

全国ウォーキング大会 in 山古志 その2～KWC版～1日目&2日目

大源太湖遊歩道・長岡市内



大源太湖畔にて

2015/09/26

9月26日(土) 横浜プラザホテル前8:00出発 <京浜道>→環八→練馬IC9;27→<関越道>
三芳PA9;40~9:50→谷川岳トンネル11:20→湯沢IC→大源太湖11:40

【大源太山(1598m)】の麓に有る湖。近くには「大源太キャニオンキャンプ場」がある



【KWC実行委員】委員長：平嶋 会計：中村年・熊坂 委員：吉野・仲 車中の司会：佐藤伊・藤崎
長岡ガイド：大平・仲 交流ウォーキング班長 1班：安永、2班鈴木徳、3班山内、4班藤原

【全体地図】



【9月26日(土)】

横浜駅東口プラザホテル前 8:00 出発

＜バス：第三京浜・環八・関越＞

- ①湯沢 I C
- ②大源太湖遊歩道（散策と昼食）
- ③長岡 I C
- ④ホテルアルファワン長岡・長岡市高齢者センターしなの

【9月27日(日)】

⑤山古志く闘牛場見物・ウォーキング・復興交流館＞

⑥伊香保温泉「ホテルきむら」

【9月28日(月)】

⑦富岡製糸場

⑧アプトの道

⑨松井田妙義 I C



【大源太湖】 11:40 到着 トイレ休憩し出発 11:50 ↑上図時計回りに歩く



木々に囲まれた遊歩道を歩き、少し昇と平坦地に出る。バスは楽で良いが背伸びして歩くのはやはりグッド！



あいにく小雨模様で霞んでいる



滝と溪谷に吊橋



堰止めの上に吊橋がある



【昼食：12:00～12:30】

休憩所は現在工事中で入れず、橋入り口周辺で食事



堰真上吊橋上から湖の下流側の溪谷を覗く 小雨がぱらつき湖はかすんでいた。集合写真は巻頭P 1



食後一部来た道に戻る人もいましたが、殆どコース通り

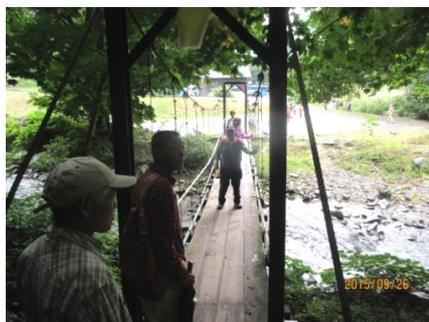
歩き易い遊歩道です。

綺麗な野草花の御歓迎ツリガネソウ? キンミズヒキ?



茶色の遊歩道に黄緑木々がマッチ

小さな吊橋「揺らさないでよ～」ススキと小川の出発点に到着 12:50



【山谷PA】 14:00~14:10 「ホテルアルファワン長岡」 到着 15:20



地元大平さんによる長岡市内見物 すぐ隣は「シティホールプラザアオーレ長岡」建物が素晴らしい



2012年オープン、9000㎡。市役所・アオーレ・市民交流ホール3棟からなる。設計隅研吾。長岡城の一松模様をモチーフ。地元産のスギ材で作った簀状のパネルを外壁に貼り付けている。

長岡と云えば花火「三尺玉（30号）」東京等で打ち上げられるのは「大玉一尺玉（10号）」ここは長岡城跡



Fireworks shell 花火玉			Fireworks launching 花火打揚	
Classification 発射(呼号)	Diameter 直径 (cm)	Weight 重さ (kg)	Launching height 打揚高さ (m)	Diameter of fireworks 大輪の直径 (m)
to-Sanjūkyū 三尺玉(30号)	90.9	300	600	650
hishakudama 尺玉(20号)	60.6	60	450	450
shakudama 五(10号)	30.3	11	250	



