

■事務局よりお知らせ

◎天候が落ち着きませんね。体調管理に十分気を付けて下さい。さて、11月の棒道ウォーキング大会が近づいてまいりました。今のところやや参加人数に伸び悩みが見える状況です。是非皆様の知人友人の方々に参加の呼びかけをして下さい。秋の八ヶ岳南麓を大勢で楽しく歩きましょう。今月は棒道の下見も実施されます。こちらは会員の皆様のための例会という趣旨も兼ねております、ふるってご参加下さい。お待ちしております。

◎新しいTシャツが入荷しました。

新色、ラベンダー パープル ライムグリーンなど 全10色です。

今回は特価で1枚¥1300になります。

例会時に成るべく持参しますので是非ご利用下さい。良い色はお早めに進藤までお声かけ下さい。予約頂いた方には順次お渡しいたします。

【2015年10月の行事詳細】

■10月5日(月) 月例会 韮崎市民交流センター(ニコリ) 1F5 番会議室 10:00

■10月7日(水) 飯盛山ウォーク

錦秋の「宮司の滝」から飯盛山(1643m)を目指します。晴れていれば360度の大パノラマが楽しめます。多くの参加お待ちしております。

・コース 清里駅(トイレ)～宮司の滝入り口～宮司の滝～獅子岩(トイレ)～飯盛山(昼食)～平沢集落(トイレ)～宮司の滝入り口～清里駅

・距離 約15キロ

・集合 清里駅 10:30

・解散 清里駅 15:30 予定

・参加費 会員 300円 一般 500円

・持ち物 弁当 飲み物 雨具 保険証 ウォーキング手帳等

・担当者 穂阪ゆき子 サブ 未定

・その他 参加者及び車の数によっては「宮司の滝入り口」まで車に分乗して行く場合もあります(車代1人300円)。荒天時は中止とします。

■10月10日(土) ※そろんそろんフットパス「秋の増富溪谷」～不思議パワーを浴びに行く～

・集合場所 増富の湯 駐車場 ・距離 5km

・集合 9:00 出発 9:30 ・終了 12:30 ・参加費 ¥1,000

・道守は増富の湯 小山さん

・主催/問合せ そろんそろんフットパス推進委員会

・注意 / そろんそろんフットパスは八ヶ岳歩こう会主催事業ではありません。一般の方は事前予約が必要ですが、八ヶ岳歩こう会会員は予約不要で参加費¥300です。

参加費が一般の方と異なりますので資料、冊子、茶菓子等が配られない場合がありますのであらかじめご了承ください。但し配布される冊子については別途販売も可能です。なを、ウォー

ク手帳押印対象となっていますのでふるってご参加下さい。

■10月13日(火) 戦国時代の砦を訪ねる中山トレッキング：下見

詳細は、11月12日(木)の本番と同じです。

■10月17日(土)・18日(日) ※第24回・富士河口湖もみじマーチ(富士河口湖町)

・会場 富士河口湖特設会場

・コース 10月17日(土) 富士登山道・忍野八海コース

10月18日(日) 河口湖・西海コース

(前年度とコースが変わりました)

両日とも30KM 20KM 10KM 5KMあります。

・受付開始 各コース出発の60分前です。

1) 30KMコース 7:30

2) 20KMコース 8:00

3) 10KMコース 9:00

・参加費 900円(団体申込特別料金)

※参加費¥900円の外、バス利用者はバス代金¥3,000円がかかります。

・担当 田中(哲)・田中(憲)

・申込方法 この大会には会として参加することになりましたので参加される方は、二つの特権があります。

1) 参加費が半額になります。(¥1,800 半額¥900)

