---第 23 期---

No.8

2022/01/31

八ヶ岳歩こう会　会報

■事務局から

◎おかしな疫病が流行っておりますね。今月は月例会もなく、例会も少なく、皆様とお会いする機会も少なくて、籠る日々が続きます。お互いの安否が気になります。突然ですが皆様、節分には蕎麦を食べましょう。蕎麦が縁起物であることはご存じの通りですが、厄払いにも食べられていたそうです。蕎麦はうどんと比べて短く切れやすいということから、「疫災との縁を断ち切る」という意味合いがあるそうです。江戸時代には立春が年の初めと考えられていたので、今のような 12 月の「年越しそば」の風習はなく、2 月に「節分蕎麦」としてよく食べられていたそうです。意味不明な「恵方巻」より断然好ましい食習慣だと思いませんか。2 月 21 日の「赤沢宿「では本来なら蕎麦が食べられたところですが、コロナ対策のため蕎麦は食べられません。残念ですね。

ところで、最近仕入れた健康知識。「貧乏ゆすりは体に良い」のだそうです。歩こう会会員のどなたからお聞きしました。へーそうなんだと思っていた矢先、偶然 YouTube で、インド政府公認のヨガインストラクターが椅子に座って両脚貧乏ゆすりをしていて、「これは簡単かつ有益な運動ですので是非続けてください」と説明していたのを見ました。誰もいないところでやりましょう。（多賀）

【2022 年 2 月の行事詳細】

■2 月 21 日（月）　早春の赤沢宿ウォーク（山梨県早川町）

赤沢宿は、江戸時代より聖地身延山と霊場七面山を結ぶ参道の宿場として栄えました。現在も、講中宿の」家並みと石畳みは昔の面影が色濃く残している参道路のウォーキングになります。タイミングが良ければ、妙福寺の近くに春を告げる福寿草が鮮やかな黄金色の花を咲かせてくれます。また、節分草は、宿の駅・清水屋さんの奥の斜面に、白く可憐な花をひっ

そりと咲いています。期待しています。今回も、江戸屋さんの２８代目にあたる女将さんのお話を聞けると思います。楽しみです。

・コース：本建警察官駐在所近くの駐車場(トイレ) → 江戸屋 → 宿の駅・清水屋付近(食事・トイレ) → 羽衣白糸の滝 → 七面山参道路 → 本建警察官駐在所近くの駐車場(トイレ)

・距　離：約 10KM

・集　合：10：30　本建警察官駐在所近くの駐車場(早川町高住６１７－２)
運転される方は、距離があります。くれぐれも安全運転でお願いします。
北杜市方面の方は、JR 穴山駅にて分乗して現地に向かいます。出発 8：30
１人/1,000 円)田中までに申し込んでください。定員 8 名で締め切ります。

・解　散：本建警察官駐在所近くの駐車場。　15：00 頃

・参加費：会員 300 円　一般 500 円

・持ち物：お弁当・飲み物・雨具・マスク・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)　小林光修(090-4676-2067)

・その他：昼食は、そば処・武蔵屋でも出来ることになっていましたが、新型コロナウイルス状況により、中止に致しました。
２１日の天気予報において、降水確率５０％以上。又は、新型コロナウイルス感染対応（まん延防止等重点措置）適用されている。どちらかに当てはまれは、中止に致します。２０日、ホームページにてお知らせします。ホームページを見れない方は、お手数ですが担当者までに問合わせて下さい。

■2 月 28 日(月)　早春の玉宮ざぜん草公園ウォーク

ざぜん草は、この地域を南限に咲く珍しい花です。詳しくはその他に記載。塩山駅北口から目的地までは、ダラダラと登っています。(6 キロ・約 2 時間)
出発してから 20 分ほどでコンビニがありますので、昼食の調達がてらトイレを借りましょう。

・コース：塩山駅北口(トイレ) → 産業短期大学 → コンビニ(トイレ) → 千野橋(玉宮入口) → 玉宮小学校 → ざぜん草公園(昼食・トイレ) → 玉宮小学校 → 三塩軌道跡（トンネル）→塩山駅北口(トイレ)

・距　離：約 12km

・集　合：塩山駅北口　10 時 15 分
上り　小淵沢発 8：58　甲府 9：51　塩山 10：11
下り　高尾 8：46　塩山 9：51

・解　散：塩山駅北口　15 時頃

・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、マスク等

・担当者：小塚敏夫 090-2175-0426　飯野健彦 090-8878-5784

・その他：ザゼンソウ(座禅草)は、紫褐色の外皮に包まれ小さな花が密集して咲くサトイモ科の多年草で、座禅を組む僧侶の姿に似ている事からこの名がついた。山間の湿地帯に生息し､真冬の厳しい寒さの中で自ら発熱し､雪を割って地表に現れるその姿に、春の訪れを感じて下さい。

【2022 年 3 月の行事詳細】

■3 月 2 日(水)　月例会

■3 月 7 日(月)　放光寺(花のお寺)梅の花及び塩ノ山ウォーク(甲州市塩山藤木)

