



KWA 会報

2025 年(令和 7 年)3 月号

第 374 号 2025 年 3 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

第 33 回総会の開催のご案内

第 33 回総会は総会ウォーク終了後に、開催
します。ご参集下さい。

日時：3 月 22 日 土曜日 13：00 予定

場所：コムスタ神戸 4F 体育館にて

開催します。

会報 4 ページの会計案等に目通しの上、今
後の協会運営に、活発なご意見をいただき
ますように、よろしく願いいたします。

アクセス：JR 三ノ宮駅・阪急/阪神三宮駅
より東へ 15 分弱。旧西国街道を約 900m、
生田川を渡ります。大安亭市場入り口南コミ
スタこうべ(旧吾妻小学校)4F へ。

(尚、当協会事務所は北棟 4F です。)

2025 年総会で表彰の永年会員の方々は以下のと
おりです。ご出席をお願いいたします。

◆20 年表彰者 6 名 会員番号順・敬称略

山下 奉晃 紀野 猛男 小中 清史
高橋 捷之 島田 壽美子 石田 篤夫

◆10 年表彰者 5 名

小林 俊隆 奥村 好宏 岡田 豊和
笹木 始 中島 博幸

※会員年齢構成(2025.1.31 現在)

会員 181 名 平均年齢 74.7 歳

男 130 名 75.1 歳 女 51 名 73.8 歳

男	年齢層	女
1	90 歳以上	1
13	85 歳～89 歳	0
30	80 歳～84 歳	17
28	75 歳～79 歳	11
25	70 歳～74 歳	5
23	65 歳～69 歳	8
8	60 歳～64 歳	3
1	55 歳～59 歳	6
0	26 歳～54 歳	0
1	20 歳～25 歳	0

「山岳ガイドの登山」

藤原 誠

私が初めて山岳ガイドのついた登山をしたの
は、コロナ禍の 2022 年 4 月葛城山です。理由は単
独登山によるリスク管理のためです。具体的には、
安全な登山ルートを選定、行程の時間管理、エス
ケープポイントの設定、トラブル発生時の対応。
登り慣れない山や初めての山ではとても手間のか
かる作業で、ゴールが見えてこない。

そんなとき「登山学校で富士山に登ろう」とい
う広告を目にして、①摩耶山、②葛城山、③大台
ヶ原、④伊吹山、⑤立山・雄山、⑥富士山に登山
をしながら少しずつスキルアップするという趣向
でした。

興味を引かれたのは特に②③④⑤の登山でし
た。参加して感じたことは、歩くペースがゆっく
りしていること、参加者全員に目を配り歩くペ
ース、休憩などを考えていること、後々気附いた
のですが、最後に歩いている(アンカーに当たる人)
も参加者全員への目配り、時間管理、リタイヤ者
や遅れた人のフォローと大変な任を負っているこ
とでした。最初はゆっくりのペースがすこしもど
かしかったけれど、その余裕を回りの景色や草木
に目を向けることで、ゆっくりの方がいいな！同
じ山を歩いても歩いた回数楽しめるな！と感じて
きました。

これからのウォーキング、同じコースでも皆
さんが一つでも新しい発見ができて、ほっこり
できるように心がけたいと思っています。

3 月・4 月の第 1 例会

六甲山縦走(菊水山、鍋蓋山から

市ヶ原を経て新神戸へ)

11km(健脚向き) L:吉原

開催日時 3 月 1 日(土) 9 時 30 分

集合場所 神鉄/鶴越駅

コース 2 月号を参照

☆ここからコースは山道に入ります。菊水山
の登山口まではダラダラと続く坂道を歩きます。
登山口で衣服の調整と給水を行って、気合を入
れて登ります。山頂では小休止、給水タイム。
息を整えて、鍋蓋山まで再チャレンジしましょ
う。鍋蓋山頂に到着したら、昼食場所の修法ヶ原
まで一気に下ります。昼食をとって一息ついたら
、ゆっくりと新神戸まで下山します。六甲山
縦走の中では距離は短いけどメリハリがあるコ

ースです。一緒に頑張って歩きましょう。

【山麓リボンの道(神戸異人館編)

7・14km(健脚向) L:吉原

開催日時 3月8日(土) 10時00分
 集合場所 灘駅(JR神戸線)北広場
 コース 徳光院～みはらし展望台(昼食)～布引雄滝～新神戸駅(Aゴール)～ラインの館～北野天満神社～風見鶏の館～移住ミュージアム～諏訪山公園～五宮神社～JR神戸線/神戸駅

中間ゴール 12時30分 ゴール 14時30分

☆山麓リボンの2回目になります。

布引の滝を観て、異人館街を歩く神戸の名所めぐりです。灘駅を北上して、王子公園を半周して更に北へ上り、妙光院から南下しながら西に向かいます。徳光院を経てみはらし展望台または雌滝公園で昼食を取ります。新神戸駅でショートコースのゴールとして、本体は北野異人館方面に向かいます。北野町広場から西に向かいながら移住ミュージアムを経由し、諏訪山公園まで。その後、五宮神社を経て、大倉山公園まで向かい、中央体育館前でゴールとします。

