

第31回 全国ウォーキングフェスティバル

2016年11月26日(土)～27日(日) 姫路城 その一

KWC 28日(月) 比叡山 その二



日時：平成28年11月26日(土)～28日(月)

日程：11月26日(土) 7:15 相鉄線海老名駅改札口 7:15 出発 7:30

海老名 IC→(新東名・伊勢湾岸・東名阪・中国・三洋・播但)→花田西 IC→<一之橋・のこぎり横丁散策>→「姫路グリーンホテル立山」 ホテル出発 17:30

【全国大会】姫路市商工会議所 18:30～21:00

11月27日(日) ホテル朝食 6:15～バイキング 7:45 出発 雨の為家老屋敷跡公園 テント集合し弁当を受け取り出発式と交流、記念写真撮影無。説明を受け KWC・新横浜・川崎・アオーレ長岡・石川理事長 Bコース1グループ先頭 8:45 出発。開場 9:00 から場内見学、約90分 11:00 菱の門から外周コース三の丸広場 12:30 解散。大手前公園バスに乗り琵琶湖雄琴温泉「琵琶湖グランドホテル」へ 夕食 18:30～

11月28日(月) 朝食 7:00 バイキング 8:30 出発→浮御堂→仰木ゲート→奥比叡ドライブウェイ→比叡山延暦寺東塔バスセンター 9:20→坂本観光協会ガイド2名案内で見学 9:30～11:30。(30分延長) ①コースもたて山を徒歩で下山ケーブル坂本駅→バス駐車場 13:30 ②コース(伊藤参加)西塔まで歩き見学、バスに乗り、ケーブル延暦寺駅。日本一長いケーブルでケーブル坂本駅→バス駐車場 13:00、弁当受領。13:30 出発→京都東 IC→海老名インター IC→相鉄線海老名駅 19時過ぎ到着。

追記：高速道SAは写真で紹介。

【ウォーキングしおり】(吉越さんから資料戴く) 欠席：藤崎久子、安永明→参加：熊島八重子

バス中でスケジュール、役員担当が説明され、全員自己紹介。司会は勅使河原さん。今回行く姫路城他のビデオ放映を持参のおやつを食べながら見る人、8時間の長距離バス旅、眠る人それぞれでした。

参加者名及び班分け

27日・28日 班分け (1の行は班長さんピンクの帽子)

	1班	2班	3班	4班
1	勅使河原太蔵	藤原和子	河野陽子	青松秀雄
2	神谷順市	深瀬富美子	松村恵子	青松美代子
3	森山慶雄	清水靖子	金子満智子	長谷川慶子
4	安永 明	小島まつ江	桑名令子	長谷川征利
5	高橋文雄	橋本朝子	荒波充子	福田雅子
6	伊藤眞純	吉越悦子	奈良弘美	福田清治
7	佐藤 繁	井口佳子	奥村暁子	内田絵美子
8	藤本 貴・新横浜	橋本京子	藤崎久子	内田成孝
9	田中公平・アオーレ長岡 歩こう会27・28日前のみ		石田和美・川崎	五十嵐志郎
10	石川正三理事長 26・27日前のみ		畠中正司・川崎 27日前のみ	五十嵐しづ江

1. 田中さんは27日と28日昼まで
2. 畠中さんは27日午前のみ
3. 石川正三新日本スポーツ連盟理事長は26日と27日午前まで
4. 26日 計36名体制
5. 27日姫路城ウォーク 4班 38名体制
6. 27日日吉大社ウォーク 4班 36名体制
7. 28日 比叡山ウォーク 4班 36名 午後35名体制

