

第41号

(2009年9月1日 火曜日)



Walking

『伊豆歩倶楽部』会報

伊豆歩の歌 詠み人知らず

歩歩歩(ふふふ)の歩(ふ)
緩歩で観歩
歩歩歩(ほほほ)の歩(ほ)
歩歩笑美(ほほえみ)伊豆歩は
歓歩で完歩

第80回 伊豆歩倶楽部 10月例会

初秋の溪谷歩き 15Km

シャポテン公園から松川湖へ Bird Watching を楽しもう! “双眼鏡・野鳥図鑑”

【日程】 2009年10月18日(日)

【集合時間】 9時5分(伊東駅発:8時18分/下田駅発:8時23分)各自確認して下さい。

【集合場所】 伊豆高原駅

【コース】 スタートはシャポテン公園です。伊豆高原駅~シャポテン公園間はバスを利用します。

(9:25発 350円)時間厳守!

伊豆高原駅発9:25(バス350円) シャポテン公園着9:48

シャポテン公園スタート10:00 さくらの里 キャンプ場(奥野の小道)

伊原の庄 白川橋 松川湖【昼食】 万葉の小径 南伊東駅14:00予定

名札を必ず着けてください。

【お問い合わせ】 伊豆歩倶楽部事務局 (笹本) TEL:0558-22-5465

携帯:090-2140-1717

例会報告

第77回 伊豆歩倶楽部 7月例会

「上高地・乗鞍高原」ウォーク【2泊3日】

2009年7月2日(木)・3日(金)・4日(土) 天候 晴れ

参加者:29名(会員25名・一般4名)

- ・2日22時、南伊豆町観光交流館を予定通り出発する。
- ・3日1時45分、富士ICで最後の参加者を乗せて上高地に向う。5時50分上高地バスターミナルに着く。心配していた天気は晴れ。空気は澄んで涼しく気持ちが良い。歓喜の音があがる。朝食を食べて7時30分出発式をしてスタートする。雪の残る穂高連峰が見える。河童橋で「パチリ」一枚。梓川左岸を進む。澄んだ水、珍しい花、残雪の山々の景色と素晴らしい徳沢で小休止をして、右岸を下り明神池で昼食とする。木道を進むと野生の子供づれ猿の集団と会う。河童橋でゴール組と田代池コース組に別れてバスセンターに14時15分ゴールする。14時30分今日泊まる休暇村乗鞍高原に向う。15時30分着。
- ・4日今日も天気は晴れである。目の前に雪の残る乗鞍連峰が見える。乗鞍エコーラインが残雪で通行止めの為、コースを変更して有料道路では日本一高い所を通る乗鞍スカイラインを廻って豊平駐車場に9時15分着く。9時30分出発式を行い「肩の小屋」に向って出発する。標高2700~2800mのウォーキングである。剣ヶ峰や大雪渓での夏スキーをしている広大な景色を見て感激する。肩の小屋から剣ヶ峰に登る途中で雷鳥が伊豆歩倶楽部を出迎えてくれる。雪の登山は危険の為約2900mの残雪の中で記念写真を撮って下山する。「肩の小屋」で昼食を食べて富士見岳(2817m)に向う。途中で岩の上にいた鳥は「イワヒバリ」です。【堀崎龍夫さん:談】富士見岳に登頂して、12時30分豊平駐車場に着く。13時の乗鞍エコーラインの開通を待って、一路伊豆に向う。バスの中は2日間天気に恵まれ、山の雄大な素晴らしい景色、珍しい花々に大満足して楽しい会場となった。南伊豆町観光交流館に22時無事到着する。

事務局便り

日本市民スポーツ連盟認定大会『2010年、第12回伊豆早春フラワーウォーキング』の日程が決まりました。

・第12回 下田水仙ツーデーマーチ 【2010年1月9日(土)・10日(日)】

オールジャパンウォーキング認定大会

日本開国セブンハーバーズリーグ認定大会

美しい日本の歩きたくなるみち500選認定大会(22-01)【1月10日】

東海北陸マーチングリーグ公認大会

静岡県マーチングリーグ認定大会

- ・第12回 河津桜ツデーマーチ 【2010年2月13日(土)・14日(日)】
- ・第10回 南伊豆菜の花ツデーマーチ (第10回 記念大会)【2010年3月6日(土)・7日(日)】
- ・第11回 伊豆松崎なまこ壁と桜のツデーマーチ 【2010年4月3日(土)・4日(日)】

