

■事務局からのお知らせ

- ・7月は大雨、酷暑、台風の3連続パンチでしたね。様々な対応に追われた中、特に甲州街道ウォーク延期で奔走してくださった会長はじめ多くの方々に御礼申し上げます。有り難うございました。
- また、皆様におかれましては、この台風が行った後、またもや酷暑がぶり返すということで、体調管理に十分お気をつけ下さい。
- ・甲州街道延期の影響で、9月の月例会は3日(月)となっておりますのでご注意ください。会場は韭崎駅前ニコリです。

【8月の行事詳細】

■8月8日(水) 涼を求めてトレッキング「精進ヶ滝」

足元が滑りやすいので雨天順延 8月9日(木)も雨天の場合は中止



国道20号牧原交差点から「精進ヶ滝林道」に入り[精進ヶ滝橋]まで車で30分ほど走ると立派な吊り橋が見えて、そばには駐車場があります。吊り橋の下を流れる川は石空川(いしうとろがわ)といい、南アルプスの鳳凰三山(ほうおうさんざん)の北端、地蔵ヶ岳北西面の水を集めて北に流れています。まさに「南アルプスの天然水」です。澄んだ流れに沿って遊歩道が整備されています。途中、世界第一級ともいわれるフォッサ・マグナの大断層露頭を見ながらゆっくりと登ってゆきます。やがて一の滝(魚止めの滝)、吊り橋を挟んでその上に二の滝(初見の滝)が見えてきます。そして、初見の滝の瀑布を見ながら急な鉄ばしごを登ると、次ぎに見えてくるのが三の滝(見返りの滝)です。きつい登りが終わり、なだらかな遊歩道の右手には大きな岩がゴロゴロ。三つ兎石、おにぎり石です。その左側は竜洗峡です。駐車場から歩くこと40~50分ほどで滝見台に着きます。上に見えるのが精進ヶ滝、下方は九段の滝。繋がっているように見えるので迫力あります。

こうして清流に次々現れる滝や瀬、吊り橋、鉄ばしごと変化のあるコースには、それだけではなく岩に輝く苔の緑、日溜まりの花、気持ちよさそうに囀る野鳥の声.....ワクワクする溪谷トレッキングです。やや高低差はありますが、道も大分整備されていて、歩く時間も休憩時間などを含め往復約3時間ほどです。

- ・コース 道の駅はくしゅう → 精進ヶ滝駐車場 → 精進ヶ滝 → 精進ヶ滝駐車場 → 道の駅はくしゅう
- ・距離 約 5km
- ・集合 道の駅はくしゅう駐車場 9:30
- ・解散 道の駅はくしゅう駐車場 14:30頃
- ・参加費 会員 300円 一般 500円
- ・持ち物 お弁当・飲み物・雨具・ウォーキング手帳・保険証など
トッレキングシューズ ストックがあればご持参ください。
- ・担当者 小林光修(090-4676-2067) 市川富美子
- ・その他 道の駅はくしゅう駐車場より乗合せ(一人 500円)
「急な鉄梯子が有りますので体調に不安のある方は参加をご遠慮ください。」
精進が滝の質問等は小林へ

■8月9日(木) 涼を求めてトレッキング「精進ヶ滝」予備日

■8月22日(水) 甲府城と城下町巡りウォーク



甲府城は、つい最近までに・鉄門(くろがねもん)・鍛冶曲輪門・内松陰門・稲荷曲輪門・稲荷櫓等、絵図面に古写真等に基づいて次々と復元されてきました。又、17mの高い石垣は、関東では最も高いクラスの石垣として整備されてきています。城のシンボルである天守閣がないのが残念ですが、少しずつですが城の姿になってきています。城下町においては、柳沢吉保・吉里親子の甲斐甲府城主時代は積極的に再整備につとめ、江戸文化にも力を入れて城下町が最も繁栄したと言われていています。ながい歴史の中で昔の城下町の面影を求めてのウォーキングになります。