姫路バス座席表

12	空	空	空	空	空	12
11		森山慶雄		伊藤眞純		11
10	五十嵐しづ江	五十嵐志郎	-	河野陽子	松村恵子	10
9	内田絵美子	内田成孝	-	長谷川慶子	長谷川征利	9
8	橋本朝子	深瀬富美子	-	井口佳子	橋本京子	8
7	小島まつ江	藤原和子	-	清水靖子		7
6		金子満智子	-	福田雅子	福田清治	6
5		佐藤 繁	-	青松秀雄	青松美代子	5
4	荒波充子	桑名令子	-	藤本 貴 新横浜		4
3		石田和美 川崎	-	石川正三 新日本スポーツ 連盟理事長	田中公平 アオーレ長岡 歩こう会	3
2	奈良弘美	奥村暁子	-	神谷順市	高橋文雄	2
1	安永 明	勅使河原太蔵	-	吉越悦子	藤崎久子	1
運転席						出入口

- 1 正座席49 補助席はバスによって違う...9席
- 2 最後部座席は自由にお使い下さい 計36名乗車
- 3 座席が色つきの人はピンクの帽子をかぶっています
- 4 バス...石川理事長は行きのみ、田中さんは2・3日目のみ
- 5 人数確認・安永...1~6は奈良・高橋 7~12は小島・藤原・清水

実行委員

実行委員長	神谷	会計	奈良
副実行委員長	高橋	会計	奥村
リボン担当	藤崎	しおり作成	桑名
バス・宴会司会	勅使河原	事務局	吉越
バス長	安永		
*参加費集計、ホテル・バス会社への支払い...中村年			

バス内は上表のとおり49席に対し37席で余裕がありゆったりでした。アルコール持ち込みOKで缶ビールとお酒持参したが、トイレ休憩予定が判らずタイミング取れず我慢。出来れば30分前に放送してほしかった。

【11月26日(土)】海老名ICから東名高速道、御殿場JCTから新東名に入り「駿河湾沼津SA」で「第1回目のトイレ休憩」8:30~8:45 8:51車窓からの富士山



「刈谷PA」第2回目トイレ休憩 10:50~11:05 「びわこ大津SA」第3回目トイレ休憩



13:10~13:35
ここで昼食弁当を買う。種類は少ないが温めてくれた。日本酒で戴く。
SAで高速道地図をもらいSAの写真撮り(時刻が判る)地図は合計3部でした。
ゆっくり寝ていきましょう。

【姫路城西側マップ】



紅葉の小路をバス8時間の座り続けの疲労回復を兼ねて散策、気分爽快！中堀に映える木々紅葉。



16:30「姫路グリーンホテル立山」に到着。個室、荷物を置きお風呂に入り、17:30ホテル出発。前夜祭会場【姫路商工会議所】へ歩いて行く。約1,5km 25分 18時前に到着。丸テーブル着席。



開会前

神奈川3テーブル。18:30開会まで資料配布。4面にスクリーンが映し出される。↓交流テーブルも有



【参加人数】 26日197名、27日215名 【前夜祭式次第】 (吉越さんから資料戴く)

連番	クラブ名	26	27
全国	スポーツ連盟	1	1
1	盛岡ウォーキングクラブ	9	9
2	あしがる会	15	15
3	東京ウォーキングクラブ	14	14
4	神奈川ウォーキングクラブ	33	33
5	川崎ウォーキングクラブ	1	2
6	新横浜ウォーキングクラブ	1	1
7	アオーレ長岡歩こう会	1	1
8	富山ウォーキングクラブ	6	6
9	いしかわウォーキングクラブ	15	14
10	ふくいウォークファミリークラブ	4	4
11	信濃うおーくクラブ	4	4
12	遠州ウォーキングクラブ	20	20
13	愛知ウォーキングクラブ	6	6
14	三重ウォーキングクラブ	3	3
15	びわこテクテククラブ	7	12
16	京都ウォーキングクラブ	0	3
17	大阪ウォーキングクラブ	18	21
18	兵庫ウォーキングクラブ	2	7
19	ならウォーキングクラブ	1	8
20	和歌山ウォーキングクラブ	29	29
21	和歌山県ウォーキング健脚同好会	2	2
22	福岡ウォーキング協議会	7	7
一般		0	0
合計		199	217