オールジャパンウォーキングカップ記念大会

第79回 伊豆歩倶楽部9月例会「身延山とぶどう狩り」ウォーキングは多くの参加者を得、予定通り実施する事になりました。

7月例会「上高地・乗鞍」ウォーキングの記念写真は、木山恒宏(会員 No.413)さんが無料で参加者全員に配るよう作ってくれました。ありがとうございます。

2010年伊豆歩倶楽部例会、『歩きたい希望地』のアンケートを「上高地・乗鞍」ウォーキングの車中でお願いしました。その結果を発表します。

バス利用【宿泊】	バス利用【日帰り】
第1位 木曽路 18票	第1位 富士樹海 15票
第2位 熊野古道 14票	第2位 鎌倉 11票
第3位 尾瀬(もみじ) 11票	第3位 箱根 10票
第4位 谷川岳 10票	第4位 忍野八海 7票
一般例会	海外
第1位 長九郎(天城) 8票	第1位 スイス 4票
第2位 鉢の山(河津) 5票	第2位 ニュージーランド 3票
第3位 天城縦走 4票	第3位 スペイン 2票
第4位 三筋山(東伊豆) 1票	第4位 カナダ 2票

上記結果を参考に楽しい例会を企画したいと思います。お楽しみに・・・^_^!

伊豆歩倶楽部新規会員募集中!

伊豆歩倶楽部入会ご希望の方は、お気軽に事務局(0558-22-5465:笹本)までお問合せ下さい。

【会費】新規会員 3,000円 (入会金1,000円 年会費2,000円/年)

家族会員 1,000円/年

【納入方法】郵便振替用紙にて『郵便番号 10150-57680821 伊豆歩倶楽部』宛 納入して下さい。

第76回伊豆歩倶楽部 6月例会 「河津・鉢の山森林セラピーロードウォークに参加して

伊豆歩倶楽部会員No.308 高橋 まさよ

朝起きた時は霧雨、河津町馬場駐車場についたときには、本降りの雨になっていました。楽しみにしていたコースでしたが悪天候のため参加者も22名と少なく、ちょっぴり寂しかったです。

10:00頃 雨の中を元気よく出発。舗装された登り坂を黙々とかつばや傘をさして歩くこと1時間ちょっと。第一駐車場にてトイレ休憩。雨が降ったりやんだり忙しいが、かつばの中は汗と雨でびしょりとなっている。

ここからは、桜の小道、森の小道、セラピーロード、山頂広場へと登って行く。わらびが草の中からツーンとのびていた。来年の5月頃来たらわらび取りができそう。晴れていたらすばらしい展望が目の前に広がるのだろうと、想像しながら、小雨の中でお弁当を食べる。会長さんにご飯のたぐいしたサクランボや先崎さんの漬物は、とても美味しかったです。ごちそうさまでした。

それから山頂を一周してから帰途へ。帰りは下りなので早い。三島神社から親水公園へ寄って馬場駐車場へ戻ってきた。

今度お静かな日に一度行ってみようと思います。どうもありがとうございました。

「上高地・乗鞍高原」ウォークに参加して

伊豆歩倶楽部会員No.505 大黒 美行

夜の出発だ。連日の梅雨空、山は雨だろうと雨具はガッツリ準備しての参加。下田駅で数名の参加者と共バスに乗り込む。車中はすでに先乗車の方達が十分な盛上である。各集合場所で参加者を乗せバスは一路上高地へ。車中泊・寝ておかないと明日が心配と思いつながら話題が尽きない。ついついアルコールに手が伸びるが何時の間に寝込んでいた。

大正池・焼岳の声で目覚める。車窓から39年振りの穂高連峰が目飛び込んで来た。登山をしていた青春の日々が蘇る。中部山岳国立公園の上高地から眺める北アルプスの山並みは日本を代表する風景だと思う。そんな昔を思い出している間にバスは目的地上高地バスターミナル到着。バスを降りて天気の確認「晴れ」緻密調のウォーキング日和である。

