

ウォーキングだより

第132号

発行日 2025年11月25日



10/7(火) 京都三条大橋 五十三次制覇

目次

- | | | | |
|----------------------------|------------------------------|----------------------------|---------------|
| 2 西湖から天空へ!
2日間の富士ハイク | 8 東海道五十三次㊹
石部から三条大橋ゴール! | 17 横浜カラオケウォーク | 24 アンケート結果 |
| 4 大パノラマの陣馬山へ
初秋の栃谷尾根コース | 11 金時山ハイキング
仙石原スキ草原散策 | 18 第341回例会
鶴見の寺院・隠れた公園へ | 25 事務所移転のお知らせ |
| 5 東京夢の島公園探検
熱帯植物館と第五福竜丸 | 12 屋久島を歩く 第2弾
悠久の時流れる神秘の島 | 19 秋の北鎌倉散策
禅の寺を訪ねて | 26 予定表2026年1月 |
| 6 大岡川の源流を探しに
大岡川、笹下川を歩く | 15 鶴見川を歩く その1
鶴見川橋から鴨池橋まで | 20 全国交流ウォーク
滋賀へ全国から197名 | 27 予定表2026年2月 |
| 7 第340回例会
鎌倉山から相模灘を臨む | 16 二俣川周辺の散策 | 23 運営委員会報告
9/30・10/27 | 28 事務局連絡 |

新日本スポーツ連盟 神奈川ウォーキングクラブ機関紙

発行責任者 吉越 悦子

〒221-0045 横浜市神奈川区神奈川 2-14-16

トーリックビル 3F 神奈川県スポーツ連盟内 Tel 045 - 534 - 5553

URL <https://k-walk.main.jp/>

西湖から天空へ！ 2日間の富士ハイク

《一日目》 2025年9月17日(木) 晴れ 21000歩 約12km

コース: 東神奈川イオン前7:30→8:40御殿場駅→富士浅間神社→西湖コウモリ穴→(樹海ハイキング)→
12:00西湖いやしの里根場(昼食後、見学)→スバルライン→16:00御庭・御中道→18時佐藤小
屋着(標高2230m)

《二日目》 2025年9月18日(金) 晴れ 19500歩 約11.5km

コース: 佐藤小屋8:00出発～(吉田口登山道ハイキング)～1合目馬返し(標高1450m/標高差780m)
→中の茶屋→北口本宮富士浅間神社→紅富士の湯→東名高速→御殿場駅→横浜駅

参加者: 神奈川 w/吉越 高橋友 吉岡 保坂 玉利 工藤 飯倉 新横浜 w/藤本 中村
横浜モルゲンロートSC/宮川 井上 関口 小泉 芳山/北野 早川 合計15名

1日目 9月17(水)

富士山麓へ/守り神「浅間神社」と噴火の脅威を実感

東神奈川をマイクロバスにて07:30に出発。晴天のなか保土ヶ谷BP・東名高速を經由し、御殿場駅で1名が合流。

まずは須走口の「東口本宮富士浅間神社」、続いて河口湖畔の「富士御室浅間神社」へ。ここでは「厄割の鈴」割りに挑戦し、皆さんすっかりした表情に。山宮は富士山2合目にあるとのことでした。

その後、西湖の「蝙蝠穴」で地底探検。「青木ヶ原樹海」では、貞観大噴火(864年)の溶岩流と溶岩洞窟群を見学し、自然の脅威を実感。昼食は茅葺集落「根場癒しの里」で。午後は富士スバルラインを通り、御庭入口からハイキング開始(御庭～5合目～佐藤小屋)。江戸時代の富士講の人々が通った、中腹一周巡礼コース「御中道」の一部を歩き、4時過ぎに夕日に染まる景色を堪能しました。



御中道 赤い肌を見せる富士



眼下には広大な雲海!
まもなく佐藤小屋

佐藤小屋—美味しい食事と幻想的な夜景



小屋のご主人

佐藤小屋にて中村さんの乾杯

18:00頃到着。山小屋とは思えない豪華な鍋料理に舌鼓を打ち、会話も弾みました。テラスから見る富士吉田の夜景と遠くの雷雲はとても幻想的でした。



いざ、コウモリ穴へ

2日目 9月18日(木) 6合目で見る日の出と下山ルート(吉田ルート)

日の出は5時53分。有志で6合目まで早朝登山。朝日でだんだんと明るくなっていく景色を堪能。道中には日蓮宗のお堂があり日蓮像が指さす方向には「身延山」が。前回の「修行 de ハイク」とのつながりを感じました。

佐藤小屋の朝食は名物「吉田のうどん」とおかみさん特製のプリン。8時、富士登山ベテラン・中村さんの先導で鎌倉時代からの古道吉田ルートを下山。かつてを忍ばせる茶屋跡を通り、2合目では今は廃墟となってしまった富士御室浅間神社「山宮」に遭遇、参拝して本日のゴール「中ノ茶屋」へ。旅の最後は吉田

ルートの守り神「北口本宮富士浅間神社」を参拝、事故無し旅に感謝。「紅富士の湯」で旅の疲れを癒し帰路へ。最後に、今回は単に富士山の美しさだけでなく、富士山に纏わる信仰や自然の驚異など歴史を感じた旅となりました。 <ガイド・運転手 宮川秀久>



吉田ルート下り3合目



9月18日佐藤小屋を出発

飯倉：間近で富士山を見たいという希望が叶いました。大噴火の溶岩の上に形成された広大な樹木がおりなす青木ヶ原樹海、安全な遊歩道を野鳥のさえざりと神秘的な森林浴を楽しみながら歩きました。そして御庭～御中道のトレッキングコースに挑戦！思っていたより歩道が整備されていて快適に歩けます。上を望めば赤い肌の富士山、眼下には広大な雲海、来て良かった！

いよいよ人生はじめて体験する山小屋宿泊です。三人部屋にふかふかのお布団、品数がたっぷりの夕

食など心温まるおもてなしに感動しました。この富士ハイクの二日間は初めての体験に埋め尽くされていました。お世話になりました皆様に感謝です。

関口：ふじハイクの皆様、2日間ありがとうございました。50年程前に弾丸登山で登りましたが、そのときは景色も見られませんでした。今回は富士山を間近に感じながら登る事が出来ました。

玉利：佐藤小屋…良かったですね。初体験で色々経験できました。

吉岡：富士山に登るのは諦めていたのですが、御庭・御中道の散策で荒々しい火山岩や雄大な眺望を楽しめ、参加した甲斐がありました。宮川さんの地質学的な説明でも富士山を身近に感じられました。

佐藤小屋宿泊も貴重な体験で、青木ヶ原樹海や西湖いやしの里根場など盛り沢山の旅に感謝です。

唯、吉田口登山道ハイキングは足の具合から歩けなかったのは心残りでした。

吉越：御中道は誰でも歩けますよ。夏の賑わいが落ち着いたところに、また赤富士を見に行きたいです！

東京夢の島公園探検



2025年9月24日(水) 晴れ 8000歩 約7km

コース : 新木場駅→夢の島公園→東京オリンピックアーチェリー場→熱帯植物館→
第五福竜丸展示館(説明付き)→辰巳の森緑道公園→有楽町線辰巳駅

参加者: 内海(L) 白田(SL) 勅使河原 平石 高橋文 山内 桑原 奥村 島 高橋友
脇坂 吉岡 飯田 原田 山口 篠 高橋吉 小嶋サ 玉利 入江 田村 西川 中西
大光明 尾形 小見山 坂部 高橋昇 平方 舟田 一般/井上 計31名



公園のシンボルツリー カナリーヤシ

玉利: やっと涼しい季節になって、皆さんに会うのも久しぶりです! この暑い夏どうして過ごしましたか? なんて挨拶が飛び交っていました。改めてウォーキング仲間の良さを感じる事ができました。初めての夢の島…ルンルン ㊦ 新木場で降りたのも初めて爽やかな風が吹く中、夢の島公園へ「レッツ ゴー!」アーチェリー場を通過して熱帯植物館訪問。館内ではいろいろな説明を聞き「植物には何一つ無駄な物が無いこと」を納得しました。植物園をじっくり観察しながら歩いたのは初めてのこと。ありがとうございました。

午後は第五福竜丸展示館へ。第五福竜丸の悲惨な歴史にも触れる事が出来ました。展示館から外に出るとヨットハーバーも見えました。



あのゴミの山が本当の夢の島に生まれ変わっていました。



左手にはアーチェリー場
青空に向かって歩こう!!