2) 当会でバスを仕立てます。

もみじマーチに参加される方は必ず多賀又は田中(憲)・田中(哲)までに連絡ください。

・バスにつきまして

1) 10月17日(土)の20KM参加者、対象です。

それ以外の方は、参加費特典のみ適用となりますが交通手段は各自でお願い致します。

2) バス乗車場所は、2ヶ所になります。穴山駅・甲府駅になります。

3) 時間 穴山駅 6:30 甲府駅 7:00 現着 8:00 予定です。

・バス申込窓口 田中憲一 田中哲夫

・主催 富士河口湖もみじマーチ実行委員会

■10月19日(月) 八ヶ岳棒道ウォーク・下見

10月5日の月例会でスタッフの確認が有ると思いますが各コースのスタッフはそのコースを、他の方はお好きなコースを歩いて下さい。

本番はどうしても都合が付かない方も是非ご参加下さい。

美しい日本の歩きたくなるみち500選にも選ばれた(信玄棒道)を中心に、落葉松の黄葉の八ヶ岳南麓を歩くコースです。ご参加お待ちしております。

・距離 6キロ・12キロ・23キロ 各コース

・集合 三分一湧水館 9:00

・解散 三分一湧水館 解散時間はコースによって異なります

6キロ 12時頃予定・12キロ 2時頃予定・23キロ 3時半頃予定

・参加費 会員 300円 一般 500円

・持ち物 昼食 飲み物 雨具 保険証 ダイアリー

・担 当 進藤律子

■10月21日(水) フォトウォーク

「思い出に残る」秋景を撮りながら楽しく歩きましょう！

今回は富士見高原・鹿の湯駐車場から歩き始め、創造の森までの山道は急坂なのでユックリ登ります。創造の森 彫刻公園に到着後、ここで撮影教室をして頂きます。フォト教室の後は昼食。休憩後に紅葉を楽しみながら下ります。イチヨウやモミジなどの撮影は難しいですよ、教えて頂きましょう。(創造の森 彫刻公園は、標高 1,420mの大自然の中に 50 体の彫刻を設置・展示する屋外美術館です。平成元年(1988)から 10 年間にわたって国内外の彫刻作家によって製作された素材も大きさも異なる 50 体の彫刻が展示されています。)

我が歩こう会専属カメラマン・前田さんをお招きしてフォトウォークを行います。初心者にも、ベテランにも、銀塩派にも、デジタル派にも、どなたにも役に立つ、ワンポイントアドバイスをして頂きます。富士見高原の創造の森 彫刻公園の彫刻の撮影方法、秋色に染まった木々の黄葉、紅葉など撮影方法を教えて頂きましょう。

・コース 富士見町・鹿の湯駐車場 ～ 鼻戸屋登山口 ～ 創造の森展望台(トイレ) ～ オブジェ(撮影・昼食) ～ 鹿の湯駐車場 ～ 黄葉した銀杏の木(撮影) ～ ヨドバシカメラのモミジ(撮影) ～ 富士見町・鹿の湯駐車場

・距 離 約 8 キロ

・集 合 富士見高原リゾートホテル八峯苑鹿の湯 駐車場 10 時
長野県諏訪郡富士見町境 12067
<http://happoen.jp/hotspa/higaeri.html>

・解 散 富士見高原リゾート ホテル八峯苑 鹿の湯 駐車場 14 時半頃

・参加費 会員 300 円 一般 500 円

・持ち物 カメラ (コンパクトデジカメ、携帯OK) お持ちの方は三脚 弁当 雨具 飲み物
ウォーキングダイアリー 保険証など

・担当者 リーダー前田和也 サブ市川富美子

■10月26日(月) 武田家終焉の地を巡る「竜門峡ウォーク」

紅葉が美しい竜門峡をハイキング、また武田家終焉の地「景德院」を巡ります。

・コース 甲斐大和駅(トイレ) ～ 諏訪神社 ～ 景德院(トイレ) ～ 竜門峡入り口(トイレ) ～ 天鼓林 ～ 休憩舎 ～ 栖雲寺(昼食・トイレ) ～ 日川溪谷レジャーセンター(トイレ) ～ 甲斐大和駅