朝食までまだ時間があるので穂高の山並みにカメラを向ける人、梓川へ・・・色とりどりに咲く花へ・・・各人各様時間を過ごす。

朝食後、2日目の出発式・会長挨拶・コース説明・ストレッチ・檜・コースリーダーの紹介。「さあー出発だ!!」左手は梓川、上目目をやれば穂高連峰の山々、頂上付近に少しガスがかかっている(残念)が見事な風景だ。出発して5分、河童橋。39年前に比べるとずいぶん立派な橋に架かっている。ここで写真タイム。此処からの風景は『絵』『写真』『ガイドブック』等々で誰もが一度は目に

した風景 上哥也が初めての人にも馴染みの風景では？ 徳沢で昼食とのこと、一路徳沢へと歩を進める。道は平坦で歩き易く自然と会員同士の会話も弾む。樹林の中を進む。展望が遮られても、視線を道端へと移せば色とりどりの草花が微笑んで迎えてくれる。穂高の雄姿をと歩を進めるトップグループ・・・花々に歓声を上げるアンカーグループとの間に徐々に差が・・・

トップリーダーに速く歩きすぎると無線が二度三度と入る。リーダーは小声で一言「今迄が一番遅く歩いている。」求めるものが違うのか？ 徳沢到着。でも昼食の時間は早すぎる。昼食は明神池で徳沢を出発。「いるぞ！！群れを成して泳いでいる！！」岩魚だ。梓川の支流（小川）に岩魚が群れている。竿は掛針かとは釣り好きの虫が騒ぐが此処は禁漁区。「また逢おうぜ！」と一声かけて新林橋へと歩を進めると急に視界が開けて穂高連峰の雄姿が目に見え込む。圧倒される風景に「ウォー！！」の歓声上がる北アルプス屈折の展望を誇る山々だ。梓川を渡り（新林橋）再び樹林の中を明神池へと歩を進めると伊豆でお馴染みのお仲間（サル）の群れに遭遇（40年前は居なかったと思う？）子供を連れだの群れだ。道は猿の糞だらけ、避けて歩くため風景も間々ならぬが道端には可憐な草花が咲いている。頬が自然と緩む。明神池着。此処で昼食。梓川の清流を見ながら弁当にかぶりつく。満腹になって一路河童橋へ樹林の中をひたすら歩く。河童橋でバスへ帰る組と田代湿原へ行く組と二手に分かれる。左は梓川、右は穂高の山々、道は整備されてウォーキングコースとして最高だ！ウェストン碑で写真を撮る。田代橋を渡り田代湿原・自然形遊歩道コースを進み梓川の支流で行き止まり。川には岩魚が群で泳いでいる。湿原では色々な草花が咲き乱れ七月というのにツツジも咲いている。改めて上哥也の標高の高さを再確認する。林間コースを通り田代橋へ。此処からは梓川と穂高の山々を見ながらのコースである。長時間歩いたのに皆歩き始めのような元気さでゴールイン。バスに乗り込む。宿まで1時間あまり上哥也や乗鞍の話で盛り上がる人・睡眠をとる人。思いつきの時間を過ごしバスは乗鞍高原休所まで到着。夕食は5時半から時間はたっぷりある。まず温泉に入り、疲れを癒して食堂へ。今日の思い出話に花を咲かせての食事は楽しい。皆さんはアルコールも程々に明日に備えて早寝するようだ。自分も「お休みなさい」と8時40分に布団に入る。

3日目、今日は乗鞍岳（標高3026m）夕々の三千メートル級の山だ。逸る心を抑え朝食を済ませて空を見る。「晴れだ！」皆さんの日頃の祈りの善さに感謝してバスに乗り込む。宿を後にして畳平へ。走る車窓の風景が徐々に変わる高木から低木林へ・・・そして、「雪だ！」「雪だ！！」と歓声上がる。樹木はエマツに替わると間もなく畳平バスターミナルに到着。バスを降りて第一声は「寒は～」。流石2700mの高地伊豆半島とは15度の温度差がある。一枚着足して準備OK！

