

- ◆ウォーキングを始めた方々の第一ハードルはまず5キロです。JVAの公認印も5キロから貰えます。当会の会員の方々も、最初は5キロ程度で音を上げていましたね。ところが最近では5～6キロでは物足りなくて、山菜摘みなどを楽しみながら歩いているばかりか、終了後仲間を誘って別のところを歩きに行ったりしています。しかもそれらを楽しんでやっていて、特別に頑張っているというようなムードではありません。
- ◆「5キロ、10キロはあたりまえ」という感覚を持てるようになれば、そのように自分の行動に余裕と自信が生まれます。先日の棒道大会でスタッフとして歩いて下さった会員の皆様の言動にそれを感じました。自分に「10キロは楽に歩ける」「20キロも歩けば楽しい」という自信があればこそ、参加者に信頼感を与える対応が可能だったのだと思います。
- ◆又、何の打ち合わせも無く受付業務をさらりとやってのけて下さった皆様にも余裕を感じました。あのように急に言われて笑顔で出来るものではありません。4年間の経験がものをいっているなぁと頼もしく感じました。ありがとうございました。
- ◆さて、総会を終え、当会は第5期に入りました。実は歩こう会の継続も当初は5年が第一ハードルだなあと考えていました。それが最近は皆様方のおかげでどうやら後20年はカタイと思うようになりました。その時私は73です。皆様は？ 当分頑張っていたただかなくてはなりません(^\_^)v
- ◆総会では新体制も決まり、5周年にむけて新たな一歩が踏み出されました。新会員の皆様とともに全員が初心に帰り、「まずは5キロを楽しく歩く」「次に10キロを楽しく」「次に～」と言う具合に、前向きに着実に一歩一歩進んで行こうと思います。是非新体制にご支援ご協力を頂きますようお願いいたします。

八ヶ岳歩こう会 事務局 多賀純夫

-----  
改めて棒道大会の応援参加と総会の出席に御礼申し上げます。さて、今号は「年会費納入」が重要なテーマですが、余裕を見せてまずは例会のご案内からお伝え致しましょう(^\_^;)   
-----

【例会ご案内】

- 花見ウォーク/ツツジとズミの花咲く小道（別名妖精の小道）
  - ・期日：6月10日（火） 担当 平井（0551-46-2746）
  - ・集合：美し森駐車場10：00 解散：同14：00 約7キロ
  - ・コース案内：誰が名づけたか妖精の小道(^\_^;) 新緑の森に紅と白の花が咲き乱れ、足下にはミヤコザサが一面に広がります。もののけ姫かトトロの世界のような空間を歩けば、ササの下からひょこっと妖精が顔をだしてこちらを見つめます。そんなロマンを感じながら歩きましょう。キープの「オオヤマツツジの小道」を一部利用します。なんと6月10日がオオヤマツツジの開花予想日です。期待しましょう。
  - ・ウォーキングシューズよりトレッキングシューズ又は軽登山靴が好ましい道です。
- 小海線沿線シリーズ/日本一の白樺林（八千穂高原）
  - ・期日：6月16日（月） 担当 三枝
  - ・集合：野辺山駅9：30 解散：同16：00頃 約6キロ
  - ・野辺山駅から車に乗り合わせて八千穂まで行きます。

- ・費用：自然園入園料200円 トイレ（有料300）円です。小銭をご用意下さい。
- ・コース案内：北八つ東麓に広がる自然園内は今が花の盛り。レンゲツツジ ベニバナイチヤクソウ、クリンソウ等が白樺林のそこそこに群落して、それは美しい景色です。遊歩道が整備され、のんびり歩けます。時間があれば駅前の奥村土牛記念美術館、酒の博物館なども立ち寄りたいたいですね。

■アンコールウォーク/海から一番遠い地点へ（臼田町）

- ・期日：6月24日（火） 担当 三枝
- ・集合：野辺山駅9：30 解散：同17：00頃 約5キロ
- ・野辺山駅から車に乗り合わせて臼田まで行きます。
- ・費用：帰路「海から一番遠い寿司屋」によりますのでちょっとお金を・・・(～～;) )
- ・コース案内：昨年実施して大変好評だったコースのアンコールです。この間、臼田町では「海から一番遠い地点に立った認定証」というものを発行するようになりました。前回行った人も是非もう一度挑戦してこの認定証をものにして下さい。
- ・ウォーキングシューズよりトレッキングシューズ又は軽登山靴が好ましい道です。

■美し森～天女山/朝日カルチャーセンター合同ウォーク

- ・期日：7月3日（木） 担当 多賀
- ・集合：天女山10：30 解散：同15：30頃 約7キロ
- ・天女山から車に乗り合わせて美し森へ移動します。
- ・桃の里ウォークの時、後からスタートした名古屋のグループです。今度は是非皆様と一緒に歩きたいとおっしゃっております。皆様のご参加をよろしくお願いいたします。
- ・コース案内：八ヶ岳の定番トレッキングコースです。どんな本にも必ず紹介されています。八ヶ岳の典型的な景色（権現赤岳のアルプス的景観、牛の放牧された広大な牧草地、溪流、南アルプス等の山岳展望と広い空、カラマツ或いは二次林の中の緑の遊歩道等等）が次々に眼前に展開され飽きることがありません。まだ歩いてない方には絶対お奨めのコースです。
- ・ウォーキングシューズよりトレッキングシューズ又は軽登山靴が好ましい道です。