第五福竜丸被ばくについての
説明を熱心に聞き入る



熱帯植物が茂る館内の
遊歩道 熱帯気分を満喫

夢の島公園はヤシやデイゴまたユーカリなどが茂る南国の香り豊かな広大な公園。青空が広がり秋風も心地よく絶好の散策日和。植物館ではカカオ、ドリアン、ヤシの実、バニラなど熱帯フルーツの話に興味が集まる。第五福竜丸展示館では放射能被ばくの恐ろしさの説明を受け、改めて世界の核保有の現状を深く考えるきっかけとなりました。今回は分野の異なる2つの展示館を見学することができ、皆さんの心に何か響くものが残ってくれることを願いました<内海L>

大岡川の源流を探しに！

2025年9月27日(土) 曇りのち晴れ 21000歩 約13km

コース：上大岡駅→笹野橋公園→大岡川取水庭公園→上中里地区センター(昼食)→氷取沢神社→氷取沢小川アメニティ→おおやと広場→大岡川源流域→いっしんどう広場→みなみが丘公園→港南台駅

参加者：熊坂(L) 脇坂(SL) 松野(SL) 勅使河原 平嶋 平石 熊島 山内 清水 井内 市村 澤 奥村 滝川 高橋友 内海 飯田 鹿島 山口 高橋吉 川合 飯倉 沼津 尾形 白田 高橋昇 稲葉 平方 計28名

平方：前日の暑さは影を潜め、今日は曇りの絶好のウォーキング日和。夏の疲れを感じさせない参加者28名、9時45分には全員集合し元気に出発です。駅からすぐは大岡川があり、川縁を歩くと気分はうきうき。笹野橋公園で体操です。リーダーのストレッチは背筋ピーン、足ピーン(惚れ惚れしました)。

大岡川を遡っていくと、笹下川(大岡川の愛称)再生プロジェクトによる、魚釣り大会が開催中。大人も子供も楽しそうに小魚を釣り上げています。

そして上中里地区センターで昼食です。普段なら飲食禁止の場所で堂々と食事ができるのも、事前の準備の賜物なんですね。

お昼を過ぎると陽が出てきて暑くなってきましたが、氷取沢小川アメニティに入れば木々の下で涼しく感じられます。さていよいよ大岡川の原流域の森に入っていきます。川の流れるは細々となり、いつしか見えなくなってきました。この綺麗な森に降った雨が川となり、横浜港までの12キロの旅をする、その始まりを感じることができました。



氷取沢小川アメニティの飛び石



明るい笑顔で私たちを導いてくれたリーダー、参加者の安全を見守ってくれたサブリーダー、そして参加者の皆さん。楽しい一日をありがとうございました。

瀬上市民の森のいっしんどう広場

鎌倉山から相模灘を臨む



2025年10月5日(日) 晴れ 約9km

コース: 江ノ電極楽寺駅 10時→極楽寺本堂参拝→奥の院遠望→鎌倉山まで山道→鎌倉山神社→広町緑地鎌倉山入口→水質浄化センター昼食→広町緑地散策→七里ヶ浜口經由散策→広町緑地西鎌倉御所台入口→龍口明神社祭礼神輿ケ見物→滝口明神社参拝→モノレール西鎌倉駅→モノレール大船駅解散

参加者: 平石(L) 高橋吉(SL) 飯田(SL) 勅使河原 吉留 福士 井口 玉利 沼津 西川 廉屋 大光明 佐藤し 尾形 永井 白田 栗原 高橋昇 塚本 石山 壺井 会員21名
お試し参加/渡部杏子 秋沢美智子 網のぞみ (後日入会) 3名 計24名

前日の雨もやみ、すがすがしい気候です。新会員の方とお試し参加もあり24名の参加者で極楽寺駅は



鎌倉山から臨んだ相模灘

賑わいました。極楽寺は真言宗ですが真言律宗なので密宗系らしいです、金沢文庫にある称名寺と同じです。鎌倉山の登り口にある大きな地藏菩薩に参拝をして秋の風をほおに受け緑を残す山にはいりました。すぐ近くの鎌倉山神社の山懐で休みました。鎌倉山の住宅地はかなり古い邸宅と新しい家が混在し目を楽しませてくれました。鎌倉広町緑地のおおきな緑地がもうすぐです。ここで事前申込みがなかった方とお別れして緑地にはいりました。昼食場所の水質浄化センターまで下り午後に備えます。休憩中元気な団体とすれ違い元気をいただきました。

鎌倉広町緑地は緑深い公園のようで防災のためのスペースや水利にも貴重なようです。最後に西鎌倉の瀧口明神社の祭礼に遭遇し立派なお神輿を拝見できて幸運でした。 <平石>



極楽寺付近



水質浄化センターで集合写真



東海道五十三次②

石部から三条大橋へ

草津宿



琵琶湖

《一日目》

2025年10月6日(月) 晴れ 26000歩 約17km

コース:草津線石部駅→上道分岐→伊勢落灯籠→長徳寺京→六地藏一里塚→くつろぎ亭(昼食)→ほっこり庵→田中七兵衛本陣跡→野路一里塚→南草津駅→狼川橋→一里山二丁目北→JR 瀬田駅→JR 大津駅→東横イン琵琶湖大津

《二日目》

2025年10月7日(火) 晴れ 41000歩 約25km

コース:瀬田駅→浄光寺→瀬田唐橋→勢田口総門跡→丸亀製麺(昼食)→義仲寺→札の辻→逢坂山→髭茶屋追分→車石説明→追分駅→来迎寺→蹴上交差点・蹴上浄水場→三条大橋→池田屋はなの舞(打ち上げ)→京阪三条駅→地下鉄烏丸線十条駅→京都レインホテル

《三日目》

2025年10月8日(水) 晴れ

自由散策

参加者:鹿島(L) 田村(SL) 勅使河原 吉越 河野 清水 高橋友 吉岡 内海 飯倉 高橋昇
計11名 お出迎えウォークに参加 びわこテクテククラブ 星夫妻



東海道と中山道の分岐点



びわこテクテククラブの星さんより
義仲寺、和田神社のお話を聞く

京師

三条大橋

「蹴上浄水場」のそばを歩く。
道がカーブしているのに、三条大橋が
なかなか見えない



蹴上浄水場

が無事三条大橋まで到着でき感無量です！これもひとえにリーダーと皆々様の調和の賜物だと思います。本当に楽しかったです。

高橋友：日本橋から492キロ、遂に三条大橋に着きました。長い道のり、ゴールを目指して歩き続けました。最終日は1日で41000歩全行程で2番目の記録でした。(1番は池鯉鮒の42000歩)

内海：最後の難所「蹴上げ」を登りきると京の街並みが広がる。観光客で賑やかな通りを進み、一歩ずつゴールが近づいてくるかと思うと胸がいっぱい！気持ちはウルウル・・・夕刻5時に三条大橋に到着、全員拍手で喜びを分かち合いお互いに労をねぎらいさっそく記念撮影。リーダーお手製の「歩いて東海道五十三次ゴールおめでとう！」の横断幕が京の夕日に輝いている。私は完歩とは程遠い折々の参加でしたが、長い距離を仲間と歩く楽しさ、喜びを感じました。豊かな歴史を留めている宿場町の家並みの美しさ、またさまざまな街の特色あるくらしの日常を垣間見ることができ「歩くことは学びに通ずる」を実感しました。

清水：東海道ウォーキングのメンバーで、大好きな

京都を歩いて本当に楽しかったです。

飯倉：私は三島から参加させていただきました。私の人生の中でこれほど頑張った事があるかと思うほど頑張って歩きました。三条大橋に到着した時の感動は忘れません。リーダーはじめ一緒に歩いてくださった皆様に感謝です。



