入園します(無料)。

【播磨アルプスと笹ユリ観賞

14km 健脚) L:吉原

開催日時 6月1日(土) 10時
集合場所 JR神戸線/宝殿駅
コース 岸～成井～ケモノ道又は参道(笹ユリ)～高御位山(△299.8m)～播磨アルプス(笹ユリ)～桶居山分岐～鹿鳴山(△264.2m)～馬の背～鹿島神社～JR神戸線曾根駅

ゴール予定 15時頃 JR曾根駅

ユリがハイカーに優しく出迎えてくれるでしょう。山頂に到着すれば播磨平野や兵庫の山並みが展望できますよ。ゆっくりと昼食を食べ終えて、アップダウンを繰り返しながら、関西100名山の高御位山を歩きます。スタートから成井登山口までは街中や高速道路下、田園風景等を見ながらアプローチします。登山口で小休止を取って、参道または登山道を登ります。途中、自生している笹ゆりを観賞しながら馬の背から鹿島神社駐車場へ足元を注意しながら下山し、ゴールを目指します。日中は暑くなるので熱中症に気をつけながら歩きましょう。出来れば水分はこまめに取りましょう。

先月の例会振り返って

【日笠山から竜山へ】 L:里吉

開催日 3月23日(土)
参加人数 35名(会員31名)
☂ 朝から悪天候の雨、JR曾根駅から15分の天川東公園をスタート、参加人数は少ないが足取りは順調で、ただ日笠山に向かっていたが雨で道が悪く急遽変更、日笠山を断念し馬坂峠で下山し牛谷ハイキングコース・日笠山の山裾を歩き曾根天満宮を目指し雨宿りと昼食休憩後に、竜山へ再スタート、竜山頂上手前の石段はちょっときつかったかな?でも一息ついた

所で大きな岩に「観涛処」大きな文字が刻まれて感動!?そこからもう少し登り竜山の頂上に到着です。360°見渡せる展望がすごい!その後ひたすらゴールの宝殿駅へ、皆さん雨の中、お疲れさまでした。☆次回機会があれば天候に恵まれた時期に宝殿山、日笠山を再挑戦したいですネ!

【桜・水仙の観賞と食品会社訪問】L:石本

開催日 4月6日(土)

参加人数 147名(会員87名)

☀️ 少し汗ばむ初夏の気候で、桜・水仙の花が美しい1日でした。武庫川沿いの桜並木では「ぼんぼり・短冊」もあり、足元には水仙も咲き「ゆっくり」歩きました。立ち寄った公園ではトイレ・列詰め休憩を意識しました。Uゴールで14名が帰宅され、りんごの花公園を含む街路に設置のモニュメント見ながら「コスモス食品」に向いました。二班に分かれて「講習・試食・展示即売」の後に、ゴールのJR広野駅に向きました。広野駅は電車の本数が少ないため約30名の方が桜回廊を新三田駅に向きました。途中列車とすれ違い・遠くの特急列車桜や水仙の花を見て楽しんでいる様子もみられました。今回のコースは13kmと少し長く里山越えもあり疲れたので少し短いコースを企画してくれとの要望がありました。次年度以降の例会にもう少し短いコースを提案する予定です。

【花の歳時記園(春)を訪ねて】L:時枝

開催日 4月13日(土)

参加人数 163名(会員118名)

☀️ 集合場所の大蔵海岸では明石海峡大橋の絶景が見えてよかったです。今回は、春の歳時記園という事で、ちびっこ公園・明高前公園・上の丸ヒマラヤ公園と朝霧公園にある、朝霧名称由来の碑を訪ねました。楽しんでいただけましたでしょうか?大蔵海岸からは、上り下りがあり汗ばむ気候でしたが、さわやかな風が吹き心地よく歩きました。ゴールの明石公園では桜が満開のため花見客で賑わっていました。花の歳時記園は、春・夏・秋・冬と4回歩きます。(4回完歩で記念品を)スタートとゴールに押印しますので次回参加の時はスタンプカード【再発行不可】を忘れないようにしてください。次回も参加をお待ちしています。

お知らせ

7月6日の”バスウオーク“【海の京都・天橋立散策と伊根の船屋】の受付状況は、残り9名です。(4/20現在)定員になり次第締め切りをさせていただきます。早めの申し込みをお待ちしています。

2024年新入会員

(敬称略)

井上 勝(神戸・東灘区)・緒方 寛(須磨区)
(会員総数は2024.04.20現在212名)