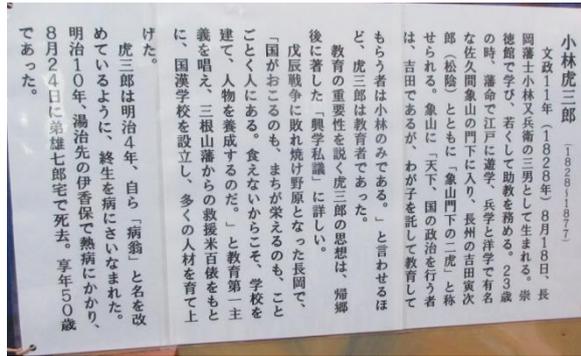
外から見るアオーレ

長岡駅と繋がっています



長岡は信濃川が街中を流れており・大花火・スキー場・こしひかり・醸造酒等有名で、人口30万弱の市。元海軍大将山本五十六（1884~1943）も長岡藩士高野貞吉の6男で、父が56歳の時の子で五十六と名付けられたそうです。

長岡の歴史に私も加わります？



可愛らしいブロンズ像が並んでいます。長岡駅と長岡市役所連結は市民に最良 夕焼けです17:10



この後全国交流会前夜祭の「長岡市高齢者センターしなの」に約20分歩きます。「帰りも歩くと大変だな〜」
 <前夜祭と翌日山古志ウォーキングは「全国ウォーキング大会〜レポートその1・全国版」を参照下さい>
【2日目9月27日(日)】山古志ウォーキング、ゴール「やまこし復興交流館「おらたる」を14:40出発後のKWCバスで「伊香保温泉」に向かうところからレポートします。

【KWCバス移動&観光地地図】27日(日)伊香保温泉宿泊 28日(月)アプトの道(横川駅) 富岡製糸場



塩沢石打SA (IC) 15:55

車窓の眺め



【伊香保温泉：きむら】 17:05到着 18,500歩



部屋割り774号<ベット：佐藤繁・高橋文 昼：勅使河原・伊藤>
大相撲を見て4F温泉に入る。タオルは部屋に有るはずが無い、風呂場にも無く取りに戻る。テーブルの下に隠れていました。洗い場は仕切られ、露天風呂ぬるめで気持ちいいが時間切れ。4人組一番若い小生が鍵番役、風呂上がり御化粧タイムもなく、宴会場席確保お願いし17:30 2F開宴滑り込みセーフ。あわただしい温泉入りでした。広い昼遠過剰で、舞台付です。左列吉野会長、佐藤伊司会の3席目に小生の席を確保して戴恐縮です。

17:37 司会佐藤伊さん

吉野会長挨拶

吉野会長大盃で「乾杯」我々はワイングラスで



吉野会長流石中腰スタイルも安定しています！

料理豊富でした コンロ2つ



瓶ビールと温潤日本酒風呂上がり最高でした。
ビール追加、我席ズラリ酒豪並び。お残り猪口を女中さん集め配慮戴きました。



参加者：男性16名 女性27名 (内一般卓球2名含む6名) 合計 43名 (青：新横浜2名)

1班：班長安永・吉越・山下・中村年・桑名・清水・井口・佐藤伊・安藤・阿部・金子

2班：班長鈴木徳・吉野・平嶋・小林・藤崎・高橋文・伊藤眞・内田絵・中村幸・熊島・藤本

3班：班長山内・仲・山口・五十嵐志・五十嵐し・勅使河原・木村・渡辺・田口・高橋三・内田成

4班：班長藤原・福田清・福田雅・佐藤繁・熊坂・塩川・深瀬・小島ま・澤・大平

集合写真代用を兼ねて各席を廻りましたが、全員は撮れませんでした。お名前をご遠慮させていただきます。



熟女連も酒豪が多いようです。

やはり温泉風呂上がり浴衣がいいですね 今夜の飲み物ですよ！↓



こちらはお世話役幹事の熟女連席、御苦勞様 19:30カラオケ大会、開始準備熊坂さん大変大活躍でした



19:30カラオケ大会司会佐藤伊さんでスタート 御指名の皆さんプロ並の熱唱でした 21:00完了



2次会は772号室（仲・佐藤伊・藤本・中村幸）で余韻を楽しみました。21：30～



熟女連は宴会準備忙しくお疲れ様です。今から温泉入りです。今日の反省、最後の締めはテッシーサンです。



この後温泉に入り、774号室3人（佐藤繁・勅使河原・伊藤）明日早朝散歩の為5：30目覚ましセット。佐藤さんは昨年、高橋さんも体験済みだそうです。小生も来たような気がして帰って家内に聴いたら11年前に家族と来て赤い河鹿橋の写真も有りました。物忘れ早い・・・