天候が良ければ、わくわくするコースです。奮って参加をお願いします。(カードの再発行は不可)

【第33回総会及び総会ウオーク

7km(初心者向) L:久川

開催日時 3月22日(土) 10時00分
 集合場所 神戸駅(神戸駅前北広場)
 コース ハーバーランド(はねっこ広場)～高浜岸壁～中突堤中央ターミナル～神戸ポートミュージアム前～神戸税関前～みなとのもり公園(昼食)～生田川公園～阪神/春日野道駅

総会会場: コミスタ神戸4F 体育館(13:00～)
 ☆昨年より会員以外の方もウオーキングには参加できるようになりましたので、今年のコースは神戸駅で集合し、ハーバーランド・メリケンパークと新しくできた神戸ポートミュージアム前を通り、神戸税関前のみなとのもり公園で昼食を取り、生田川公園から阪神/春日野道駅でゴールのコースに致しました。ゴール後は会員の方は総会に是非出席し、ご意見を賜りたいと思います。

【阪神なぎさ回廊 夙川から

香櫨園浜・芦屋キャナルパーク

12km(一般向) L:小林俊

開催日時 3月29日(土) 10時00分
 集合場所 夙川公園
 (さくら夙川駅徒歩8分)
 コース 夙川オアシスロード～香櫨園浜

～芦屋キャナルパーク～浜風大橋～芦屋市総合公園(昼食)～公園周回～芦屋川～阪神/芦屋駅～JR神戸線/芦屋駅 夙川公園)

☆運が良ければ、夙川沿いの桜並木を愛でることが出来ると思います。春の風を感じながら西宮から芦屋にかけて海浜を歩きましょう。昼休みをゆっくりとりたい方は昼食場所の芦屋総合公園で待機していただければ、30分位で芦屋総合公園周辺を周回して戻って来るので合流してゴールに向かうこともできます。

【特別例会 ツツジ尾根～荒神峠から

大杉谷降り 14・20km(健脚向) L:佐々木

開催日時 4月5日(土) 9時30分
 集合場所 JR嵯峨線/保津峡駅
 コース 保津峡登山道取り付き～ツツジ尾根～荒神峠～表参道合流点～水尾分岐点～黒門△840m～頂上△878m(昼食)～愛宕神社△924m～展望所～月輪寺/大杉谷分岐点～大杉谷～大杉谷/木谷合流点～清滝～清滝バス停(中間ゴール)～阪急/嵐山駅

第一ゴール: 清滝バス停(14:30)14km

本ゴール: 阪急/嵐山駅(15:30)20km

*雨天時ゴール: 清滝バス停(12:00)7km
 (短縮コース/昼食休憩無し)

参加費 会員/一般/他協会共に500円
 (スタッフも有料です)

*本例会は、事前申し込み不要で人数制限もありません。
 *山行特別例会第一弾になります。ハイカーに人気の幻の(?)ツツジ尾根と荒神峠からの急斜面登りです。駅を出て5分程度でツツジ尾根取り付きに到着し、すぐ急登となりますが、皆さんのペースに合わせてゆっくりと歩きます。尾根道へ出ると荒神峠までは極小アップダウンがあります。気持ちの良い森歩きを御堪能下さい。荒神峠で水分・行動食補給後、参道へ繋がる山の東側急斜面を登ります。少し心が折れそうになるかも知れませんが、ゆっくりと休憩を取りながら登って行きます。最後トドメの坂を登り、参道へ合流してゆるやかな階段坂を上って黒門をくぐり境内広場まで頑張りましょう!昼食後は、神社(頂上)を経由して展望所で絶景を拝み、大杉谷へと下山を始めます。急斜面下り、荒れた道が多い下山道ですので注意しながらゆっくり降ります。清滝バス停が第一ゴールです。バスの本数が少ないので、ご注意下さい。本ゴールの阪急/嵐山駅は、観光客に注意するために一般道を通ります。*愛宕神社は通過します。参拝される方は昼食休憩時間内をお願いします。

*雨天時は、ツツジ尾根と荒神峠から急斜面を登り参道合流点まで行き、清滝へのゴールになり昼食休憩無し午前中終了のショートコースになります。《トレッキングシューズがお勧め》

先月の例会の振り返り

【神戸ルミナリエウオーク】

L:久川

開催日 1月25日 (土)

参加人数 176名 (会員 75名)