東海道五十三次ゴール！
三条大橋を渡る

東海道五十三次 満願成就

《東海道シリーズを振り返って》

河野：三条大橋に着いたのが17時ごろ、記念の写真を撮るともう陽が落ち始めました。最終日が二番目に長い距離で本当に疲れました。やっと終わったというのが実感です。思い返せば今まで何度、根気が途切れそうになった事か…、でも長距離を歩いた後の乾杯は最高のご褒美で疲れを心地よさに変えてくれました。歩いた距離の長さを新幹線に乗りながら改めて確認し、本当に凄いと思いました。この貴重な体験はこれからのウォーキングに生かせるし、辛抱強くなったような気がします。元気で明るいクラブの仲間と、下見も含めて2回も歩いた健脚なリーダーに感謝で一杯です。

吉岡：日本橋を出発して、昔の街並みを残した53の宿場町を歩いて遂に京都三条大橋に到達、ヤッター！「ゆったり東海道」

のキャッチフレーズに釣られて、私でもやれると思い歩き始めたのですが、そう単純なものではなく、始めたからには毎回参加するようにはしたのですが、皆さんについて行くのは結構大変でした。しかし回を重ねるに従い歩く力も出来てきて、三条大橋が見えてきたときは感無量でした。東海道53次に、リーダーに、そして一緒に歩いた皆さんに感謝です!!

勅使河原：二度目の天下の東海道に挑戦しました。令和4年4月17日に日本橋スタート、令和7年10月7日、22回で京都三条大橋に到着、二度目の欄干に触れた時、涙が出るほど感動しました。無事に完歩できたのもリーダーの御蔭で感謝感謝で一杯です。今後は常に明るさと前向きさとみずみずしい感性をもって、第二の人生を歩みたいものです。

吉越：K-walk の皆さん、第2回「東海道五十三次ウォーク」の完歩おめでとうございます！延べ396人実質68名でつないだその歩みは、まさにチームの力の証ですね。感動と勇気をありがとうございます。



日本橋から492kmひたすら歩く



鹿島：3年前にスタートし、街道歩きは順調でしたが、箱根、大井川、鈴鹿峠越えはやはり難所でした。たくさんの思い出を作りながら三条大橋にゴールした時は、さすがにホッとして、無事に着いたことに感謝し、みんなで喜びをかみしめました。もともと経験に乏しいリーダーではありましたが、いたらぬところは皆さん目をつむり、絶えず協力的で楽しい道中になりました。良い仲間たちと出会い、共に歩き、五十三次を成し遂げることができたことに **乾杯!**

金時山ハイキング&仙石原ススキ草原散策

2025年10月12日(日) 小雨のち曇り 17000歩 約10km

コース:箱根湯本駅バス停(9時00分発乗車)→金時神社入口バス停(標高690m)→金時山登山口駐車場
→公時神社→分岐→金時山(標高1212m)→矢倉沢峠→金時登山口(標高670m)→湿生花園前
→仙石原ススキ草原→仙石高原バス停(標高660m)(バス)→小田原駅バス停

参加者:市村(L) 河野(SL) 飯倉(SL) 勅使河原 熊坂 山田 高津佐
亀田 稲葉 計9名

高津佐: ♪まさかりかついだ金太郎♪ このあまりにも有名な童謡でも知られる金太郎の山「金時山」、三度目となる今回は小雨の降り続く中での山行となった。しかし山は訪れる度その姿を変えて迎えてくれる。公時神社から緩やかに山道に入っていくとそこでは霧が広がる中に幻想的に彩られている木々や花々が目に飛び込んできた。雨に洗われた花々が放つ色のなんと鮮やかなことか。中でも私は霧で真っ白に広がる世界の苔むす森の姿が大好きだ。森の息づかいが聴こえてくるようだ。そして休憩を取りながらしばらく登って行き、次に現われる少しばかり起伏のきつくな



った岩場を登り切るといよいよ山頂、晴れた日であれば、そこでは王者の風格でそびえる富士山が両手を広げて出迎えてくれるところだ。しかし今回はまるで“富士おろし”のような強く冷たい風に登頂の感動もそこそこにすぐさま「金時茶屋」(金時娘の茶屋)に飛び込んだ。ストーブが焚かれた茶屋の中は暖かく雨に濡れた身体を癒してくれた。そしてそこで頂いたアツアツのなめこ汁、この具だくさんの味噌汁でまた下山のエネルギーが湧いてきた。幻想的な景観や静寂を楽しめる小雨の登山、皆さんにも是非一度体験して欲しいと思う。



仙石原ススキ草原



この日の箱根町の気象情報、日中は曇り。ところがバスを降りたら小雨、ストレッチをしてスタートしてからは小ぬか雨状態。下山途中で霏が晴れて、台ヶ岳と仙石原ススキ草原が一望できたときは感動倍増でした。上りの金時神社コースは幻想的なハイキング、分岐からの外輪縦走コースの上り下りはハイカーの多い金時山健脚レベル2ハイキングでした。高津佐さんに感想文と合わせて挿絵も描いていただきました。<市村>

悠久の時流れる神秘の島,屋久島を歩く(第2弾)

2025年10月12日(日)~14(月) 参加者:岩元(L) A班: 畠 丹後 中西、B班:五十嵐志 奈良
C班:吉越 五十嵐し 吉岡 内海 <ガイド>真辺さん、中馬さん、堀北さん(縄文杉コース)

【一日目】10月12日(日)晴

コース: 白谷雲水峡(白谷広場→憩いの大岩→飛流おとし→さつき吊橋→くぐり杉→七本杉→苔むす森→(登りと同じ道)→白谷広場)

参加者:岩元(L)とC班はくぐり松の手前迄11000歩約2.5km・A班とC班は苔むす森迄15000歩約3.5km

【二日目】10月13日(月)晴

<縄文杉コース>38000歩 約22km コース : 荒川登山口→小杉谷橋→小杉谷集落跡→楠川別れ→三代杉 →仁王杉→大株歩道入口→翁株→ウィルソン株→大王杉→ 夫婦杉→縄文杉→(登りと同じ道)→荒川登山口 参加者:A班

<ヤクスギランドコース >8000歩 約4km ヤクスギランド(いにしへの森コース)→紀元杉→淀川小屋→笹川杉→淀川登山道→淀川杉→淀川小屋まで戻る 参加者:岩元(L)とB班とC班

【三日目】10月14日(火)晴 コース : 屋久島一周(宮之浦港→益救神社→志戸子ガジュマル園→一湊西郷公望上陸→いなか浜(ウミガメ上陸日本一)→西部林道→大川の滝→栗生浜海水浴場(昼食)→平内海中温泉→千尋の滝→お茶畑→屋久島町役場本庁→海老養殖場→屋久島空港
参加者:全員10名 6000歩 約3km

一生に1回は行く所とも言われています屋久島旅行、ウォーキングクラブとしては2回目の旅路でした。出発直前は台風の進路にやきもきさせられました。今回は屋久島空港に無事にたどり着き、そこで一息入れる間もなく、もののけ姫の舞台にもなりました白谷雲水峡まで移動し昼の弁当を済ませ、同雲水峡を歩きました。時間の制約もあったため目的地の途中までの人もいましたが、岩場が多く慣れないと足首を痛めやすいので、けが人もいなくほっとした1日目でした。

2日目は、縄文杉グループとヤクスギランドグループに分かれての行動でした。特に縄文杉コースを選択された方は朝3時起きで距離も長く、また他のグループと一緒に



海から山迄分布する樹木に世界自然遺産が決定

足ですが、屋久島空港が拡張される予定で、10年足らずで東京から直行便が運行予定だそうです。機会がありましたら、ぜひ一度は行ってください。<岩元>



白谷雲水峡の苔むす森

だったので大変だったのではないかと少し案じていました。しかし、あまり疲れた様子も見受けられずさすがに健脚だなと思いました。

3日目は島一周コースでした。初めに延喜式神名帳(927年)にも記載がある地域では有名な益救神社(やく神社)に参拝した後、永田いなか浜(アカウミガメの産卵地として全国的に有名)の1キロは白砂が続く砂浜で休息し、そこから世界遺産地域を通過し、大川の滝などを観るなどして、屋久島空港に到着しました。負傷した人もなく、何より天候に恵まれたことに感謝です。蛇