【9月28日（月）伊香保温泉 早朝散歩】～伊香保温泉の学習～

「伊香保温泉の歴史」

「伊香保の由来」

伊香保の温泉は昔から名湯として知られていますが、その起源は、第11代垂仁天皇の時代に発見されたという説と、草津温泉と同じように行基によって見つかったという説があります。どちらにしても、南北朝時代の書物にすでに温泉が湧き出ていると書かれているのですから、本当に古くからある温泉なのです。

伊香保（イカホ）の名前の由来をご存知ですか？その語源は、アイヌ語のイカホップ（たぎる湯）から来ているとか、上州名物のイカズチ（雷）と、燃える火（木）と関連がある等と伝えられています。このような言い伝えに想いを馳せながらの湯浴みも、旅に彩を添えてくれます。

黄金の湯と白銀の湯



伊香保には「黄金（こがね）の湯」と「白銀（しろがね）の湯」がありますが、もともと伊香保の温泉は、その色が特徴である「黄金の湯」だけでした。黄金の湯は湯の中に含まれる鉄分が酸化し、独特の茶褐色になるため、黄金の湯と呼ばれたのです。この湯は刺激の少ないやわらかい湯で、身体を芯から温めて血行を促すので、特に女性には「子宝の湯」として喜ばれてきました。また病気やケガの療養にいいということで、昔から湯治場として人気を博していました。

石段の干支

温泉まんじゅう



干支

石段街には200年以上昔に大家と呼ばれる12の温泉宿があり、干支はそれぞれの家紋のような意味合いを持っていました。現在は、その宿のあった場所に十二支の印が石段にされるされています。石段街をのんびりとお散歩がてら、自分の干支を探してはいかがでしょうか。



「竹下夢二」

「切り絵美術館」もあります（ここで一式購入した記憶有り）P9

【早朝散歩】伊香保御用邸址



365段ありますが残り60段位からか？

苔付石垣の道を行く



伊香保神社本殿前で記念写真（伊藤貴重な証拠写真です）

伊香保神社・石段街の表示

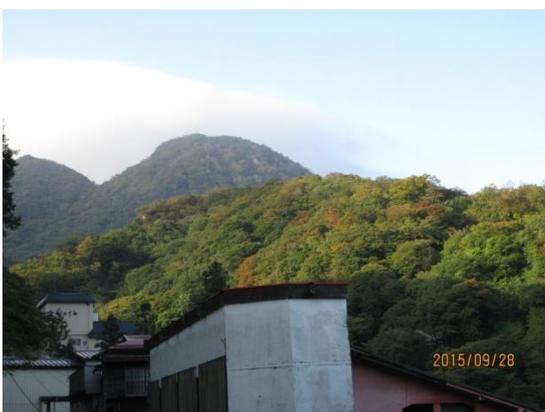


825年創建。上野国三宮と呼ばれる古社



紅葉時期にはモミジと赤い橋がマッチして綺麗に映えるでしょう。（記録を見ると、小生伊香保温泉は平成16年5月1日（土）2日（日）3女家族と車で）

←山も紅葉が少し気配あります。気持ち良い早朝散歩でした。



編集後記：KWC単独の「伊香保温泉ホテルきむら」での温泉入浴後のカラオケ付宴会懇親会。大変盛り上がりました。KWCでは初体験ですが、やはり温泉宿での宿泊はいいですね。早朝散歩も気持ち良く、朝食のバイキングも美味しく戴きました。この後バスに乗り、「富岡製糸場見学」「アプトの道ウォーク」しましたが、レポートは、改めてその-3で報告します。