～スケジュール～

姫路市商工会議所 2F 大ホール

11月26日(土) 前夜祭

- ① 18:00 受付
- ② 18:30 開会
- ③ 18:40～18:50 あいさつ 諸連絡
- ④ 18:50～19:20 姫路城説明
芳賀和也(ゆき) 加賀氏 ↓
(写真家であり、姫路をこよなく愛し、おしゃべりや読書、時を忘れて過ごせる「カフェ&ワーキングスペース姫路城下町ギルド」に所属し、テレビやラジオ等マスコミで活躍中)
- ⑤ 19:20～19:50 食事・歓談
- ⑥ 19:50～参加 21クラブからの報告
- ⑦ 21:00 閉会予定

★参加者は、名札を付けてください。

担務(27日)		
項目	氏名	内容
姫路城もぎり	上野(大) 平埴(大) 三木(大) 荒尾(大) 前田(大)	8:45分には、姫路城入館入り口前でお金を人数分持って待機し、1グループの加藤引率責任者から人数(引率者含む)を聞きチケットを渡す。順次、2、3、4グループと同様に行い、4グループと一緒に歩く。
司会	川野(大)	8:30分からの出発式の司会を行う。
弁当係	和歌山	出発式前に各クラブに渡す。お茶付き。
引率者	1グループ 加藤(大) 脇山(大) 生西(大) 和歌山 2グループ 上村(大) 中村(大) 和歌山 3グループ 山本(な) 古川(大) 和歌山 4グループ 吉田(び) 川辺(び)	1グループの引率責任者は、集合写真撮影後、もぎりまで歩いて行ったら、もぎり責任者上野(大)に引率者を含めた人数を報告。なお、障がい者手帳を持っている人数を確認に付き添い者を引いて報告。 2グループ、3グループ、4グループも同じ。 菱の門をに入って西の丸Aコースと、天守閣Bコースとに分ける。 分けた後、Bコーススタートし、天守閣を降りた。備前丸広場で人数確認。

神奈川33名→32名

集合写真とウォークのグループ分け	
1グループ 神奈川ウォーキングクラブ 新横浜ウォーキングクラブ 川崎ウォーキングクラブ アオーレ長岡歩こう会 東京ウォーキングクラブ	3グループ ふくいウォークファミリークラブ いしかわウォーキングクラブ 富山ウォーキングクラブ 福岡ウォーキング協議会 信濃うおーくクラブ ならウォーキングクラブ 兵庫ウォーキングクラブ
2グループ 三重ウォーキングクラブ 愛知ウォーキングクラブ 遠州ウォーキングクラブ 盛岡ウォーキングクラブ あしがる会	4グループ 和歌山ウォーキングクラブ 和歌山県ウォーキング健脚同好会 びわこテクテククラブ 京都ウォーキングクラブ 大阪ウォーキングクラブ

司会者林口さんと山本さん 挨拶：石川会長



18:34 乾杯! 「二武者」でスタート

決まっている! 姫路城説明：和服の芳賀一也さん富山代表林憲彦さん：現役時代交流のあった北電出身



各クラブ壇上に上がり紹介（連番順だと思いますが、クラブ名はメモ出来ませんでした、悪しからず）



神奈川（他グループ含む）神谷副会長代表挨拶



19:50開会前の神奈川テーブル 若い青年お勧めの地酒「龍力」冷酒を朱塗盃でおいしく戴く熟女は？



神奈川集合写真を撮って戴いた、森山さんご指名の綺麗なお嬢さん有難うございました。↑
↑我がテーブル。食べるものは少々でしたが、お酒はたっぷり戴きました。21:00閉会。帰りも歩く。