猛暑の中、こまめに水分補給及び休憩をとりながら互いに十分に注意しながら実施していきます。

- ・コース 信玄公像前(トイレ) → 甲府城(トイレ) → 県防災新館・石垣展示室(地下 1F) → 県庁別館(山梨近代人物館) → よっちゃんばれ広場(昼食・トイレ) → 横金習大神宮 → 甲斐奈神社 → 教安寺 → 甲府駅南口(トイレ)
状況により、コースが変更になることもあります。
- ・距離 約 10km
- ・集合 JR甲府駅南口、信玄公像前 10:00
上り 小淵沢駅 8:58 → 甲府駅 9:37 下り 大月駅 8:50 → 甲府駅 9:46
下り 鵜沢口駅 9:13 → 甲府駅 9:55
- ・解散 14:00頃
- ・参加費 会員 300円 一般 500円

- ・持ち物 弁当・飲み物・雨具・保険証・その他
 昼食はセレオ甲府(5F・レストラン街)においても食事ができます。
 飲み物通常より多めに用意願います。
- ・担当者 田中哲夫(090-4927-5044)

■8月27日(月) 富士5合目トレッキング：健脚コース



世界遺産登録から5年、日本一の富士山は通常スバルライン五合目(2305m)から頂上を目指しますが、今回は吉田口登山道の麓(馬返し. 1430m)から五合目のチャレンジで汗たっぷりの予定です。信仰と歴史の路にある石碑や史跡などの文化遺産に触れ、霊峰・富士の山を見つめ直します。健脚コースになっておりますが、ゆっくりゆっくり鳥の声を聴きながら登りたいと思います。ご参加お待ちしております。(木地勝男)

- ・コース 富士山駅(バス) → 馬返し(トイレ) → 一合目(鈴原社) → 二合目(富士小室浅間神社) → 三合目(三社宮跡) → 四合目(大黒小屋跡) → 四合五勺(井上小屋跡) → 中宮 → 佐藤小屋(吉田口・昼食・トイレ) → スバルライン五合目(バス) → 富士山駅
- ・標高差 875m(距離 約8km)
- ・時間 登り160分+休憩30分+昼食30分=220分(3時間40分)
- ・集合 甲府南IC前の中道直売所 7:30
 (乗り合わせで富士山駅に向かいます。一人1,000円)
- ・解散 甲府南IC前の中道直売所 16時30頃(予定)
- ・参加費 会員300円 一般500円
- ・バス代 富士山駅～馬返し 500円、富士スバルライン5合目～富士山駅 1,540円
- ・持ち物 昼食、飲み物(多めに)、雨具、ウォーキングダイアリー、保険証等
- ・担当者 木地勝男(090-1550-7451) サブ：村松光比古(090-6526-6737)
- ・その他 参加は申込制です。申込先→木地勝男(090-1550-7451)
 降水確率50%以上中止 申込み締切 8/22(水)
 峡北地域の参加状況によっては、穴山駅からの分乗も考えます。

■8月29日(水) 納涼会ウォーク in 小淵沢(予約制)

暑気払いに小淵沢高原の涼しい空気を楽しみに出掛けてきませんか？

お盆過ぎの小淵沢は秋の気配？のはずですが・・・、日陰あり土の道ありのコースです。

ウォークだけでも納涼会だけでも参加O.K.です。ただし納涼会は予約が必要です

- ・コース 小淵沢駅(トイレ) → もみじ回廊 → リゾナーレ八ヶ岳ピーマン通り(トイレ) → 道の駅こぶちさわ → 樅の木湧水 → 七福神(ゴール)
- ・距離 約8.5km

- ・ 集 合 小淵沢駅 9 : 10 (甲府 8 : 16 韮崎 8 : 29 穴山 8 : 36 小淵沢 9 : 02)
- ・ 解 散 七福神 12 : 30 (小淵沢駅まで徒歩 10 分)
- ・ 参加費 会員 300 円 一般 500 円
- ・ 納涼会 ¥2000(ワンドリンク付き) / ¥2560(生ビール一杯付き)
- ・ 持ち物 飲み物(暑さが予想されます多目の水分をお願いします)
雨具 ダイアリー 保険証
- ・ 担当者 進藤律子 090-8948-2017 市川富美子 0551-37-6440
- ・ その他 納涼会の予約は 8 月 25 日までに進藤までお願いします。その後のキャンセルにはキャンセル料が発生するかもしれません。