※新設された灘駅南広場に集合し、神戸臨港線廃線跡から HAT 夢広場で列詰休憩。神戸大橋を渡り、夕焼けの北公園でも列詰め休憩し、神戸大橋からは市章山、錨山に灯がとまり、メリケンパーク会場の光の回廊「ガレリア」も光り輝いているのを見ることが出来ました。東遊園地会場の壮大な光の壁掛け「スパツリエーラ」前でゴールにし、参加者の皆様には自由散策方式でゆっくりと楽しんで頂きました。会員様より一般・他協会の参加者が多かったので、案内希望のあった3名の方と一緒に旧外国人居留地会場、メリケンパーク会場にご一緒させて頂きました。メリケンパーク会場の有料エリアは長蛇の列で、当日券は20時30分からしか見ることが出来ないで、外側からの観賞になりましたが、それでも幅51m、長さ79mの光の回廊は永遠に輝く希望に満ちた素晴らしい装飾で、楽しんで頂ければ幸いです。

【六甲縦走 (鉢伏山、高取山から鶴越へ)】

L:藤原

開催日 2月1日 (土)

参加人数 86名 (会員 48名)

☘ ズーと曇り 視界不良 今年少し趣向を変えて①(「須磨アルプス」通りません) 宣言、②旗振り山・ウバメガシ群落・高取さん山頂で一休み、③頑張らないでください。と勝手なリーダーの登山ポリシー。鉢伏山の急騰、なぜか皆さん余裕「頑張らないで登ってきたよ」とぼつり。横尾道では「須磨アルプスのプレッシャーがなかったのが気持ち楽ちん」となんだかハイキング気分。中間ゴールでは「今日はこれくらいにしておこう」とゴールされた方も多数。後半の高取山ではいつもは通り過ぎる高取山の山頂に立ち寄りました。景色は残念なことに大阪湾一望とはいきませんでした。ただ、高取山山頂から見た、鉢伏山・旗振り山にはそれぞれの思いがあったように思います。鶴越について「あれ、あのタフな六甲縦走？」と皆さん余裕のゴールでした。

【神戸の商店街巡り】

L:時枝

開催日 2月8日 (土)

参加人数 132名 (会員 88名)

*集合場所の若松公園に行くといつもの鉄人28号のモニュメントが、8年ぶりの塗装工事中で囲いに覆われて見えませんでした。逆に写真を撮られる方もおられました。スタート時間まで人が集まらず心配していましたが、いつものように集まってほっとしました。新長田にある商店街から JR 三ノ宮駅まで皆さんおなじみの商店街をのんびり歩く予定でしたが、南京町は人通りも多く歩くのは無理と判断し南京町の西門である西安門前をゴールに変更しました。途中、長田神社の中間ゴールでは寒さなのか多くの方が帰られました。また、東山商店街では買い物タイムを設けますと多数の人が買い物を楽しんでおられました。ゴール前は雪が舞うほどで、スタートからゴールまで寒いウオーキングでした。

(敬称略)

2025年新入会員のご紹介

新しい仲間が増えました、よろしくお願いたします
西川 知延 (明石市) 大熊 和則 (西宮市)
作田 浩二 (明石市)
2025年2月8日現在 会員数は184名です。

2024年度ウオーカー一賞受賞者一覧

ベストウオーカー賞(24回以上)22名

佐藤昌博	小林加須子	久川正博	加藤洋一
山下奉晃	紀野猛男	時枝正治	吉原康之
高見明彦	藤原 誠	高見敦子	橋本規久子
石本好数	島崎幸江	佐々木雅美	小林俊隆
本田直二	一宮正勝	松山和博	山下秀雄
清水知史	福成克幸		(会員番号順・敬称略)

ウオーカー賞(12回以上)83名

上ノ原紀子	荻原信子	原 正道	原 澄子
秋月和子	小林正俊	秦野喜久子	里吉正夫
豊田茂実	岩貞雅文	西村公志	小中清史
高橋捷之	渋谷英雄	大崎八重子	長野頴夫
安部浩三	藤井年弘	堀元秀馬	堀元美千江
山口正躬	船見尚弘	佐藤寛和	高橋伸治
石野保明	村上敏雄	北田栄二	中西 寛
山本始華留	山本喜代美	古都利治	植村勝己
住ノ江春夫	斎藤巧一	高山憲了	村井善孝
平井由幸	土井妙子	川崎省二	福永美保
森岡なつ美	友松紀子	中井香子	野瀬政雄
佐々木貴敏	加藤廣賢	桐本八重子	桐本加津子
宇治敬司	浜田重彰	大西千代	木下治子
田中幸子	岡崎幸一	前島茂罔	井門明義
前田正憲	馬田芳直	森本その子	間嶋則博
福田貴子	三田勝弘	松井 朗	蓑毛秀治
熊谷 晃	善光章二	石原道洋	北川康夫
相良 昇	阪上信綱	空まどか	笠井興平
中井常太	今岡隆志	今岡好枝	中田正克
藤原英二	村上 強	山本昭夫	小山晶子
大阪恒平	青山光子	大霜景一	