モチモチの和服姿の芳賀さんと記念写真 帰りも歩いて！黒田官兵衛一族菩提寺「心光寺跡」美塾女に囲まれ



初日13, 800歩でした

【11/27(日)】ホテルでささやかな朝食。7:45出発。予報通り雨。



8:10休憩所到着し弁当貰う。

今回出発式、交流記念写真撮影無し、神奈川含む1班の出発前集合写真。

【集合：家老屋敷跡公園休憩所】

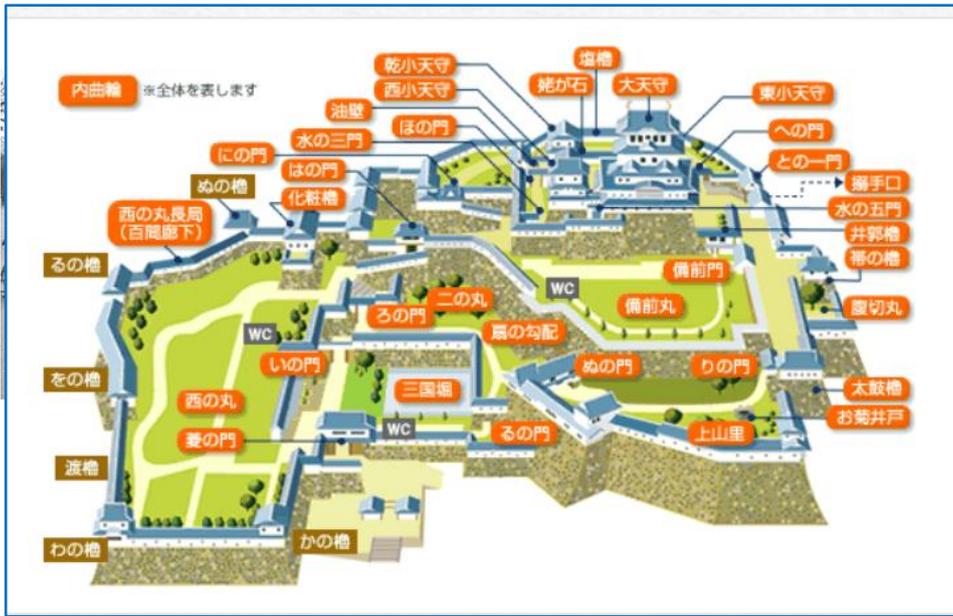
8:30 KWC関係1グループBコーススタート



雨中城攻め行軍です。早く入城したいが・・・
入口から、雨に煙る姫路城



【姫路城マップ&歴史】(姫路城ウォーキングコースはP 3にもありますが、この図の方が立体的で判り易い)



【姫路城 8:40 開城 9:00】

を待つ1班(姫路城ウォーキングコースはP 3 図面をご覧ください)「菱の門」から入る



1333年(元弘3年)	赤松則村(円心)、護良親王の命により挙兵。京に兵をすすめる途中、姫山に砦(とりで)を築く。
1346年(正平元年)	赤松則範、姫山に本格的な城を築く。
1441年(嘉吉元年)	嘉良の乱。赤松満祐父子、六代將軍足利義教を謀殺し、自害。山名持豊、姫路城を治める。
1467年(応仁元年)	応仁の乱。赤松正則、姫路城を陥落し、領国を回復。本丸、鶴見丸を築く。後に一族の小寺氏、その重臣・黒田氏が城をあずかる。
1580年(天正8年)	羽柴秀吉の中国攻略のため、黒田考高、城を秀吉に献上。秀吉、3層の天守閣を築く。翌年完成。
1585年(天正13年)	木下家定、姫路城主となり16年間治める。
1600年(慶長5年)	關ヶ原の戦いの後、池田輝政が姫路城主に。
1601年(慶長6年)	池田輝政、城の大改築を始める。9年後完成。

1617年(元和3年)	池田光政、鳥取城へ移る。本多忠政、姫路城主に。三の丸、西の丸、そのほかを増築。
1639年(寛永16年)	松平忠明、姫路城主となる。
1649年(慶安2年)	榑原忠次、姫路城主に。その後、松平、本多、榑原各氏が城主に。
1749年(寛延絵2年)	酒井忠恭、前橋から姫路へ。明治維新まで酒井氏が城を治める。
1869年(明治2年)	酒井忠邦、版籍を奉還し、姫路城は国有に。
1931年(昭和6年)	姫路城天守閣、国宝に指定される。
1951年(昭和26年)	新国宝に指定される。
1956年(昭和31年)	天守閣、国費により8か年計画で解体修理着工(昭和の大修理)
1964年(昭和39年)	天守閣群の全工事終了。
1993年(平成5年)	ユネスコの世界文化遺産に指定。

