

八ヶ岳歩こう会会報

■事務局からのお知らせ

◎27期がスタートしました。30周年にむかって楽しく歩いてまいりましょう。

最近あたらしく会員になってくださる方が増えてきてとても嬉しい事務局です。その方々の為にも、古い会員の方々は初心に帰って「歩こう会のモットー」を見直して歩いて下さるようお願いいたします。「モットー」は毎年お配りしているウォーキングダイアリーの裏表紙に書いてある「ウォーキングマナー五か条」です。今一度良く読んでくださいね。歩く時に「広がっていないか、ゴミは持ち帰っているか」などを常に意識して下さい。

「とるのは写真だけ、残すのは足跡だけ」という自然の中に入っていくときに必ず語られる有名な言葉がありますが、これはアメリカの「シェラネバダ山脈」をホームグラントとして歩いていたジョン・ミューアが1892年に創った自然保護団体「シェラクラブ」のモットーです。130年以上前の言葉だったのですね。

「歩行」という動作は西洋では時に哲学と同義、日本では禅と同義のように言われることがあります。アリストテレスの時代のアテネでは歩き回りながら哲学を議論していましたといいます。哲学者たちは自ら逍遙学派と名乗っていました。歩くことと哲学することは同義だったのです。西洋では今でもヘーゲルの哲学の道、カントの哲学の道、キルケゴーの哲学の道などの地名が残っています。日本では詩人、俳人、僧侶、上人、修験者、ばかりではなく商人も庶民も商売や札所めぐりなどで良く歩いていました。歩いている心境を「歩行禅」と譬えることもあります。

我が歩こう会の歩きは？個人によって様々ですが、「楽しく歩いて」いることは確かなようです。楽しくなければ続けられませんものね。

ところで世の中はますます物騒になってきました。「イスラエル vs イラン」という新たな火種の行く先が心配です。いつまでも（子供や孫の時代になっても）楽しく歩いていられる時代であって欲しいものです。「歩行」を「行進」に変えてはいけません。足並みを揃えた集団が向かう先に待っているのは、危険で悲惨な社会です。

トランプ (Trump) という英単語は一文字つづりを変えるだけで (Tramp)、動詞では「とぼとぼ歩く」、名詞では（軍隊行進などの）「おもい足音」という意味になります。スラングでは「あばずれ」とも言うのだとか。偶然でしょうか。

なんてね♪ 少し哲学してみました(^_^)。ともかく、今期も皆で楽しく歩きましょう。

◎新会員：丸山よし子さん(甲府市)

【2025年7月の行事詳細】

■7月2日(水) 月例会 菩崎市民交流センター(ニコリ) 2階第9会議室

■7月16日～17日 尾瀬沼の夏を満喫する

昨年9月の尾瀬ヶ原の秋が好評で、是非もう一度という声が聴こえてきます。そこで場所を尾瀬沼に、季節を夏に変え尾瀬の花や自然を楽しむウォークを企画しました。

7月中旬の尾瀬は気候も安定し夏の本番を迎えます。日中は気温が25度を超え、昼夜の気温差が大きく霧が発生しやすく、上空が晴れていて霧の濃い朝には白虹と呼ばれる不思議な虹が見られることもあります。ニッコウキスゲが盛りを迎える、キヌガサソウ、トキソウ、キンコウカ、サワラン、ワタスゲ、ゴゼンタチバナなど多くの湿原や林床に咲く花と会える季節です。夏真っ盛りの尾瀬沼を満喫してください。

- ・集合：平田家住宅前駐車場 5時30分 甲府駅北口 6時20分
- ・コース：(バス往路) 平田家住宅→甲府駅北口→中央道→圏央道→東北道→御池→沼山峠

御池→沼山峠はシャトルバスへの乗り換えとなります

歩行1日目 沼山峠→大江湿原→尾瀬沼→長蔵小屋(距離約3.5Km)

歩行2日目 長蔵小屋→浅湖湿原→沼尻→尾瀬沼→大江湿原→沼山峠(距離約9Km)