中西：アベック台風の到来で三日前から天候が心配でたまらず、スマホの気象図を何度も見ながら、一時は諦め気分になった。「折角のチャンスもお流れ…」と気落ちしそうだっただけに、飛行機が飛んで、島影が見えてきた時には本当に嬉しかった。天候が悪くて、飛行機や船が欠航することはよくあるそうで、準備ができて「呼ばれた人しか行けない島」なのだから。屋久島に到着してみれば、天候の心配はどこえやらピーカンの青空のお出迎えとなって、心配したが無事到着できました。

1日目はまず民宿へよって荷物を預け、白谷雲水峡へ向かいました。白谷雲水峡へは途中で2コースに分かれました。屋久島は1か月に35日雨が降ると言われるほどの雨の島。ジブリの『もののけ姫』に登場する深い原始の森や透き通った溪流をまたいだりし、苔むす森をめざしました。あたり一面苔むした岩、奥にはさらにうす暗い空間が広がり、雨が降った後ならさらに神秘的な顔をのぞかせたことと、雨に光る苔のそんな一面も見なかったです。白谷雲水峡の入り口まで戻つてくると、なんと9匹もお猿さんが林から現れました。屋久島では、「現在人間よりも猿の方が多い」とガイドさんのお話もありました。民宿での夕食のトビウオの唐揚げはトビウオの姿そのもの、パリパリとした軽い食感の羽がまた美味しい。他にもトビウオのすり身の練り物など、トビウオづくしでした。



2日目は4時集合でバスに乗車するタイムスケジュールに、暗いなかヘッドランプをつけて民宿前でバスに乗り込み、睡眠を補給して登山口に到着しお弁当の朝食を済ませて5時50分に出発。川筋に沿って続くトロッコ道は、歩きやすく川音が聞こえ緑のトンネルで気温もほどほどに爽やか。トロッコ道の終点より先の木々は、それこそ何千年もの年月を過ごしていた原生林とのことだった。トロッコ道が終わり、2.5キロの山道に入った。はじめのポイントのウィルソン杉までの道がすごい



念願の縄文杉に出会えて満面の笑み

登りで傾斜が急なうえに段も高い。ウィルソン株(推定樹齢3千年の屋久杉の切り株)は中に入って見上げるとハートの空が見える大きな切り株で、まさにフォトスポット、急な登りの後に現れる「ご褒美」という情景でした。後で振り返るとこの登りが一番の難所のように感じられました。ガイドさんが川筋の水を飲める場所で休みとし、その水の澄んでいること、手ですくえば気持ちいいこと、東京の三倍の雨が降るといわれる屋久島の水量の豊かさを身を持って感じることができました。

昼食のお弁当の時にはガイドさんから全員にお味噌汁が配られて、疲れも飛ぶ「忘れられない思い出」になりました。杉の切り株のトンネルをくぐるたびに願掛けをしたり、直接触れる屋久杉にパワーを授けてもらったり、夫婦杉や大王杉を仰ぎ見て悠久の時の流れを感じたりしながら縄文杉に到着。勿論ここに存在していることだけで、神々しいのですが、もうすこし近づいてみたいと欲張った気持ちになりました。帰り路は行きとは違い

ひたすらバス停を目指し歩きましたが、心の中では待望の縄文杉まで行き着いた満足感でいっぱいでした。可愛い鹿さんに会えたことも思い出に残りました。土壌が薄くその下は岩であるために成長がゆっくりで、何千年もの時を過ごす屋久杉の説明を伺ったので、その巨木に実際に触れることができた一日は大願成就、屋久島に来ることができたことを本当に幸せに思いました。ありがとう。

五十嵐志：膝痛の為に歩けるかと不安の中で参加し、トレッキングポールを使ってどうにか歩きました。

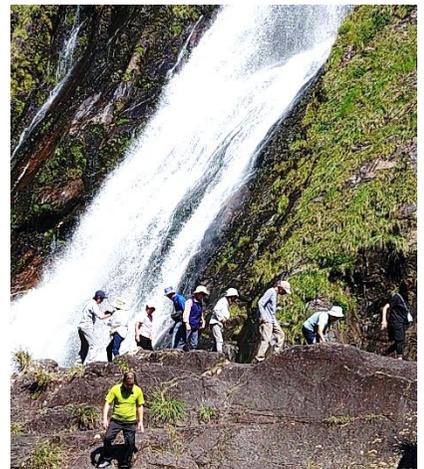
2日目はヤクスギランドコースに参加。入り口からすぐにくぐり榎の下を通り抜け、千年杉や仏陀杉の巨木を間近に見ながら進みました。至る所に江戸時代の年貢の為に切り倒された巨木の切り株がありました。樹齢千年以上の屋久杉の半分以上が切り倒されて年貢として薩摩藩に納められたそうです。屋久杉は年輪が詰まっていて油分も多く腐りにくいそうです。また高く伸びた屋久杉はなく、頂部は無くなっています。強風や雪の重みで折れたそうですがそのため養分を残った木の下部に与え、内部が空洞になりそれが木を強くするそうです。厳しい環境でも、自ら生きる術を身に付け強くたくましく生きていることを知りました。



3日目は、ガイドさんの車で屋久島の海岸沿いを一周しました。宮之浦港を出発して志戸子ガジュマル園に。ガイドさんに屋久島が北限と言われるガジュマルの特性などを丁寧に説明してもらい亜熱帯の植物を見て回りました。その先を行くと一湊海水浴場があり奄美大島に島流しにされた西郷隆盛が、休息の為に上陸した所だそうでその周辺には屋久島でここだけ稲を作っている田がありました。さらに進むと東シナ海が広がり、火山活動が続く口永良部島がうっすらと見えました。そして永田いなか浜に着きました。ここは花崗岩が砕けた砂浜が広がっていました。青い空と蒼い海と白い



砂のコントラストが眩いばかりでした。この浜に産卵に来るウミガメの数は日本一だそうです。抜け殻の卵を見つけました。その後に西部林道を進みました。山から続く常緑樹が道路に覆いかぶさるように生えていて、薄暗さも感じました。道路上で猿と鹿が一緒にくつろいでいるのを見る事もできました。動物優先で車はゆっくり進み、まさに自然豊かなところですよ。次に向かったのは大川の滝です。小さな島なのにこれだけの水量があるとは驚きでした。電気を水力発電で賄っていることに納得できました。昼食予定の食堂がお休みの為、商店で弁当等を買って、栗生海水浴場で昼食としました。ここで、海水浴をしていたスイスの若いカップルと出会いました。平内海中温泉を見て、千尋滝を見学。そして茶畑に立ち寄り、屋久島の木材で作られている町役場本庁を見学し、海老養殖場を見て空港に。世界自然遺産に登録された屋久島のすばらしさを実感した3日間でした。感謝です、天候と岩元さんとガイドさんに。



鶴見川を歩く その1

2025年10月18日(土) 晴れ 28000歩 約18km

コース : 鶴見駅→東口駅前通り公園→鶴見神社→鶴見川橋→下末吉公園→大曲広場→イオン→キンモクセイ並木→鶴見川樽町公園→太尾公園→新横浜公園→鴨池人道橋下河川敷→鴨居駅

参加者:熊坂(L) 亀田(SL) 勅使河原 常盤 平石 斉藤優 河野 山内 清水 井内 福士 市村 丹後 桑原 奥村 山田 滝川 脇坂 飯田 山口 川合 松本 大城 沼津 大幡 佐藤し 尾形 白田 高橋昇 計29名

尾形: やっと訪れた秋の1日。川崎・横浜最古の由緒ある鶴見神社を後にし鶴見川沿いを歩いて行く。

川には競技用ボートを漕ぐ人達や、羽を休めるのんびりした鳥の姿。水面に映る光も落ち着いた秋の色。道端のススキが風に揺れ、ふわりと匂うキンモクセイの並木道ではその大木に圧倒された。