藤木の里、放光寺の境内に咲く梅の花及び塩ノ山ウォーキングになります。放光寺の梅の花は、昔から向嶽寺の松・恵林寺の桜と並び称されています。放光寺の奥さんの話では、梅の花の見頃は、例年の通り３月の初め頃だと言っていました。期待しています。
コースにおいては、スタートして間もなく昔懐かしい昭和の面影が残る塩山温泉郷を通ります。暫くして、塩ノ山自然遊歩道入口に入ります。遊歩道は整備されています。地元では(えんざんやま)という愛称で親しまれて、市の一つのシンボルになっています。
後半のコースにおいては、鎌倉時代に建立された神社仏閣が数多く残っており甲州の鎌倉と称されているコースになります。その中で、昔の面影が残る旧秩父往還道の一部も通ります。少し欲張ったコースになっています。楽しいウォーキングにしていきます。

・コース：JR 塩山駅北口(トイレ) → 塩山温泉郷 → 塩ノ山自然遊歩道 → 放光寺(昼食・トイレ) → 恵林寺 → 常泉寺 → 向嶽寺(トイレ) → 塩山駅北口(トイレ)
・距　離：１２KM
・集　合：JR 塩山駅北口　9：30
上り、小淵沢駅 8：01→穴山駅 8：19→韮崎駅 8：27→甲府駅 8：40 甲府駅 8：54→石和温泉駅 9：01→塩山駅 9：14
下り、大月駅 8：46→塩山駅 9：26
・解　散：JR 塩山駅　15：30 頃
・参加費：会員 300 円　一般 500 円
・持ち物：お弁当・飲み物・雨具・マスク・ウォーキングダイアリー(会員のみ)・保険証・ト

レッキングシューズ・ストック・その他
・担当者：田中哲夫(090-4927-5044)　伊藤 清(090-5331-3173)
・その他：新型コロナウイルスの状況によっては中止及び延期になる事もあります。中止及び延期の時はホームページにて連絡致します。ホームページを見れない方は、お手数ですが、担当者までに問い合わせて下さい。

■3月28日(月)　甲斐のむかし道・小尾街道巡りウォーク(6)

【2022年4月の行事詳細】

■4月4日(月)　花鳥の里、桃の花及び菜の花ウォーク(笛吹市御坂町竹居)

■4月6日(水)　月例会

■4月7日(木)　甲州鬼面瓦の里を歩く

■4月11日(月)　江戸巡礼古道ウォーク～秩父三十四ヶ所札所めぐり～第１回
１番：四萬部寺～８番：西善寺

秩父札所のおこりは文暦元年(1234　鎌倉時代中期)と伝えられています。長享二年(1488 室町時代中期)には秩父札所番付が実在することから秩父札所が定着していたと考えられます。ただ当時の札所は三十三カ所で、札所の順番も現在とは異なっていたようです。長野県佐久市にある石碑から大永五年（1525　室町時代後期）には現札所二番の真福寺も含め秩父三十四カ所となり、西国三十三、坂東三十三と合わせ日本百観音と数えられてきたようです。
江戸時代までには四萬部寺を一番として始める現在の番付に改められ、点在する札所を結び江戸方面からの巡礼がしやすいよう巡礼道が整備されたようです。秩父札所は江戸からも近くまた全ての札所が秩父内（武蔵の国秩父郡）にあり、二十五里ほどで全てを巡ることができることから江戸時代元禄年間には江戸の庶民の秩父巡礼が盛んになりました。ちなみに西国は一巡約二百五十里、坂東は一巡約三百里で、庶民が巡るにはかなりハードルが高かったと思います。
江戸巡礼古道を使い秩父三十四札所を巡るウオークの第一回目です、札所１番の四萬部寺を出発し札所８番の西善寺あたりをゴールの目標にしますが、帰りの時間を優先し４時から４時半頃秩父を出発します。
１番から２番の真福寺まで距離２．３Km、標高差１７０ｍの上り、３番の常泉寺までが距離３Kmのちょっと急な下りの山道でこの回の唯一の難所です。あとは街中歩きですが、こんなところが江戸巡礼古道？と思うような人家の庭先や狭い路地があったり、結構楽しめます。
・コース：　四萬部寺 → 真福寺 → 常泉寺 → 金昌寺 → 五歌堂 → 卜雲寺 → 法長寺 → 西善寺
トイレは各札所とコース上にいくつかあります。昼食場所は未定です、ゴールの札所は進行状況により前後します。
・距　離：約12km
・集　合：平田家住宅前駐車場 7：00　甲府駅北口 7：50　道の駅花かげの郷まきおか 8：30

・解　散：道の駅花かげの郷まきおか 18：20頃　甲府駅北口 19：00頃　平田家住宅前 20：00頃
・参加費：会員 500円　一般 1,000円　バス代 会員 4,000円　一般 4, 500円
（バス代は参加者数等により増減の可能性があります）
・持ち物：弁当、飲み物、雨具、ウオーキングダイアリー（会員のみ）、保険証等
・担当者：大嶋俊壽
・その他：この頃には第六波が収束しているのではないか(収束していて欲しい)という期待を込めての企画です、状況によっては再延期、中止の可能性もあります、ご承知おきください。
バスウオークなので、予約が必要ですが、申込先、受け付け開始日等は三月の会報で連絡します。

【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