・距 離 約 15 キロ

・集 合 甲斐大和駅 9:40

・解 散 甲斐大和駅 15:30 予定

・参加費 会員 300 円 一般 500 円

・持ち物 昼食 飲み物 雨具 ウォーキングダイアリー 保険証等

・担 当 田中憲一 サブ未定

・その他 荒天時は中止とします

■10月29日(木) 我が町シリーズ・もみじ回廊ウォーク

小淵沢にいくつかあるもみじ回廊を晩秋の風を受けながらゆっくりのんびり歩きます。

もみじのアーチをくぐり抜けしばし紅葉狩りの風情を楽しみましょう。午前中は緩やかな上り、

昼食はスパティオ小淵沢で お弁当でもレストランでもご自由にどうぞ・・・午後は林の中をちよっと上り後は下りっぱなしの道、五ヶ所のもみじ回廊を巡ります。

最後五ヶ所目のもみじ回廊はどんな姿で私たちを迎えてくれるでしょうか、楽しみです。

- ・コース 小淵沢駅 ～ もみじ回廊(1) ～ 樅の木湧水 ～ スパティオ小淵沢(昼食、トイレ) ～ 馬の道 ～ もみじ回廊(2)(3)(4)(5) ～ 小淵沢駅
- ・距離 約12キロ
- ・集合 JR中央線小淵沢駅 9:50
- ・解散 JR中央線小淵沢駅 15:00頃
- ・参加費 会員300円 一般500円
- ・持ち物 お弁当(スパティオ内のレストラン、蕎麦や、中華、利用できますご自由にどうぞ) 飲み物 雨具 ダイアリー
- ・担当 進藤律子 サブ 風路

【2015年11月の行事詳細】

■11月2日(月) 月例会 三分一湧水館 10:00

■11月4日(水) 西沢溪谷トレッキング

今年は紅葉シーズンでの実施となります。集合場所も西沢溪谷入口としますので、乗り合わせをお願いします。電車を希望される方は、下記担当までご一報ください。また、悪天候が予想される場合は中止します。

- ・コース 溪谷入口 ～ ネットリ橋 ～ 西沢山荘 ～ 二俣吊り橋 ～ 溪谷終点(昼食) ～ 旧森林軌道 ～ 大展望台 ～ 大久保沢 ～ ネットリ大橋 ～ 溪谷入口
- ・距離 約10キロ 但し、アップダウンが多い。
- ・集合 10:00 西沢溪谷入口 駐車場は、市営駐車場又は、みとみ道の駅
- ・解散 西沢溪谷入口 14時頃
- ・参加費 会員300円 一般500円
- ・持ち物 弁当 飲み物 保険証 雨具 Wダイアリー
- ・担当者 小塚敏夫 田中憲一

■11月7日・8日 第5回八ヶ岳・棒道ウオーク

- ・会場 三分一湧水館 JR小海線「甲斐小泉駅」から歩いて5分
山梨県北杜市長坂町小荒間292-1

■11月7日(土) せっかくウオーク

「もうひとつの棒道」 10km 要予約 13時スタート

案内人+観光案内の本や、パンフレットには載っていない棒道コースを歩きます。

参加費 500円 小学生 200円 集合 三分一湧水館

受付開始 11:30 開会式 12:30

★募集要項の払込票に必要事項をご記入の上、参加費を添えて最寄の郵便局でお申込ください。

■11月8日(日) 第5回八ヶ岳・棒道ウオーク

参加費：1,000円(事前申込800円)、小学生300円

集合：三分一湧水館

受付開始 各コース出発の30分前

- ① 23 kmコース 9:00スタート
- ② 12 kmコース 10:00スタート
- ③ 6 kmコース 10:15スタート

★申込方法：募集要項の払込票に必要事項をご記入の上、参加費を添えて最寄の郵便局でお申込ください。

■7日(土)・8日(日)両日開催、ウォーキング講座「ノルディックウォーク教室」

講師：植松誠二(ウエマツ自然療養センター代表)

11月7日(土) 12:00~12:30 11月8日(日) 9:30~10:00

・会場 三分一湧水館 ・定員 自由参加(レンタルポール有り¥300)

■特別企画「八ヶ岳の縄文時代の交流」講演会

講師：村松佳幸(北杜市教育委員会 学術課 資料館担当)

日本の縄文時代、様々な出土品から、ここ八ヶ岳周辺エリアは、人々が集い、行き交い、交流して文化の核地域となっていた可能性があると考えられています。人々が数千年前から活発に歩いていた「八ヶ岳の縄文時代の交流」についての講演会です。

・11月7日(土) 12:30~13:00

・参加費 500円(大会参加者無料)

・会場 三分一湧水館3階ホール ・定員 先着100名

★募集人数 11月7日 200名、8日 500名

★参加方法

- ・チラシの払込票に必要事項をご記入の上お申込ください。
- ・当日払込票の受領証をご持参下さい。参加受付証となります。
- ・申し込み後のキャンセルは出来ませんのでご了承ください。
- ・当日参加も歓迎しますが、参加賞など不足の場合はご容赦ください。