いの門から、ろ・は・に・ほの門・水二門を潜ると大天守・本丸に入る。城内模型



「大天守三階」「四階」「五階」の模型図



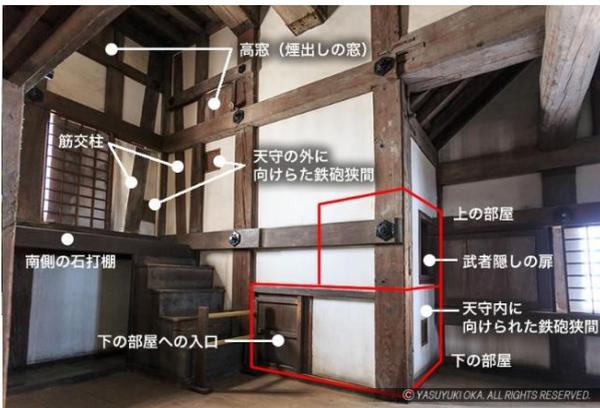
「千鳥破風」 & 熟女モデル

東西にある樺大柱



姫路城にはエレベーターはなく、上りと下りの階段別々です。良き運動になります？

武者隠し、鉄砲狭間、石打欄 (HP資料から引用) 「大天守」からの眺め 鯨は名古屋城より小さい



このアングルの天守もお見事でしょう

「備前丸」

ここは備前丸という曲輪で、「御前丸」と呼ばれていた時期もありました。もともと池田輝政の御殿でしたが、本多忠政が城主になると、御殿は三の丸に移されたといわれます。敷地面積が狭いため、曲輪内には建物が密集していたとみられ、昭和の大修理では天守台石垣のすぐ下で排水溝や建物の遺構が発掘されています。

御殿が三の丸への移った後も、南側の石垣上には二重櫓と長局、御対面などが建ち並び、曲輪内には御台所と折廻櫓がありました。御台所や長局などは明治15年(1882)に失火で焼失し、備前門の一部と折廻櫓だけが昔の姿をとめています。

The Himeji-ko Bailey (also called the "Gomen Maru" at times). It was the second oldest bailey of Himeji. Originally, it was the residence of the lord of the castle, but when the castle was moved to the present site, the residence was moved to the third bailey. Due to the narrow area, many buildings were packed closely together. During the Great Restoration, the drainage ditch and the remains of the buildings were excavated just below the stone wall of the main tower.

Even after the residence was moved to the San-no-Maru (Old Bailey), there were two-story towers and long rooms, and the御対面 (Gomen Maru) and other facilities on the top of the bailey. The kitchen (御台所) and the folding screen (折廻櫓) were also located here. The kitchen and long rooms were destroyed by fire in 1882, but the main gate (備前門) and the folding screen (折廻櫓) remain in their original state.



敵の侵入に備えた構造は他の城より一段と工夫されています。

「お菊井戸」城乗っ取りクーデターに気付いた衣笠元住は、愛妾のお菊を女中として住み込ませ送り込んだが青山鉄山が見抜き、10枚の皿1枚を隠し、これをお菊の不始末として責め殺しこの井戸に投げ込んだ。



鯨



水の五門？



「西の丸」に向かう



千姫ゆかりの櫓巡り「わ・渡・を・る・西の丸長局（百間廊下）・ぬ・化粧の各櫓」へ 小窓からの眺め

千姫ゆかりの西の丸櫓群

A group of Yagura in the West Bailey in connection with Princess Sen

ワの櫓から化粧櫓まで約240m。とても長い廊下が続いているこの長屋群を「百間廊下」と呼んでいます。2階建の櫓と櫓の間は、渡櫓と呼ばれる長屋で結ばれており、別名多門櫓とも呼ばれます。“天守の無い城はあっても、多門櫓の無い城は無い”といえるほど、江戸時代の城郭に不可欠な建物です。倉庫にも住居にも、さらに防御施設として機能する上、構造も単純で解体して移築することも容易でした。