自転車で颯爽と通り抜ける人達に、私達も右に左に避けながら、これも反射神経の訓練かなと思ひ歩く。

日産スタジアムからは試合中の大歓声。外でもスケボー、サッカーをする若者や子供達。久々の長距離で燃料切れになりつつも、気持ちの良い疲れと、充足感。秋深まる自然を感じ、自分の足で元気に歩ける幸せをしみじみ感じた日でした。



スタートの鶴見川橋で



待望のキンモクセイは、3日早かったようですが、可愛い蕾をたくさんつけていました。(22日の朝日新聞に載っていました)

二俣川周辺の散策

2025年10月25日(土) 小雨 15000歩 約10km

コース:相鉄線二俣川駅(南口)→自然公園通り→鎌倉・大山道追分→「メダカの学校」歌碑→武相国境の碑→こども自然公園広場→南本宿自然公園→二俣川駅

参加者:高橋文(L) 勅使河原(SL) 平嶋 平石 熊島 山内 桑原 脇坂 内海 山口 川合 沼津 大光明 白田 高橋昇 計15名

大光明: 前日の予報では曇りでしたが当日は生憎の雨、小雨の中出発となりました。お店が並ぶ街中の道路を抜けると、自然豊かな住宅地です。鎌倉・大山道追分を超えて、緑たっぷりのこども自然公園に到着。公園内の大池を周って中池の前に出ると「メダカの学校」の歌碑がありました。作曲者の中田喜直さんは地元で長年住まわれていたようで、珍しい自筆



の楽譜碑でした。中田先生作曲の懐かしい唱歌を思い出して、ほんわか気分。

紅葉が始まっている公園はしっとりしていて、落ち着いた秋の雰囲気を出しています。少し肌寒い中でのウォークでしたが、昼食はガラス張りの温かい室内で緑を観ながらいただきました。午後の森林浴を楽しむコースは雨のため断念、南本宿公園へ向かいました。緑が生い茂る公園で予想を裏切るワイルド感。公園を抜けてからの帰り道は、歩きやすい道を選択しながら駅に戻りました。

二俣川はよく知らない土地でしたが、地図を眺めているだけでは分からない道のアップダウン、街や公園の雰囲気等、いろいろ出会えて興味深かったです。今回は行ってみなけりやわからない！雨もまた楽し！を実感したウォークでした。

横浜カラオケ・ウォーク

2025年10月29日(水) 曇り 7900歩 約5km

コース :JR桜木町駅→赤レンガ倉庫→山下公園(昼食)→関内(カラオケ店)

参加者:滝川(L) 佐藤伊 平石 澤 飯田 川合 芦田 泉 計8名

曇り空、やや肌寒い日でした。大栈橋にはクルーズ船が停泊しており、港横浜らしい風景でした。昼食は山下公園で取りましたが、寒かったので、早めにカラオケへ向かいました。久々のカラオケで皆さん燃えて熱唱していました。演歌、昭和歌謡、ポップスとレンジは幅広く、乗りに乗っていました。<滝川L>

平石：みなとみらいを歩いたのちにカラオケを楽しむ素晴らしい企画でした。唄スキが8人集まり世代を超えて唄う今回は女性が澤さんおひとりでしたが、初参加で新しい唄で楽しませた泉さんやベテランの飯田さんは唄で元気を取り戻したようです。ウォーキングも楽しみ唄で平和を呼びます。



泉：私は誰とも話さない日が何日も続くので、声帯が枯れてしまいがちです。

そこで、カラオケで大声を出すことは、声帯の維持にとってもいいので、下手を承知で参加しました。伝助の見方が分からず、2ページ目だけを見て参加者が少ないと思い、中止になると思っていました。開催と分かって良かったです。一番驚いたことは、山下公園で大きなトンビにサンドイッチをさらわれそうになったことです。カラオケは、久しぶりに、大きな声が出せて良かったです。



鶴見の寺院・公園・せせらぎ緑道をめぐり、馬場花木園へ ～歩けば出会える・東洋一の記憶～

2025年11月1日(土) 晴れ 12000歩 約8km

コース : JR 鶴見駅西口10時→總持寺(アントニオ猪木 石原裕次郎の墓) →鶴見花月園公園→五差路
→寶藏院(源平五色の椿) →殿山公園と寺尾城址→入江川せせらぎ緑道→建功寺→入江川せ
せらぎ緑道つづき→馬場赤門公園→馬場花木(かぼく)園→東高校入口バス停 解散(臨港バス/
鶴見駅西口行又は菊名駅前行)

参加者: 吉越(L) 吉田敬・鈴木孝(SL) 勅使河原 平嶋 平石 高橋文 熊島 澤 井口 吉岡 吉田正
富矢 山口 芦田 西川 永井 栗原 今泉 渡辺杏 今回入会/秋澤 計21名



鶴見花月園公園 昔東洋一の遊園地があった！ 遠くにランドマーク

平嶋：鶴見に5～6年住んでいましたが、城址があるとは知りませんでした。花月園公園は、学校から花月園駅(当時)までの通学路で、先生から「今日は競輪があるから気をつけて帰りなさい」と言われたものです。とにかく懐かしいコースでした。

熊島：例会には参加者が少なめでしたが、吉田さんの歴史ガイドや池を中心とした和風庭園の「馬場花木園」、「旧藤本家」など、ゆったり散策できる広さが魅力でした。横浜にもまだまだ隠れた名所があることを知り、リーダーの皆様に感謝です。アフターも含め、楽しいウォークでした。

澤：古民家で、富山の田舎を思い出し、涙がでました。

渡辺杏：荘厳な「總持寺」、癒しの「せせらぎ緑道」、珍しい「五叉路」、自由楽しめる「馬場花木園」。お天気も良く、楽しい一日でした 😊

旧藤本家 2組に分かれ見学



井口：天候にも恵まれ立派な神社と墓地。そして「馬場花木園」など、ゆっくりと散策できました。

永井：鶴見の總持寺から花月園公園、せせらぎ緑道を通して馬場花木園まで。どんぐり、白鷺や鯉を見つけながら、笑顔が絶えない楽しい一日でした。静かな道も温かな時間も心に残る素敵な思い出になりました。

近くにも、こんなに豊かな自然があるんだなあと感じました。詳細な解説のお陰で歴史にも触れた最高の一日！ そんな中で特に印象に残ったのは「透かしハウズキ」です。今回はSLを務めました。皆さまからご協力を頂き、無事完歩することができました。

<SL・鈴木孝>



透かしハウズキ

秋の北鎌倉散策

～禅の寺を訪ねて～

2025年11月7(金)晴れ 13000歩 約9km

コース：北鎌倉駅円覚寺側→東慶寺→浄智寺→長寿寺→亀ヶ谷切通し→岩船観音→海蔵寺・十六の井
→化粧坂→葛原が岡神社(こもれび広場にて昼食)→銭洗い弁財天→佐助稲荷神社→古我邸
→鎌倉駅西口

参加者：内海(L) 田村(SL) 勅使河原 吉留 平石 熊坂 斎藤 山内 清水 井内 福士 奥村
滝川 脇坂 高橋吉 芦田 工藤 沼津 大光明 佐藤し 尾形 白田 高橋昇 高橋玲 泉
舟田 森山 渡辺杏 計28名



秋色に染まり始めた海蔵寺にて

斎藤：これ以上ない秋晴れのもと、ウォーキングが始まりました。東慶寺では秋の草花を堪能。ピナンカズラという小さな赤い実が重なって、ピンポン玉位の大きさの植物が可愛かったです。長寿寺では秋季の(金土日のみ)特別拝観に合わせ、書院でお庭をゆったりと眺め穏やかな時間を過ごすはずが、境内清掃のため拝観ならず。今日の1番の難所化粧坂では以前、鎌倉7つの切通しを1日で歩くという体力のあった頃を懐かしく思い出しました。銭洗弁天では、修学旅行の学生か？ザルにお金を入れて洗う姿。「金運アップできたらいいね。」残念なハプニングはありましたが、それぞれ特徴のある海蔵寺や佐助稲荷等訪れることができ「ゆっくり」「じっくり」楽しい一日でした。



佐助稲荷神社



語らいの午後・銭洗弁財天

秋の柔らかな日差しに包まれた絶好の散策日和。今回のメイン、長寿寺拝観は庭園整備のため突然のお休み。最後の古我邸ではウエディング貸し切りにより、外門からのみの見学。二つのアクシデントに見まわりましたが、今日の素晴らしいお天気にすべてカバーされ、楽しい散策が出来たのではと思っています。でも・・・ちょっと残念！ <内海L>

全国交流ウォーク in 滋賀

【1日目】

2025年11月8日(土) 晴れ 6000歩 約4km

コース:京都駅→JR山科駅→諸羽神社→山科疎水
→洛東橋→毘沙門堂→参道→京阪京津線・
京阪山科駅→上栄町駅→東横 INN 京都琵琶湖大津(ホテル)→大津祭曳山展示館→
大津港→ミシガン船 琵琶湖遊覧60分→びわ湖大津プリンスホテル(前夜祭)→東横INN(ホテル)



びわ湖クルーズ、これから出航!