■9月3日(月) 月例会 韮崎市民交流センター(ニコリ) 1F 第7会議室 10 : 00

■9月5日(水) 甲州街道ウォーク第4回 八王子宿~与瀬宿

- ・ コース 西八王子駅(トイレ) → 高尾駅(トイレ) → 駒木宿 → 峰尾豆腐店 → 森の図書館(昼食・トイレ) → 宝珠禅寺 → 小仏峠 → 小原宿本陣(トイレ) → えんどう坂 → 相模湖駅(トイレ)
- ・ 距 離 約 16km
- ・ 集 合 西八王子駅 9 : 30
小淵沢 6 : 33 穴山 6 : 51 甲府着 7 : 12 甲府発 7 : 14 高尾着 8 : 53 高尾発 9 : 03 西八王子 9 : 07
- ・ 解 散 相模湖駅 16 : 00 予定
- ・ 参加費 会員及び他協会員 500 円 一般 1,000 円
- ・ 持ち物 昼食 飲み物 雨具 ウォーキングダイアリー(会員のみ) 甲州街道専用ダイアリー 保険証等
- ・ 担当者 田中哲夫 重田友五郎 和田宏 田中憲一
- ・ その他 峠越えのため、トレッキングシューズが良い

■9月12日(水) 諏訪大社上社2社巡りウォーク



- ・ コース 茅野駅(トイレ) → 弥生通りの大石 → 川越しの場 → 諏訪大社上社前宮 → 鎌倉道 → 諏訪大社上社本宮(トイレ) → 大津屋酒造(ダイヤ菊) → 茅野駅(昼食・トイレ)
- ・ 距 離 約 11KM
- ・ 集 合 茅野駅 9 : 30
(甲府 8 : 16 穴山 8 : 36 長坂 8 : 55 小淵沢 9 : 02 茅野着 9 : 23)
- ・ 解 散 茅野駅 12:30頃 (小淵沢行 13 : 38 小淵沢発 14 : 07 高尾行)

- ・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
- ・担当者 田中憲一 (090 8592 1379) サブ募集中
- ・その他 台風等荒天時は中止とします。昼食は茅野駅周辺の食堂等でも取れます。

■ 9 月 17 日 (月) 峡南の里山を歩き「木喰展」を見る

木喰シリーズ第 2 弾 (とは言え、第 3 弾はない?)

今年は木喰上人誕生 300 年となります。木喰上人は 1718 年 (享保 3 年)、今の身延町丸畑に伊藤六兵衛 (4 月 2 日のウォーキングで五智如来を見学したお宅の祖先) の二男として生まれました。14 歳で故郷を出奔し、22 歳で出家した後、46 歳で常陸国の木喰観海の弟子となり木喰戒を受けました。

56 歳で日本廻国の旅に出て 90 歳に至るまで全国各地に約 2,000 体の仏像を遺し、93 歳で波乱の生涯を閉じました。彼の刻んだ仏像は独特の微笑をたたえ、人間味あふれる姿は今なお多くの人々の信仰を集めています。

此の度、彼の生まれた身延町では全国各地の木喰仏をはじめ書画資料 100 点を展示し、木喰上人の生涯を紹介する木喰展を企画しました。

この機会に、私達も木喰上人の人と信仰に触れてみませんか。

- ・コース 甲斐岩間駅 (トイレ) → 浅間神社 (トイレ) → 里山さんぽ道 → なかとみ現代工芸美術館 (「木喰展」観覧・昼食・トイレ) → 甲斐岩間駅
- ・距離 約 10 km
- ・集合 身延線・甲斐岩間駅 (甲府発 9:05)
- ・解散 身延線・甲斐岩間駅 (甲府行 14:15)
- ・参加費 会員 300 円 一般 500 円
「木喰展」観覧料 700 円 (20 名以上 600 円)
- ・持ち物 ウォーキングダイアリー、保険証、弁当、飲物、雨具など
- ・担当者 村松光比古 (090 6526 6737)
サブ 田中憲一 (090 8592 1379)