出発式・副会長挨拶・コース説明（山は残雪があり、頂上は無理！残念だ・・・）・ストレッチ・檜：コースリーダー紹介。頂上は無理でも山は待っている。「さあ、出発だ！」肩の小屋を目指して歩を進める。今日はアンカーと一緒に歩こう。山はエマツと野草の花々そして雪が競って迎えてくれる。左に富士見岳、右に里見岳、前に乗鞍岳（ガスがかかっているよ～）を見ながら快調に歩を進めるか？アンカーに押されて歩く人達は好きでキバナシャクナゲと写真を撮り、「コマクサだ！」「クロクダ！」と足が止まる。徐々にトップとの差が大きくなるようだ。右手に不肖ヶ池が見えてきた。池の周りを雪が取り囲み水の色がブルーに染まり神秘的な美しさに、しばし見惚れるが、時間に押されて歩を速める。大雪渓で多くの方がスキーを楽しんでいる。その脇を大きなリュックを背負い登山者が登って来るのが見える。さあ、我々もと歩を進め肩の小屋到着。此処で小屋に残る人と分かれ山の中腹の雪渓の所までと歩を進める。途中で「雷鳥がいる！」の声。見ると右方向10mの岩の上に雷鳥がいる。何と幸運な42年振りの再会。皆一斉にカメラのシャッターを押す。雷鳥に見送られ雪渓へと進む。雪渓で、記念撮影。小屋へ戻り昼食。来た道を戻り、途中から富士見岳に登る頂上はガスの為眺めは良くないが、皆が満足の笑顔で写真を撮り合う。快調な下り道。彼方此方で300%の満足度の声。一気に下って終点畳平バスターミナル到着。帰りのバスはこれまた楽しく、とても眠るなんて勿体ない。「酒だ！」「ビールだ！」「カラオケだ！」・・・今から来年の遠征が楽しみです。

役員の皆様、楽しいウォーク有難うございました。

「私の沿岸回想録」 放浪紳士 【前号より続く】

感青は無くすな、勘定はもうよ。釜石から夜行バスで帰ろうと思ひ、腹ごしらえをしようと うどん屋へ入りました。店内は静寂く白髪の親父さんが一人座っていました。「何するかね、今夜はうどんしかねえよ。」店に客はなし。「天ぷらうどん」と言う。「天ぷらはねー。」「出来るもんでえーヨ、ビール1本下さいね。」と言うと、「あー」持ってきました。イカの塩辛付。「お客さん歩いているのかね、歩きは身体にもよね、俺も毎日少しずつ歩いているんだ。ポケたくないからね。自然を歩いてねば強くなるのと同じだと医者も言っていたよ。胃や血圧の調子もいいしね。ポケると人の感青が無くなるんだよ！！」

「おやじさん勘定幾らだよ。」

「この勘定はもうヨ！」

太平洋沿岸を岩手県と宮城県の間の大船渡市まで歩いてきました。今後は越前までいよいよ、富山県の氷見市から新潟県寺泊町までの間を結びたいと思っています。しかしこれも、季節や天候より出だしが鈍ります。いつまで続けられるのか？無理しない、欲長らないで、自分のスポーツとして、取り入れてきたいと思ひます。過日、東京老人総合研究所の発表を新聞で読みましたが、「旅する人は認知症になりやすい」といいます。交通手段や宿、観光地、連絡道路等で、脳を刺激して活性化させると・・・。

あまり深く考えず歩き続ける。鎌田實は「いもかげんがよい」と書いています。私は基本的にはこんな事を思っで行動します。

「私の歩き方五ヶ条」を作りました。

1. 昔の道をおるきたい
1. 急がずゆっくり歩きたい
1. 引き返す勇気を持ちたい
1. 身体に無理せず歩きたい
1. 歩く今を楽しみたい

まずは自分の足に感謝して、歩けるうちは、楽しく浮浪雲のように、自由に歩かせてもらいたいです。自分勝手なことを書きつらねました。いつまでも皆さんと歩けることを喜んでいきます。

2008.11.28. 清水政悦

事務局より

清水政悦さんは未完歩でありました石川県和倉温泉から新潟県新潟市間を2009年7月1日和倉温泉から歩き始めまして7月21日に新潟市に19日間かけて完歩しました。これで清水さんは石川県、富山県、新潟県、山形県、秋田県、青森県、岩手県の7県の日本海沿岸と太平洋沿岸を完歩しました。