【2日目】

2025年11月9日(日) 雨

午前・A 石山寺コース 7000歩 約5km 8名参加

コース:JR京阪石山駅→瀬田川湖畔散策・瀬田の唐橋→石山寺拝観・散策→京阪石山寺駅→京阪びわ湖浜大津駅→大津港(昼食弁当)

午前・C 西教寺コース 7000歩 約5km 17名参加

コース:京阪大津駅→京阪坂本比叡山口駅→穴太衆(あのうしゅう)「野面積(のづらづみ)」→日吉大社→西教寺→日吉大社参道→京阪坂本比叡山口駅→京阪びわ湖浜大津駅→大津港(昼食)

午後・三井寺コース(クラブ単独) 7000歩 約5km

コース:大津港→琵琶湖疎水→三尾神社→仁王門→三井寺(弁慶の引き摺り鐘)→本家力軒→西国観音霊場十四番観音堂→三井寺展望台→長等神社→東横 INN 京都琵琶湖大津

【3日目】

2025年11月10日(月) 近江八幡散策と彦根城見学 曇り時々小雨 7000歩 約5km

コース :JR大津駅→近江八幡駅→(バス)→観光案内所(現地案内ガイドによる見学・散策)

郷土資料館→旧西川家住宅→明治橋(あまな)→八幡堀→白雲館観光案内書→旧八幡郵便局

→アンドリュース記念館→(バス)→JR 近江八幡駅→彦根駅→彦根城→彦根駅→JR 米原駅(新幹線帰路)

参加者:高橋文(L) 吉越(SL) 高橋友(SL) 勅使河原 奈良 熊島 長谷川 桑名 澤 島 吉岡 飯田 鹿島 柏木 川合 保坂 入江 西川 中西 廉屋 藤澤 稲葉 永井顧問 一般/原田 小沼
合計25名

【1日目の感想】

鹿島: 初日は「山科疎水を歩こう」のコースでした。無学なためその存在を知らなかったのですが、1か月前の東海道ウォークと今回の交流ウォークで、2度 3度と尋ねることにより疎水という言葉が頭の中で定着しました。紅葉には少し早かったけれど、ところどころ色づいてそれなりに楽しめました。川面の色と流れ、周りの景色、「毘沙門堂」の静寂など、ゆったりした気分になり、京都に来てよかつなあ…という気分になさせていただきました。前夜祭の「ミシガン船琵琶湖遊覧」と乗船前の和太鼓の演奏も印象に残り、旅の良き思い出になりました。

参加者 197名
ミシガン船 150名
前夜祭 155名
ウォーク 185名



1日目は10時30分に山科着



京都山科の毘沙門堂にて

京都 山科疎水へ。
琵琶湖から京都へ流れています。
流れはとても速かったです。



【2日目】

長谷川：5時半起床。カーテンを覗けば予報通りの雨。皆がっかり。あー濡れてしまうなあ。東横インは朝食の長い列。出発が早いAコース優先でいただいた。

C コースは8時出発。下向き加減で足元見つめ速足。集合場所・びわこ浜大津駅へ。電車に乗って坂本比叡山口駅で2組に分かれ、黄色組の私達は初めに日吉大社へ。ガイドの説明はほとんどなし。雨の中もくもくとガイドの後について歩いて行く。

木々に囲まれた細い道を下り、国道へと出た。途中、左へ少し進んだところで道を間違えたことに気づき、引き返す場面もあった。その後は再び国道を歩いた。

コースの確認がないまま、「この先に千体地蔵がありますが、行きますか？」との声。すぐ目の前には次の目的地である西教寺が見えていたため、誰も特に返答することなくそのまま進むことに。

今回は山辺の道のご案内がなく、楽しみにしていたコースただだけに、少し残念な気持ちが残った。とはいえ、皆さんと歩いた時間そのものは心に残るひとときだった。次の機会には、ぜひあの道も一緒に歩いたら嬉しいです。



けぶる比叡山の里を西教寺へ向かう



フォトコンテスト入賞「紫式部と神奈川の五人娘」
写真提供/盛岡ウォーキングクラブ・新妻龍子さん



フォトコンテスト入賞 入江裕美さん
「苔むした穴太積みの石垣」



三井寺 仁王門

びわこテクテククラブ 星 利三さんの案内で

【3日目】

吉岡：交流ウォーク in 滋賀も最終日、K-walk だけのウォーキング。昨日の雨も上がって朝から清々しい秋晴れです。

まずは大津から近江八幡へ。ボランティアガイドさんに案内して頂いたので良く分かりました。近江八幡は豊臣秀吉の甥・秀次の八幡山城の八幡堀を琵琶湖と繋ぎ、湖上を往来する船を寄港させることによって活性化させ、近江商人の拠点として発展した町です。石畳の古い町並が保存され、建物の中も見て廻り商人の暮しぶりを感しました。蚊帳の代りに布団を扱うようになって西川布団を創業した西川仁右衛門も近江商人だったとのこと。

明治38年に中学の英語教師として赴任した建築家ウィリアム・メレル・ウォーリスの建物も多く残っていて



彦根城

ゆるキャラ・ひこにゃんと

異国情緒も感じられました。彼はメンタムで知られる近江兄弟社の創業者でもあるとのこと、びっくりです。八幡堀の紅葉も写真映えました。近江八幡はとても魅力的な町で、もう一度ゆっくり来たいな一と思った次第です。

次は彦根へ移動して、ひこにゃんの彦根城へ。その前にランチをと「近江や」に辿り着くのにウロウロ、近江牛丼は美味しかった～。彦根城の天守閣に急な階段を這うようにして登り、窓からの霧に霞む琵琶湖に別れを告げました。



彦根駅から米原駅へ
胃袋は近江牛、心はひこにゃん

2025年度第4回運営委員会報告

日時:2025年9月30日(火)13時~16時(事務所)

出席者:(議長) 奥村(資料作成)高橋文 吉越 平石 島 内海 鹿島 高橋吉 亀田(9名)

■機関紙

永由さんに、表紙作成を担当してもらい関係上ドロップボックスに入ってもらおう。

■事務局

- ①平石さんの、下見交通費の清算事務を平嶋さんに依頼した。
- ②平石さんのパソコンは、来月の運営委員会までに、ドロップボックスが使用できるようにすること。
- ③氏名が判明できないメールアドレスを使っている人は、件名の前に氏名を明記するように徹底していく。
- ④2026年1月から7月までの例会のリーダーを決めた。
1月:吉越 2月:高橋文 3月:鹿島 4月:高橋吉 5月:内海 6月:島 7月:平石

■会計

- ①2025年度上期個人別支払金の取りまとめが完了しました。支払日は10月2日(木)です。
- ②下見に関する帳票は「例会下見交通費支払明細書」というタイトルで統一します。