■ 9 月 19 日 (水) 城跡及び館跡巡りシリーズ第 3 回: 須沢城跡巡りウォーク

[高師冬終焉の城] (南アルプス市大嵐)



第 3 回のウォークは、甘利山麓の南端に流れる御勅使川流域の大嵐集落周辺になります。

須沢城跡は、大嵐集落を過ぎて暫く登りきった少し開けた場所になります。北側には峰々を背負って、南側には御勅使川の左岸の急な崖が迫っている天然の要害となっています。城跡の奥まった所には、善応寺があり歴史が古く鎌倉時代中頃には既にあったとのことで、本堂の西には国宝級の宝篋印塔が静かに佇んでいます。

城跡に辿りつく途中の大嵐集落周辺一帯には、早春を告げる梅の花が咲き誇ります。

- ・コース 市営白根乗馬福祉公園(トイレ) → 善応寺(大嵐のビヤクシン) → 須沢城跡 → 須沢橋(御勅使川・人が渡る専用橋) → 天笑閣(昼食・トイレ) → 源堰堤(土木遺産) → 石積出二番堤(国指定史跡) → 市営白根乗馬福祉公園(トイレ)
- ・距離 約10KM
- ・集合 10:00 南アルプス市営白根乗馬福祉公園駐車場(住所:南アルプス市塩前888) 南アルプス街道→県道20号線に突当り、源の信号を右折→次の信号、芦安入口を左折→次の塩沢入口信号を右折、300M位で、市営白根乗馬福祉公園の駐車場になります。安全運転をお願いします。塩沢入口信号で田中誘導します。
- ・解散 市営白根乗馬福祉公園 15:00頃
- ・参加費 会員 300円 一般 500円
- ・持ち物 弁当・飲み物・雨具・ウォーキングダイアリー・保険証・その他
- ・担当者 田中哲夫(090-4927-5044) 木地勝男(090-1550-7451)
- ・その他 須沢城跡 いつ頃築城されたか明快な資料がないとのこと。

市の教育委員会によって土塁とも見られていた塚状の土盛りの発掘調査が行われたが、人為的な盛り土である以外、時代や機能を示唆する資料は得られていないようです。一方においては、城跡周辺からは中世磁器が採取されているそうです。城跡の近くの善応寺には、鎌倉時代から南北朝時代とされる宝篋印塔もあり、僅かながら南北朝時代の人々の営みを示す手がかりが得られているとのこと。

南北朝時代に起きた室町幕府においての権力闘争で、高師冬(こうのもろふゆ)は鎌倉公方を擁立して、相手方の上杉安顕を攻めるが形勢が不利となり須沢城へ落ちのびることになった。後に上杉の大軍(約6千)に攻められて自決したと言われていいます。高師冬は、何故須沢城に逃げてきたのか一説によると京の都に辿りつく脇街道が近くにあった為と言われていいます。資料によると、甲斐の国で唯一南北朝時代に登場する城であると言われていいます。

城主 逸見孫六入道?・山城 ・標高(180M位に位置) ・市指定史跡

参考資料 山梨の城(山日新聞社発行)

■9月26日(水) 甲州街道ウォーク第5回 与瀬宿～上野原宿

- ・コース 相模湖駅(トイレ) → 与瀬宿 → 与瀬神社 → 横橋地区 → 吉野宿本陣跡・郷土資料館(トイレ) → 小猿橋跡 → 藤野PA(昼食・トイレ) → 藤野駅 → 関野宿 → 諏訪の番所跡 → 諏訪神社(トイレ) → 疱瘡神社(塚場一里塚跡) → 牛倉神社(トイレ)
- * 吉野宿・郷土資料館では、休館日ですが特別にトイレと展示は閲覧できます(希望者のみ)
- * 牛倉神社から上野原駅までは、スタッフが案内いたします。
- ・距離 約14km
- ・集合 相模湖駅となり公民館広場 9:30
- ・解散 上野原・牛倉神社 14:30頃
- ・参加費 会員及び他協会員 500円 一般 1,000円
- ・持ち物 昼食 飲み物 雨具 ウォーキングダイアリー(会員のみ) 甲州街道専用ダイアリー 保険証等
- ・担当者 木地勝男 小塚敏夫 村松光比古 小林光修