★参加資格

- ・大会のきまりやウォークマナーを守れる方なら、どなたでも参加出来ます。
- ・小学生以下は保護者の、歩行に障害がある方は介護者の同伴が必要です。
- ・ワンちゃん連れでもOKです。

★持ち物 健康保険証、雨具、弁当、飲み物、マイカップ

※休憩所では給水のサービスがありますので、ご自分のカップを必ずご持参下さい。

★免責事項

十分に体調を整えてご参加ください。万一事故が発生した場合、傷害保険の範囲内及び応急処置以外の責任は負いかねますのでご了承ください。

★お問い合わせ・お申し込み

八ヶ岳歩こう会 事務局

■11月11日(水) わが町シリーズ・須玉 ~鹿鳴峡とみずがき湖の紅葉を楽しむ~

みずがき湖には本谷川と釜瀬川が流入し、塩川となって流れ出しています。本谷川の周辺は通仙峡として有名ですが、釜瀬川の周辺は鹿鳴峡で、あまり知られていないようですが鹿鳴峡大橋の名の基であり、塩川ダムができる以前は信州峠への道(佐久往還)が通っていたと思われます。その道、今はところどころ崩れていて車両は通行できませんが、歩行は可能です。鬱蒼とした森の中、釜瀬川のせせらぎを見、聴きながら満天の紅葉も楽しめます。約3Kmの鹿鳴峡

ウォークを楽しんだあとみずがき湖の湖畔を歩くコース（合計約7Km）と神戸の集落を越え通仙峡を歩く（合計約10Km）の二つのコースが考えられます。いずれのコースも紅葉を満喫できますが途中トイレはありません。ビジターセンターに戻って昼食と考えています。

一緒に下見をしてどのコースをとるか相談にのって下さる方を募集しています、下見では長いほうを歩きます、これはきついかへっちゃらとか言うてくださる方、是非お願いします。

- ・コース みずがき湖ビジターセンター → 鹿鳴峡 → 神戸 → 通仙峡 → みずがき湖ビジターセンター
- ・距離 約7Km または約10Km
- ・集合 みずがき湖ビジターセンター駐車場 9:00
- ・解散 みずがき湖ビジターセンター 12:30頃
- ・参加費 会員300円 一般500円
- ・持ち物 飲み物、雨具、保険証、ウォーキング手帳
- ・担当者 リーダ 大嶋俊壽
- ・その他 弁当持参でビジターセンターで食べることもできます、ビジターセンターに簡単なレストランもあります、空腹に弱い方は行動食持参がお勧めです。