■その他

- ①80歳のお祝いウォーク 対象者:荒波 白石 小島 吉岡 飯田 L:鹿島 SL:奥村・高橋吉
- ②小嶋サさん、東京タワー周辺のコース検討中 SL:体操担当など運営委員会の方で要請していく。
- ③東海道五十三次のゴール横断幕をリーダーの鹿島さんが自主制作する。
- ④集中ウォークは例年通りビール・ジュース・つまみを用意する。

2025年度第5回運営委員会報告

日時:2025年10月27日(月)14時~16時(Zoom)

出席者:(議長)鹿島 (資料作成)奥村 吉越 平石 高橋文 内海 高橋吉 亀田(8名)

■ホームページ

- ①入会申込 Google フォームの「生年月日欄」をカレンダーから短文入力に切り替えた。
10月入会者からスマホではカレンダー入力は上手く出来ないとの情報に対応した。
- ②入会説明欄に「こちらからの返信メールが届くよう受信設定をお願いします。」の文言記載。
- ③トップページのイラスト刷新を予定していたが、入会申込が10月以降8名もあり、暫くこのままとしたい。

■事務局

- ①前回運営委員会で、2026年1月から7月までの例会のリーダーを決めたが、各月の企画予定がほぼ出揃ったので、12月を目処にHPに発表したい。
- ②10月例会において、申込み無しの参加が2名(新入会員・お試し)有った。
新入会員のスポーツ保険手続きは未済であり、お試し参加者の保険は未加入でした。万一事故が起きた場合の不安が残ります。
今後の対応として、参加申込み締切り日厳守の徹底をする。申込みのないお試し参加者については、保険未加入・人数外であることを条件に、参加費無料として同行受け入れとする。

■会計

- ①集中ウォークの予算は予め設定するのは難しい。参加人数分の飲物、つまみの実費をクラブで負担する。去年は4346円の支出だった。
- ②東海道五十三次が終了した。クラブの宣伝にもなるのでシリーズ物は今後も期待したい。
ただ、主催者の経費負担が大きく、明確な規定を設けてクラブで支出をしてはとの意見がでている。
今後の課題として予算建てをするか等々あわせて検討したい。

■その他

- ①パソコン・スマホ利用状況アンケート結果は篠さんが集計する。
- ②新入会員からの機関紙が欲しいとの希望に対応するため、予備を持ち歩く。ない時はHPを見てもらうよう勧める。

「パソコン・スマートフォン利用状況に関するアンケート」結果について

先日実施いたしましたアンケートにご協力をいただきありがとうございました。115名のうち**73名**の方からご回答をいただき、アンケートの結果を下記にまとめご報告いたします。

<p>Q2.クラブのホームページを開き参加申込を「伝助」に入力できますか？</p> <p><input type="radio"/> はい → 72名</p> <p><input type="radio"/> いいえ → 1名</p>
<p>Q3.入力機器の問い</p> <p>Q2 で「はい」と答えた方は当てはまる全ての機器に✓を入れてください。</p> <p>Q2 で「いいえ」と答えた人は【★★私は Q2 で「いいえ」と答えました】に✓を入れてください。</p> <p><input type="checkbox"/> 自分のスマホ → 25名</p> <p><input type="checkbox"/> 自分のパソコン → 22名</p> <p><input type="checkbox"/> 自分のスマホとパソコン → 23名</p> <p><input type="checkbox"/> 家族のスマホ → 0名</p> <p><input type="checkbox"/> 家族のパソコン → 5名</p> <p><input type="checkbox"/> ★★私は Q2 で「いいえ」と答えました → 1名</p>
<p>Q4. Word、Excel を少しでも使ったことがありますか？</p> <p><input type="checkbox"/> 両方とも使ったことがある → 41名</p> <p><input type="checkbox"/> Word を使ったことがある → 5名</p> <p><input type="checkbox"/> Excel を使ったことがある → 0名</p> <p><input type="checkbox"/> 両方とも使ったことがない → 7名</p>
<p>Q5.お金の管理経験について</p> <p>町会やPTA、趣味のグループなどでお金の管理をしたことがありますか？</p> <p><input type="checkbox"/> 管理したことがある → 24名</p> <p><input type="checkbox"/> 少しだけある(補佐や簡単な記録など) → 9名</p> <p><input type="checkbox"/> 管理したことはない → 40名</p> <p><input type="checkbox"/> 経験はないが、やってみたいと思う → 0名</p>
<p>Q6.企画提案の頁は覗いたことや書き込みしたことがありますか？</p> <p><input type="checkbox"/> 覗いたことがある → 39名</p> <p><input type="checkbox"/> 覗いたことはない → 34名</p> <p><input type="checkbox"/> 書き込みをしたことがある → 18名</p>
<p>Q7.クラブからの一斉メールはどこで受信していますか？(当てはまるものすべてに✓)</p> <p><input type="checkbox"/> 自分のスマホ → 30名</p> <p><input type="checkbox"/> 自分のパソコン → 24名</p> <p><input type="checkbox"/> 自分のスマホとパソコン → 17名</p> <p><input type="checkbox"/> 家族のスマホ → 0名</p> <p><input type="checkbox"/> 家族のパソコン → 2名</p> <p><input type="checkbox"/> その他 → 1名</p>
<p>Q8.メールに添付されてきた PDF は開けますか？文字化けせずに見られますか？</p> <p><input type="checkbox"/> 開いて見ることができる → 72名</p> <p><input type="checkbox"/> 開けるが文字化けして見えない → 1名</p> <p><input type="checkbox"/> 開くことができない → 0名</p>

新日本スポーツ連盟神奈川県連盟 事務所移転のお知らせ

神奈川県スポーツ連盟は、2025年12月1日より、下記のビル3階へ移転いたします。

神奈川県ウォーキングクラブでは、11月21日(金)13時からおよび30日(日)11時から運営委員会の際に、荷物の整理・準備を行います。

なお、事務所の電話番号が変更となるかどうかにつきましては、11月18日現在、未定です。

移転先のビル

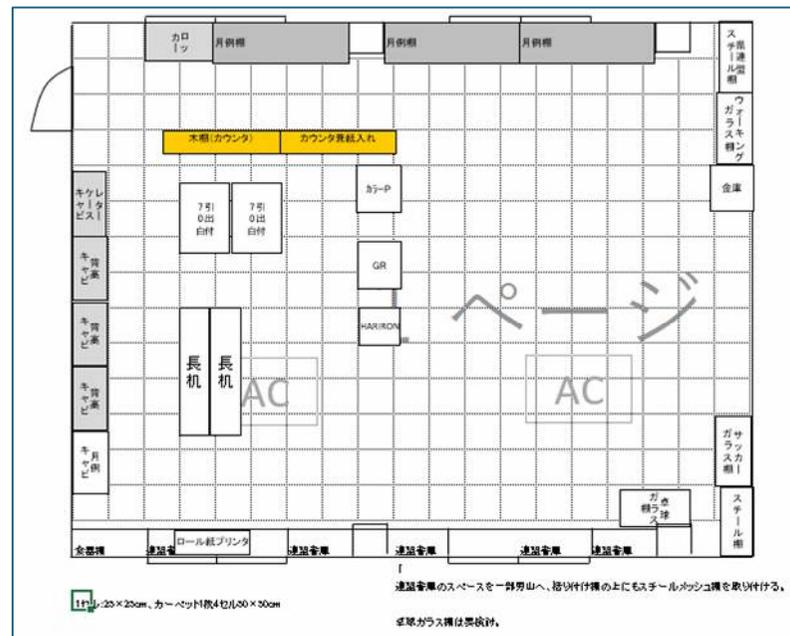
神奈川県商工団体連合会ビル(神商連会館)