『清水政悦さんおめでとう!!』

「東京さすらい人」の伝言(5) 京さん

上野と言えば「恩賜上野公園」、上野駅と言えば井沢八郎の「ああ上野駅」が思い浮かびます。今日は恩賜上野公園と合羽橋をさすらいます。上野動物園、西郷隆盛像、国立博物館、日本最初の西洋料理店上野精養軒、4月には桜見物の席取り合戦などと有名なところです。不忍池。ロダン作「考える人」の彫刻もあり芸術に親しめるところです。

どこの御人が知らぬが通行人の有無にかかわらずお構いなしに歌う人、マジックなどのパフォーマンスが見られる面白いところです。西郷隆盛像の人気スポットで見物客が多いです。公園を一周したところで合羽橋に行きましょう。

浅草方面に約20分歩くと合羽橋道具街に着きます。両側にびっしり並び、道具ならなんでもあります。「京さん」はお椀を6個買いました。ゆっくり歩いて片側30分。両側で1時間、3Kmあります。こんなに多くの食器、調理用品等があるものだと感心しました。客足も多く、土・日曜日は稼ぎ時です。ここからは浅草も近いので、浅草に立寄り、下町の匂いを体内に入れるのも良いです。「京さん」はここまで来た時は、浅草に立寄りポップー横町で一杯。もう一杯寄るならば「天ぷら屋」です。テレビで旨い行列のできる店として放映されている店には行きません。放映の依頼があっても断る店に行きます。店主曰く「放映すれば一時は入るが常連客がいやがり来なくなる。」とのこと。これでお分かりでしょう。「京さん」はこの様に、客を大事にしてくれる店に行くのです。合羽橋で買い物もしたことだし、浅草は次の機会にして、今日は上野に戻り軽く一杯やります。

一句

『夏羽織 西郷どんと ツーショット』

『夏のれん お椀えらびや 合羽橋』

「次回 多摩川」

【 伊豆歩俳壇 巻 】

〔 6 月 〕

老鷹や 一服しても いいずらよ 大窪 正幸

お方の ぴったり似合うや 夏帽子 大窪 正幸

【 伊豆歩俳壇 貳 】

〔 7 月 上高地 〕

花笑みに 目を奪われて おいてけぼり 邊津 芳次

夏ハイク お花探しつ 名を調べる 堀崎 龍夫

朝暁や おはこ気合いの 檄はなつ 大窪 正幸

【 伊豆歩俳壇 参】

〔7月 系鞍〕

ライチョウも 吾と見おろす 夏スキー

邊律 芳次

待ちわびた 花見登山や 雪化粧

堀崎 龍夫

雷鳥に 遠方のとも たずね居り

大窪 正幸

【 いずほ歌留多 ^{かるた}】

<p>登山や ぞろぞろなんによの 河童橋 大窪 正幸</p>	<p>ビール飲み ゆられ寝ほけて 上高地 大窪 正幸</p>	<p>上高地 カツパいるのか 梅雨ウオーク 邊律 芳次</p>
---	---	--

<p>上高地 伊豆に勝るや 花あまた 堀崎 龍夫</p>	<p>大丈夫? 手を添えくたる 富士見岳 堀崎 龍夫</p>	<p>・投稿記事その他ご意見・ご感想をお寄せ下さい。「伊豆歩俳壇」・「いずほ歌留多」にも一句・・・皆様のご参加をお待ちしています。</p> <p>伊豆歩倶楽部事務局 TEL&FAX 0558 - 22 - 5456 〒415-0038 下田市大賀茂301 笹本 和夫 あり</p>
---	---	--

下田市吉佐美 ペンション ゲストハウス アーヴァン

和室・洋室お好みに合わせて・・・、人数に合わせてチョイス!

9月も泳げる伊豆の海!『海洋浴』でリフレッシュ!!

吉佐美大浜駐車場すぐ目の前、海まで水着でGO!です。

「Walkingを見て」とご予約下さい。

静岡県下田市吉佐美 2620 0558-23-2635

<http://www.e-urvan.com> info@e-urvan.com



海水浴シーズンの吉佐美大浜