■天女山～ツバクロ岩/大泉村主催

- ・期日：7月5日（土） 担当 平井・渡辺・三枝
- ・集合：大泉総合会館8：30（確認の必要アリ） 解散：同14：00 約6キロ
- ・去年も同行した大泉村主催の村民トレッキングです。今年も頼まれました。上記3名の方が引率してくれます。皆様方もお時間のある方はどうぞ。ただし有料（500円程度）、申し込み制です。詳しくは平井さんまで。
- ・コース案内：美し森～天女山から続くコースです。このコースはさらにツバクロ岩～三味線滝～観音平と続きます。八ヶ岳の標高1500米あたりの中腹を貫くトレッキングコースとして県が整備をしていましたが、このほど完成、全線開通しました。この日は今回完成した天女山～三味線滝間の約半分を歩くわけですが、かなり上級者向けです。地図で見ると等高線沿いに道があるように見えますが、実際は幾つもの尾根をのぼり、幾つもの谷を渡って、延々と上り下りが続きます。トイレもなく、展望もなく、植生も変わらないので景色の変化に乏しく、久々の「あまりお奨めできない道」であります(～～;) )
- ・ウォーキングシューズよりトレッキングシューズ又は軽登山靴が好ましい道です

■夏山に挑戦 I /飯盛山

- ・期日：7月10日（木） 担当 三枝
- ・集合：萌木村オルゴール館前9：45 解散：同14：30 約5キロ

- ・車で獅子岩に移動します(獅子岩集合10:00も可)
  - ・今年スノーシューで使用したコースを使います。(平沢集落→獅子岩)
  - ・コース案内：この時期の飯盛山は高山植物の手ごろな観察歩道となります。ニッコウキスゲ、マツムシソウ、シモツケ、オダマキなど等。展望に見とれて足下の山野草を踏まないように気をつけましょう。
  - ・雨具、帽子、必携
  - ・ウォーキングシューズよりトレッキングシューズ又は軽登山靴が好ましい道です
- ※) なんだか今月号は殆ど登山靴が必要なウォークばかりですね・・・。
- ま、夏だからいいか(^\_^;) )

#### ■夏山に挑戦Ⅱ/北八ヶ岳

- ・期日：8月7日(木) 担当 平井 内海
- ・詳細はしばらくお待ち下さい
- ・8月21日(木) に行われる朝日カルチャーセンター同行の「北八つ」の下見も兼ねます
- ・コースは麦草スタート～坪庭～ロープウェイで下山、の予定です

#### 【JVA大会】のお知らせ

##### ■第二回ブルーベリーとオオムラサキの里ウォーク大会

- ・先月もチラシを同封しましたが、今月も同封します。出来るだけ沢山のお知り合いに声を掛けて下さい。
- ・下見ウォーク 1回目14(月) 9:00オオムラサキセンター集合  
2回目15(火) 9:00オオムラサキセンター集合
- ・看板等設置 7月24日(木) 9:00オオムラサキセンター集合  
25日(予備日)

#### 【駅からハイキング】のお知らせ

##### ■恒例のJR主催駅からハイキング(オオムラサキ遊歩道)です。

- ・期日：7月19日(土) 9:00
- ・集合：長坂駅西側駐車場(キッツ駐車場側)
- ・当会にまた応援依頼が来ております。一緒に歩いて下さい
- ・当会の大会も近いので、下見がてら皆さん歩いて下さい。林が伐採されたり、途中の景色が大幅に変化している箇所もあります。本番でまごつかないよう、特に上記下見ウォークに出られなかった方はこちらに出て下さる様お願いいたします。

#### 【講演会】のお知らせ

##### 野口健 講演会

- ・昨年体調不良により直前キャンセルとなった野口さんのリベンジ講演会です

#### 【総会報告】

- ・6月2日(月) 北甲斐亭にて総会が行われました
- ・板山会長は顧問へ、平井副会長が会長へ。いずれも満場一致で可決されました。

#### 【第5期年会費徴収の件】

- ・年会費払い込み取り扱い票を同封いたします
- ・家族会員は5000円 個人会員は3000円をお支払い下さい
- ・締め切りは7月7日です。

#### 【理事会案内】

- ・理事会はどなたも参加できる話し合いの場です。お茶でも飲みに来る感覚で来て下さい。

- ・ 7月7日（月） 10：00 ペアハット
  - ・ 8月はお休みです。
- 

【例会参加者へ】

- ・ 持ち物は原則として弁当、水筒、雨具、保険証、ゴミ袋です。
- ・ 雨天決行です。
- ・ 特別の場合を除いて事前申し込み不要です。
- ・ 例会へはどなたも参加できます。
- ・ 参加費は会員無料、非会員 500 円です。
- ・ 歩きながらの喫煙はマナー違反です。又、携帯用灰皿をご持参下さい。

【八ヶ岳歩こう会 事務局】

山梨県北巨摩郡長坂町小荒間 686-1 ペンションペアハット内 多賀純夫