〒221-0823 横浜市神奈川区二ツ谷町1-11

TEL:045-314-5551 FAX:045-312-5244



神商連会館
駅から約300m



新事務所
レイアウト案

現在の事務所住所
〒221-0045
横浜市神奈川区神奈川
2-14-16 トーリックビル 3F

※予定は変更になることがあります。前日の15時以降に必ず「伝助」を確認してください。

2026年1月 神奈川ウォーキングクラブの予定と見所

<p>10 日 (土)</p>	<p>例会</p>	<p>第343回例会 羽田七福稲荷めぐり&羽田空港見学</p> <p>出 発:京急空港線糀谷駅 10時 約7km</p> <p>コース:糀谷駅→萩中神社→妙法稲荷→重幸稲荷→高山稲荷→鷗稲荷→玉川弁財天→白魚稲荷→穴守稲荷→天空橋駅→《電車移動》→羽田空港第1・第2ターミナル駅→羽田空港見学(約40分)〈展望デッキ/第1・第2・第3ターミナル〉→見学後、現地解散(帰路は京急線または東京モノレールをご利用ください)</p> <p>★開運・健康・学業・金運など七福のご利益を授かる「羽田七福稲荷」をめぐり、最後は羽田空港の展望デッキで飛行機の離発着を眺める贅沢なコースです。地域の文化と空の玄関口を一度に楽しめる、心も足も満たされるひとときをご一緒しましょう。</p> <p>★空港グルメ:和洋中の名店や空弁を楽しめます。</p> <p style="text-align: right;">申込み:吉越 090-2750-0034</p>
<p>15 日 (木)</p>	<p>一般</p>	<p>赤穂浪士の道～本所吉良邸跡から泉岳寺へ</p> <p>出 発:JR総武線両国駅西口 8時30分 約14km</p> <p>コース:両国駅→吉良邸跡→一之橋→芭蕉神社→萬年橋→永代橋→鉄砲洲稲荷→聖路加タワー(1時間自由昼食)→浅野内匠頭屋敷跡→築地本願寺→昭和通り→浅野内匠頭終焉の地→芝大門→札の辻→泉岳寺</p> <p>★泉岳寺15時過ぎ必着のため、やや速歩(時速4km)で歩きます。</p> <p>昼食は聖路加タワー47階のレストランルーク・ウィズスカイラウンジでパスタランチセット(税込み1600円から2種、最大25席予約済み)または1階にも5ヶ所のレストラン、カフェなどがありテイクアウト店、コンビニなどもあります。お好きな食事を自由に選んでください。(コピーして検索)https://www.sl-garden.jp/service-restaurant/</p> <p style="text-align: right;">申込み:脇坂 090-2164-2641</p>
<p>17 日 (土)</p>	<p>やや健脚</p>	<p>舞岡公園から馬洗川せせらぎ緑道へ</p> <p>出 発:JR戸塚駅 地下改札10時 約13km</p> <p>コース:戸塚駅→吉田町公園→舞岡川遊水池公園→舞岡の森遊歩道→舞岡公園→小菅ヶ谷北公園→馬洗川源水地→浄念寺→馬洗川せせらぎ緑道→野庭ちびっこ公園→横浜市営地下鉄上永谷駅</p> <p>★会員の平林さんがお亡くなりになって1年が経とうとしています。舞岡公園を一緒に歩いた事が思い出されます。古民家でけん玉等で遊んで平林さんを偲びませんか? 距離は短いですが公園内のアップダウンがある山道を歩くのでやや健脚にしました。滑りにくい靴で参加して下さい。</p> <p style="text-align: right;">申込み:熊坂 080-1260-5285</p>

※予定は変更になることがあります。前日の15時以降に必ず「伝助」を確認してください。

2026年2月 神奈川ウォーキングクラブの予定と見所

<p>1 日 (日)</p>	<p>例会</p>	<p>第344回例会 百合ヶ丘の神社仏閣巡りと尾根道の散策</p> <p>出 発:小田急線百合ヶ丘駅北口10時 約9km</p> <p>コース:百合ヶ丘駅→高石神社→細山神明社→香林善寺→千代ヶ丘老人いこいの家→神嶽神社→勝坂→金程万葉苑→弁天公園→麻生老人福祉センター→万福寺とやま公園→金程の尾根道→新百合ヶ丘駅</p> <p>★義経ゆかりの高石神社や五重の塔が聳える高禅寺、「阿弥陀坐像」などを巡る</p> <p>申込み:高橋文 080-1115-4849</p>
<p>21 日 (土)</p>	<p>やや や 健 脚</p>	<p>鶴見川を歩こう その3</p> <p>出 発:小田急小田原線 鶴川駅北口 10時 約15km</p> <p>コース:鶴川駅→鶴川駅前やすらぎ公園→岡上げやき公園→野津田神社→民権の森公園→鎧堰水辺の広場→宮の前公園→下小山やまのは公園→上小山みつやせせらぎ公園→鶴見川源流泉の広場→鶴見川源頭入口→よこやまの道→唐木田駅</p> <p>★鶴見川を歩くもいよいよ最終回。町田の宮川橋からは川沿いの遊歩道もなくなり普通の道路を歩くようになります。そして、いよいよ源流域に入ります。源流を見たらよこやまの道を歩きます。</p> <p>申込み:熊坂 080-1260-5285</p>
<p>25 日 (水)</p>	<p>一 般</p>	<p>上野の森から谷中へ</p> <p>出 発:JR上野駅公園口10時 約8km</p> <p>コース:上野駅公園口→上野公園(西郷像・清水観音堂・摺鉢山古墳・花園稲荷・上野大仏・上野東照宮等)→輪王寺→大噴水→国立西洋美術館・国立博物館・国立科学博物館などの自由見学(自由見学の時間は昼食を含め約90分)→国際子ども図書館→寛永寺→谷中霊園→徳川慶喜公墓→谷中銀座→日暮里駅</p> <p>★国立西洋美術館・国立博物館、国立科学博物館は65歳以上、常設展入場無料【本人確認証必携】一般入場料(常設展)国立西洋美術館500円・国立博物館、国立科学博物館630円</p> <p>★梅の花もそろそろ見ごろ、早咲きの桜も楽しめるかな?! 上野の森の歴史ある多くの神社仏閣を訪ねてみませんか。上野から谷中へは下町情緒豊かなレトロな街の風景が広がります。寒さに負けずに歩いてみよう! 申込み:内海 090-8106-4902</p>



事務局連絡

★Eメール送信についてのお願い

会員の皆さんには日頃よりクラブ活動に関心をもってご協力頂き有難うございます。その中で皆さんは運営委員への質問、意見などをお寄せ頂く際、Eメールを使うことが多いと思います。その場合、送信者のアドレスがアルファベットや数字の羅列のみだと、一見して誰からの送信か分からず困ることが多いです。近年は多量の迷惑メールが送られてくるため、せっかくの貴重な意見などを間違えて削除してしまう事があるかも知れません。そこでアルファベット表記で送信される皆さんには「件名の先頭に漢字で名前を記載する」ことをお願いします。送信者が簡単にわかり、不審メールとの区別も付きやすくなります。一手間ではありますが、是非ともご理解ご協力をお願いします。

新入会員さん8名紹介

10月、11月と大勢の仲間が増えました。一緒に楽しく・安全・元気に歩きましょう！
宜しく申し上げます。

★在籍会員数

2025年11月25日現在
男性45名 女性78名
合計123名

会員 No.484

壺井 恵子 さん
横浜市 在住
パンフレットを見て

写真は
次号掲載

会員 No.485

井上 恵子 さん
相模原市 在住
お試し参加して

写真は
次号掲載

会員 No.486

森山 八重子さん
足柄下郡 在住
知人の紹介



会員 No.487

渡辺 杏子 さん
横浜市 在住
歩いて健康維持



会員 No.488

佐藤 鈴子 さん
横浜市 在住
会員の紹介



会員 No.489

大谷 千春 さん
横浜市 在住
再入会



会員 No.490

秋澤 美智子さん
東京/豊島区在住
会員の紹介



会員 No.491

網 のぞみ さん
秦野市 在住
お試し参加して



★スマホ勉強会(12月11日)開催場所変更のお知らせ

神奈川県スポーツ連盟は12月1日に移転します(132号機関紙25頁参照)。
従って、11日実施の「スマホ勉強会」は新住所の神奈川県スポーツ連盟事務所で行います。
その他は、以下の通りで変更ありません。

出発:JR東神奈川駅 13時30分 開催時間:14時~16時 講師:曾根由子さん
なお、新事務所の電話番号は11月18日現在変更があるか分かっていません。