「百間廊下」も場所によって構造に違いがあります。西の丸に本多忠刻の御殿があった時期、局として使用されたのはヨの渡櫓から北側の長屋と考えられます。



千姫もここから大天守を眺めていたのでしょう 化粧櫓復元図



「千姫の歴史」

「千姫の衣装」・・・熟女連もじっくりと堪能

徳川家康の孫娘として豊臣家に嫁ぐ
Granddaughter of Tokugawa Ieyasu Marries into the Toyotomi Family

千姫は、慶長2年(1597)、伏見に生まれました。父は後の2代将軍徳川秀忠、母は浅井長政とお市の娘・お江。豊臣秀吉は、徳川家との関係を深めて秀頼の後見を得るため、幼い千姫を秀頼に嫁がせることを徳川家康に約束させたのです。
家康が征夷大将軍に任じられた慶長8年(1603)、千姫は豊臣家に嫁ぎました。千姫7歳、秀頼11歳のときでした。

Princess Sen was born in Fushimi in 1597. Her father was Tokugawa IHDaiun, who later became the second shogun. Her mother was Ogi, daughter of Azai Nagamasa and Ochi. Toyotomi Hideyoshi made Tokugawa Ieyasu promise that Princess Sen would marry Hideyori in order to strengthen his ties with the Tokugawa family and secure the guardianship of Hideyori.
When Ieyasu was appointed as shogun in 1603, Princess Sen married Hideyori. She was only 7 years old at that time, and Hideyori was 11 years old.

本多忠刻に嫁ぎ、ともに姫路城へ
Princess Sen Marries Honda Tadatoki and Moves to Himeji Castle

元和元年(1615)、大坂夏の陣で敗れた秀頼は、炎に包まれた大坂城で自害します。落城前日に城内から脱出した千姫は、祖父家康に秀頼助命を懇願しましたが許されませんでした。
翌年、千姫は、本多忠政の妻熊姫の懇願もあり頼男忠刻に嫁ぎます。元和3年(1617)には本多家の姫路転封にしたがい姫路城に移ります。姫路城では千姫のための居館として大手門内に「武蔵野御殿」が建てられました。



姫路城このアングルも又良し

「西の大柱取換遺品」とそれを見る我がチーム



城内から見る最後の大天守

11:00 【姫路城外周ウォーク】スタート 案内人の説明を聞きながら



場外からの大天守

「鷲の清水」(ここで後続部隊待ち合わせ)

「男山」200段の階段上ります



小休止、体制を整えて
11:30再スタート。
雨の為中止する意見もあったが、KWC健脚塾女、男山を目指す。

200段の階段を上る。上から見る、最後の人は・・・

「男山排水池公園」からの姫路城



姫路城背景で集合写真（吉越さん撮影、小生も入りました）



男山八幡宮・千姫天満・水尾神社・姫路文学館からせんば川を渡り午前中歩いた「千姫小路」を通り



「三の丸広場」ゴール。

12:10案内者にお礼を言いお別れ、「大手前公園」でバスに乗り、雄琴温泉へ。

弁当を戴き、バス内で昼食。
我々神奈川のコースに向かいます。
（結局朝から最後まで雨に降られました。傘を差しての写真、メモも取れず、編集誤記があるかもしれません。悪しからず。）



【日吉大社】全国3、800以上ある日吉・日枝・山王神社の総本宮15：00到着「東宮」から参拝



「西宮名塩SA」13：45～14：00トイレ休憩 「日吉大社駐車場」15：00到着 菊花展開催中



「東本宮」から参拝（本来なら西本宮山宮鳥居を潜り参拝してから、東本宮へ行くべきの様でした。）



日吉大社摂社樹下神社拝殿 一棟
 この拝殿は、桁行三間、梁間三間、一重、入母屋造、妻入り、檜皮葺の建物です。
 間が四方とも格子や格字戸となっている点が異なっています。屋根の妻飾は水遣格子、天井は小廻格天井、回り縁は高欄付きとなっていて本殿と同じく文様四（一五九五）年に建てられたものです。
 なお、樹下神社の拝殿と本殿を結ぶ縁と、東本宮の拝殿と本殿を結ぶ縁が交わるのは、昭和三九（一九六四）年五月に国の重要文化財に指定されました。