(バス復路) 往路の逆

- ・宿泊：尾瀬沼湖畔 長蔵小屋 福島県南会津郡桧枝岐村尾瀬沼畔1 料金 13,000円 (1泊2食)
- ・バス代：16,000円程度+シャトルバス代 往復1,600円
- ・その他：受付は終了しました、部屋割りは小屋からの連絡待ちです、少々お待ちください。

お風呂はボディーソープが用意されています、シャンプーの利用はできません。

シーツ代わりの薄手の毛布が準備されています、リネンシーツはありません、気になる方はインナーシュラフなどをご用意ください。浴衣等は準備されていません、必要な方は自身でご用意ください。

昨秋の尾瀬ヶ原(鳩待峠)に比べバス乗車時間が1.5時間ほど長くなります、時間節約のため一日目の昼食は移動中のバス内で摑って頂きます、そのつもりで各自準備してください。

二日目の昼食は小屋でおにぎり弁当を準備してもらいます(1,000円)

キャンセルについて、宿泊代は小屋の規定に従います、バス代はバス代トータルの収支

により決めます

- ・担当者：大嶋俊壽(080-2044-4766)／多賀純夫

■7月23日(水) 涼を求めて、野辺山高原ウォーク

標高 1350mの爽やかな風と自然にふれ、国立天文台野辺山宇宙電波観測所を巡ります。途中、鉄道最高地点から平沢峠まで標高差 75m登りになります。ゆっくりと歩きましょう。野辺山駅←→国立天文台間は無料シャトルバスが 30 分間隔で運行中です。

高原ですが、熱中症対策をして安全に歩きましょう。

- ・コース：野辺山駅(トイレ)－(高原列車通り)－鉄道最高地点(トイレ)－平沢峠(しし岩・トイレ)－南牧村農村文化情報館(トイレ)－宇宙電波観測所(トイレ)－野辺山駅(トイレ)

昼食は平沢峠の予定

電車情報 甲府 8:50 小淵沢 10:07 甲斐大泉 10:24 野辺山着 10:40

帰り野辺山 17:01 甲府 18:30

- ・距離：10km
- ・集合：野辺山駅 10時45分
- ・解散：野辺山駅 16時頃
- ・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(会員のみ)、保険証など
- ・担当者：伊藤清(090-5331-3173)／田中哲夫(090-4927-5044)／小林光修(090-4676-2067)
- ・その他：雨天中止にします。前日の17時までにホームページにてお知らせいたします。
ホームページをご覧になれない方は担当者にお問い合わせください。

【2025年8月の行事詳細】

■8月22日(金) 納涼ウォークその1・小淵沢標高1000メーターの木陰を歩く

恒例の納涼ウォークです。今回は小淵沢と富士見の2回に分けて行ないます。どちらかお好きな方をえらんでお申し込みください、どちらも定員が少ない為何れも先着順になります。ご希望にそえない場合もありますがご了承ください。

どちらも小雨決行、申込み制です

小淵沢といえども近年の暑さには辟易していますが真夏のひと時高原の日陰を吹くかぜは一服の清涼剤、八ヶ岳南麓の木立の中木陰をさがして歩きます。

お天気に恵まれれば南アルプス一望の展望テラスで小鉢いっぱいの気まぐれランチを楽しみましょう。ソフトクリーム、パンも絶品!!、短くて美味しいウォークです。

- ・コース：カッコーさん～木陰の道～棒道下緑の遊歩道～風路さんの散歩道～馬の道～カッコーさん（トイレ・昼食）
- ・距離：5キロ
- ・集合：CUCKOO（郭公・かっこう） 9時30分
(小淵沢町 10105-4 電話 0551-36-4158) 現地集合になります。乗り合わせてご参加下さい。駐車場あります
- ・解散：14時
- ・参加費：会員 300円 ランチ 1300円（税込）
- ・持ち物：多めの飲み物、雨具、ダイアリー、クールタオル、保険証など
- ・担当者：進藤律子（090-8948-2017） 風路和子（080-6715-3826）
- ・その他：ランチのみ申込み制です、担当進藤までお願いします
お弁当持参も大丈夫です。定員 20名
7月3日から受け付け開始。定員になり次第締め切ります
進藤、又は歩こう会 MLまで