■未定 銀座シリーズ・日本橋から歩く銀座 担当者：多賀 和田

- 10月3日(水) 月例会 長坂農村環境改善センター 10:00
- 10月10日(水) 懐かしの東京オリンピック 担当者：多賀
- 10月13日(土) ※第20回記念 港よこはまツデーマーチ
- 10月14日(日) ※第20回記念 港よこはまツデーマーチ
- 10月17日(水) 竜門峡ウォーク 担当者：田中憲一
- 10月22日(月) フォトウォーク(バス利用)：紅葉の南相木ダム



今年も歩こう会専属カメラマン・前田さんをお願いしてフォトウォークを行います。初心者やベテラン、どなたにも役に立つアドバイスをして頂きながら、思い出に残る風景を撮りながら楽しく歩きましょう。普段、上手く撮影できないと悩んでいる皆さん、いい機会なので撮影方法を教えて頂きましょう。

日本一高いところにある南相木ダムは石灰岩を砕いてダムの資材としたロックフィルダム。その堰の天端はなんと標高1532m！ダムによって出来た湖、奥三川湖と名づけられた湖をゆっくり写真を撮りながら歩いて一周します。高低差ゼロ、アップダウンもなく、ウォーキングには最適で、普段歩いていない方でもお喋りしながら紅葉が愉しめ、普通の靴でグルッと一回りすることが出来ます。

今回は、バスで目的地まで行きます。集合場所は、穴山駅と高根保健センター駐車場(高根の湯の隣)です。申込時に、名前と乗車場所をご連絡ください。(申し込み先：市川健一 0551-37-6440)

- ・コース 穴山駅 → 高根保健センター駐車場(高根の湯の隣) → 野辺山コンビニ(トイレ) → 犬ころの滝(撮影スポット) → 南相木ダム(トイレ) → 奥三川湖畔1周 → 南相木ダム(トイレ) → 高根保健センター駐車場(高根の湯の隣) → 穴山駅
- ・距離 約5.5km
- ・集合 穴山駅 7:50
下り 穴山駅 7:45着(甲府 7:24発 韮崎 7:37発)
上り 穴山駅 7:30着(小淵沢 7:13発 長坂 7:20発)
高根保健センター駐車場 8:20
- ・解散 高根保健センター駐車場 16:40頃
穴山駅 17:00頃
- ・参加費 会員 300円 一般 500円 バス代 3,000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

昼食 飲み物 雨具 ウォーキングダイアリー 保険証等

・担当者 市川富美子(0551-37-6440) 岩田いせ子

・講師 前田和也

■10月24日(水) 甲州街道ウォーク第6回 上野原宿～鳥沢宿

・コース 上野原駅(トイレ) → 牛倉神社(出発式・トイレ) → 上野原宿～鶴川宿 → 大柵の一里塚跡 → 吾妻神社(トイレ) → 長峰砦跡 → 野田尻宿 → 談合坂下りSA(昼食・トイレ) → 矢坪坂の古戦場跡 → 座頭転がし → 犬目宿 → 白馬不動尊 → 恋塚の一里塚 → 富士絶景ポイント(犬目の富士) → 福地八幡 → 鳥沢駅(トイレ)

・距離 約15km

・集合 上野原駅 9:30

(上り:小淵沢 6:50 長坂 6:57 穴山 7:15 甲府 7:38 山梨市 7:52 大月 8:36 上野原着 8:55、下り:高尾 8:47 上野原着 9:04)

・解散 鳥沢駅 16:00頃

・参加費 会員及び他協会員 500円 一般 1,000円

・持ち物 昼食 飲み物 雨具 ウォーキングダイアリー(会員のみ) 甲州街道専用ダイアリー 保険証等

・担当者 風路周平 吉田光男 伊藤清 大嶋俊壽 (サポート 田中憲一)

■10月31日(水) 饅絵巡りシリーズ第2回「津金だけじゃないよ、須玉の饅絵」 担当者:
小澤・大嶋

【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。