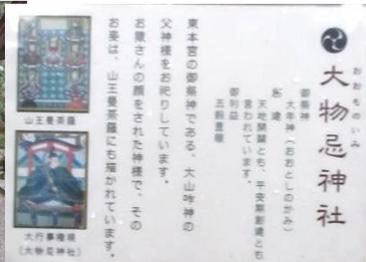
【日吉大社と神猿】「見ず聞かず言わざる」「三つのさるよりも思わざるこそまさるなり」「見ざる、言わざる、聞かざる」は日光東照宮彫刻が有名であるが、もともと比叡山中興の祖と言われている良源の処世術から生まれたもの。三猿以上に、いかり、恨み、ごまかし、なやみなやませること、ねたみ、ものおしみ、だますこと、へつらい、傷つけること、おごりといった悪い心を持たない「思わざる」が最も大切。

重要文化財
建造物 日吉大社東本宮拝殿 一棟
 大津市坂本五丁目
 拝殿は本殿の前庭に面する三間一桁行三間一梁三間一重入母屋造、椽皮葺妻入の建物です。
 四角の柱間は吹放しで屋根の妻飾(屋根の三角部分)は水連格子縦横の細かい格子を入れてあります。また廻縁には高欄がのり、天井は小組格天井となっています。
 『文禄五年三月吉の墨書がある木井の格縁が本残されて、一五九六年頃の建築であることがわかります。』
 昭和十九年五月二十日国の指定文化財となりました。
 大津市教育委員会
 昭和六十三年二月



日吉大社東本宮本殿 一棟
 大津市坂本五丁目
 この本殿は、桁行五間、梁間三間、日吉造、椽皮葺の建物です。
 日吉造は、一名を三間造といひ、三間二間の身舎の前面、西面の二方に彫がめくられた形を、側面、背面が特徴のあるものとなっています。この様式は、全国でも日吉大社にのみ見存している形でも重要なものです。
 東本宮本殿は、西本宮本殿とはほぼ同様の造りですが、背面の三間の床が一段高くなっていて、異なる点があります。
 文禄四(一五九五)年に西本宮本殿に引き続いて復興された日吉造の代表建造物です。
 昭和三十六(一九六一)四月に国定されました。

伊藤さんからのお礼?



椽皮葺曲線屋根が素晴らしい

雌榊の実を探す男性は?

東本宮桜門



西本宮へ参拝 「山王神輿七基」の中央の一基

重要文化財
山王神輿七基
 全国神輿のルーツが山王神輿である事は有名で平安の昔桓武天皇が日吉大神に安座進み川原始まる又僧兵の強訴でも有名平安朝から室町にわたる三百七十余年の間に四十数回の上洛強訴が行われた。重量五百二十トの神輿を海抜八五メートルの日吉山をかつぎ越えて入浴した五ノルキーは想像も絶するものである。平安時代の神輿は元龜の乱焼失した現存ものは桃山時代の作で重要文化財に指定されている。日吉大社に神輿が十四基現存する。



白山宮
 菊理姫神
 (旧称、客人)
 仲裁の神
 夫婦和合
 縁結び
 福井・石川・富山・岐阜にまたがる霊峰白山から勧請した神様です。「日本書紀」の神には、イサナ、イサハリの大神の神を取り替ったと記される、仲裁の神様です。



舞殿

小滝

宇佐宮

西本宮



西本宮神猿

西本宮参道は紅葉が綺麗でした。山宮鳥居をくぐり、大宮橋を渡り



バス駐車場へ
 16:00到着
 16,200歩
 ホテルへ。