■11月12日(木) 戦国時代の砦を訪ねる中山トレッキング

北杜市武川町・白州町は戦国時代に武田信玄のもとで活躍し、武田家滅亡後は徳川家康に仕えて徳川幕府の礎を築いた武川衆の発祥の地で、多くの史跡が残されています

釜無川を挟んで七里ヶ岩台地と対峙する中山（887m）は武田時代から狼煙台や国境警備の砦として活用され、400年以上経った今でも砦跡の土塁や空堀が残されています

麓の中山峠は江戸時代から明治にかけては台ヶ原宿に泊まって甲斐駒や鳳凰山に登る駒ヶ岳講や地蔵講の講中登山の人々が越えた峠です

白州総合支所から中山峠まではゆったりとした古道を辿り、中山峠から展望台手前のピークまでは急な坂道ですがゆっくり登ればいつの間にか展望台へ着きます

展望台からは甲斐駒方向と石空川方向の景色を楽しむことができます

そこからちょっと登れば中山砦跡です、400年以上前に作られた土塁や空堀、虎口等が残っていますので砦を一周して戦国時代の戦いに思いを馳せてみましょう

砦跡からは戦国時代に兵を隠しておいたと言われる根古屋へ降りる道の紅葉を楽しみ麓の曲足林道を台ヶ原宿へ歩きます

- ・コース 白州総合支所(トイレ)～中山古道～中山峠～中山展望台～中山砦跡～根古屋尾根～曲足林道入口～台ヶ原ほたる親水公園(昼食、トイレ)～つるや旅館～白州総合支所
- ・距離 約9キロ（中山峠から展望台手前ピークまでは標高差90mの急坂があります）
- ・集合 9時 北杜市白州総合支所 駐車場（山梨県北杜市白州町白須312）
- ・解散 14時頃 北杜市白州総合支所 駐車場
- ・参加費 会員300円 一般500円
- ・服装 滑りやすい山道を歩きますのでしっかりした靴と山道に適した服装
- ・持ち物 弁当 雨具 飲み物 ウォーキングダイアリー 保険証など
昼食は台ヶ原宿内の「くぼ田」や「臺眠(だいまん)」を利用することもできます
- ・担当者 リーダー重田友五郎 サブリーダー小林光修

・注意事項：滑りやすい山道部分もありますので前日又は当日雨天の場合は中止します

■11月21日(土) ※そろんそろんフットパス「小淵沢まち歩き」～蔵と祠の里～

・集合場所 小淵沢イベント用駐車場(平田家住宅の前) ・距離 5km

・集合 9:00 出発 9:30 ・終了 12:30 ・参加費 ¥1,000

・道守は進藤さん

・主催/問合せ そろんそろんフットパス推進委員会

・注意 / そろんそろんフットパスは八ヶ岳歩こう会主催事業ではありません。一般の方は事前予約が必要ですが、八ヶ岳歩こう会会員は予約不要で参加費¥300です。

参加費が一般の方と異なりますので資料、冊子、茶菓子等が配られない場合がありますのであらかじめご了承ください。但し配布される冊子については別途販売も可能です。なを、ウォーク手帳押印対象となっていますのでふるってご参加下さい。

■11月23日(月)

晩秋、古道・苗敷道ウォーク(韮崎市旭町上条南割～南アルプス市六科・野牛島・上高砂)

昭和の初め頃までに穂見神社には、お祭り日になると旧御景村や旧竜王村から多くの参拝客が苗敷道を通して参拝したそうです。

昔をしのびながら、道しるべに導かれて古道・苗敷道をのんびりとしたウォーキングになります。

道しるべ

・韮崎といちかわを結ぶ古道に庚申塔があります。(右ないしき・左かうふ向いちかわ・前韮崎) 道標の役割をしています。

・随心院近く、駿信往還と苗敷道の交差点に甲子塔があります。(西なえしき・東甲府) ひっそりとたたずんでいます。昔の人は道標をみて安心したことと思います。

・コース 県立北病院・駐車場(トイレ)～穂見神社参道入口～湧泉の里(トイレ)～諏訪神社(トイレ)～農村公園(昼食・簡易トイレ)～随心院～将棋頭(トイレ)～北病院駐車場(トイレ)

少し歩行距離がありますので、ゆっくりとしたペースでのウォーキングになります。歩きやすいフラットなコースになっています。

・距離 約18KM位

・集合 県立北病院バス停前(韮崎市旭町上条南割3314-13) 集合時間 9:00
駐車場は、県立北病院駐車場に駐車できます。(なるべく奥の方に駐車願います)

・解散 北病院 15:30 予定です。

・参加費 会員300円 一般500円

・持ち物 お弁当・飲み物・雨具・保険証・ウォーキング手帳・その他

・担当 田中哲夫

・その他 ※苗敷道

平安時代より続く古道で、甲斐市竜王新町より釜無川の(高砂渡し場)を通して南アルプス市上高砂、六科の集落を横断して御勅使川を渡って苗敷山に至る参道です。山頂付近にある穂見神社は、古くから農業の神様として人々の信仰を集めていたそうです。

■11月30日(月) 晩秋の諏訪大社4宮巡りウォーク

諏訪湖を囲む諏訪大社4宮（前宮・本宮・秋宮・春宮）を巡ります。4宮とも素晴らしい神社で、自分自身を見つめるにはふさわしい場所です。

- ・コース 茅野駅～前宮～本宮(トイレ)～SUWA ガラスの里美術館(トイレ)～さざなみロード～湖畔公園(昼食・トイレ)～上諏訪駅～秋宮(トイレ)～春宮～万治の石仏～下諏訪駅
- ・距離 約22Km
- ・集合 茅野駅 8:30
- ・解散 下諏訪駅 14:45 予定
- ・参加費 会員300円 一般500円
- ・持ち物 昼食 飲み物 雨具 ウォーキングダイアリー 保険証等
- ・担当 田中憲一 サブ 未定
- ・その他 スタート駅(茅野駅)とゴール駅(下諏訪駅)が異なります。なお、約15km地点の上諏訪駅でリタイアOKです。荒天時は中止とします。

【2015年12月の行事詳細】

- 12月2日(水) 月例会 長坂農村環境改善センター(予定) 10:00
- 12月3日(木) 年越しそばウォーク 担当:市川富美子 岩田いせ子
- 12月7日(月) 初冬の甲府五山巡りウォーク(甲府市)

初冬の甲府盆地北部・古道の一部、北山野道は、紅葉の葉がすっかり落ちて辺り一面、淋しい冬景色になっています。

落ち葉を踏みしめながら、北山野道(棒道?)を通ったと想われる いにしへの兵(つわもの)どもの夢のあとを追いながらの甲府五山巡りのウォーキングになります。

- ・コース JR甲府駅(北口・トイレ)～緑ヶ丘スポーツ公園(トイレ)～法泉寺～丑之刻地藏～山本勘助屋敷跡～武田神社・躰躰ヶ崎館跡(トイレ)～円光院(お昼食事・トイレ)～少年自然の家(トイレ)～東光寺～能成寺～長禅寺(トイレ)～甲府駅(北口・トイレ)
- ・距離 約17KM位です。
コースの途中にて、少し登り道になっている箇所があります。(時間にしまして40分位・円光院～少年自然の家区間)
- ・集合 JR甲府駅・北口、藤村記念館前広場 時間 9:30
歩行距離を少なくしたい方は、緑ヶ丘スポーツ公園よりスタートになります。駅よりスタートのグループと合流になります。(緑ヶ丘スポーツ～甲府駅区間・14KM位)
緑ヶ丘スポーツ公園体育館前広場・無料駐車場あります。・集合時間 10:00
- ・解散 JR甲府駅(北口) 16:00頃です。
- ・参加費 会員300円 一般500円
- ・持ち物 お弁当・飲み物・雨具・ウォーキングダイアリー・保険証・その他
- ・担当 田中哲夫
- ・その他 「甲府五山」

勇猛果敢なイメージの残る 武田信玄公 しかし自ら法名を名のったことに象徴さ

れるように広く仏教を信仰し、宗旨のいかに問わず、寺院・僧侶を崇敬保護しました。中でも信玄公は、禅宗を尊び臨済宗開山派に帰依し、京都や鎌倉五山にならって、甲府に甲府五山を定めました。

- ・法泉寺 勝頼公のお墓があります。武田家最後の当主で、天目山で最期を遂げた。
- ・円光院 信玄公の正室・三条夫人のお墓があります。夫人は京の公家名門・三条家の娘で、16歳で甲斐に嫁いだ。
- ・東光寺 中国建築の仏殿は、別名(薬師堂)。室町時代の建立で国文文化財です。
- ・能成寺 芭蕉の(名月や池をめぐりで夜もすがら)の句碑があります。
- ・長禅寺 信玄公の母、信虎夫人の菩提寺。信玄公が信虎を駿河に追放した後は、髪を切って仏門に入る。

通常の五山制度では、1位より5位までに格付けされますが、甲府五山においては順序格付けは順不同になっています。

■12月16日(水) 納会ウォーク 担当：市川富美子 大嶋 俊壽

【月例会】

- ・月例会は毎月一度の話し合いの場です。どなたも歓迎ですのでご参加下さい。

【例会参加者へ】

- ・特に表記のない例会は、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。
- ・例会は、どなたも参加できます。
- ・(下見)とある例会も本番同様進行します。ご遠慮なく参加お願いいたします。
- ・会員は会員証とウォーキング手帳を御持参下さい。(貰っていない方は事務局へ)
- ・タイトルの前に※があるのは当会主催ではありません。
他会主催の場合の詳細はそれぞれの主催者にお問合わせ下さい
- ・例会についての質問は、担当者名が掲載されていればそこへ。
それ以外は事務局へ。

八ヶ岳歩こう会事務局 / 多賀純夫 電話 0551-32-5888 FAX 0551-32-6877