■8月26日（水）初秋・中野の棚田（黄金色に輝く稲穂）ウォーキング

中野の棚田は、櫛形山の裾野に広がっています。以前には、NHKテレビの（小さな旅）番組で紹介された歴史のある美しいエリアになります。棚田と霊峰富士を同時に楽しめる展望台が設けられています。晴れた日には、霊峰富士が美しい姿で迎えてくれます。カメラ愛好者が、遠くより訪れています。この時季には、黄金色に輝く棚田では稻刈りが一部始まっています。ウォーキングの途中にて、秋の訪れを肌で感じさせられます。同時に、昔・田んぼを手伝った懐かしい想い出が浮かんできます。これからも、中野の棚田ウォーキングは、春（田植え）・秋（稻刈り）定番にしていきたいと思います。中野の棚田は、南アルプス景観100選になります。

コースにおいては、多少のアップダウンになります。通常より歩行速度をスローダウンにしたウォーキングになります。

※この時期は、まだまだ暑い日が続きます。熱中症にかかるないように十分に注意していきます。休憩時間と水分補給を十分に取ります。極力日陰のコース選んで、時にはコースの短縮も考えていきます。

- ・コース：ほたるみ館（トイレ）→ 棚田の散策 → 中野の柿 → 妙了寺（トイレ）→ 湯沢公園（昼食・トイレ）→ 縣腰山（けんようざん・市指定文化財）→ 広誓院（こうせいいん）・カヤの木 → 椿城 → ほたるみ館（トイレ）
- ・距離：約11km
- ・集合：ほたるみ館（駐車できます。） 10:30
南アルプス市平岡 1210-1 ☎ 400-0313 TEL 055-284-7180
※JR 塩崎駅～ほたるみ館、送迎します。

塩山駅 8：36→甲府駅 9：13→塩崎駅(南口)9：22

小淵沢駅 8：48→穴山駅 9：17→塩崎駅(南口)9：29

申込先 田中哲夫(090-4927-5044) 500 円、運転され方に渡して下さい。締切り 22 日(金)迄、

・解 散：ほたるみ館 15：30

・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(会員のみ)・保険証・その他

・担 当：田中哲夫(090-4927-5044)／伊藤 清(090-5331-3173)

【2025年9月の行事詳細】

■9月1日(月) 納涼ウォークその2・カゴメファクトリー

恒例の納涼ウォークです。今回は小淵沢と富士見の2回に分けて行ないます。どちらかお好きな方をえらんでお申し込みください、どちらも定員が少ない為何れも先着順になります。ご希望にそえない場合もありますがご了承ください。どちらも小雨決行、申込み制です

カゴメの工場見学ウォークです。今話題(?)のベジチェックをします

皆さん「ベジチェック」ご存知でしょうか?普通1日の野菜の摂取量は?と言うと両手に乗る位約350グラムと言われていますが果たしてどの位摂取出来ているのか・・・

さがしていたらなんとカゴメのファクトリー内に有りました、手のひらを當てるだけで体内の野菜の摂取量が分かつちゃうんです!!

凄いですね、是非この機会に計って見ましょうちょっとドキドキします。

工場見学のあと13：00からランチになりますので多少の行動食(おやつ)をご持参ください。往復とも多少のアップダウンがありますご承知を。

・コース：富士見駅北側体育館前駐車場～思い出街道～富士見公園～旧甲州街道～カゴメ野菜生活ファーム(トイレ)～工場見学～ファームで昼食(トイレ)～富士見駅(トイレ)、駐車場

・距 離：7キロ

・集 合：富士見駅北側体育館前駐車場(駅東側の跨線橋を渡った先左側)駅でスタッフが案内します 9時20分

下り電車 甲府8：15 小淵沢9：02 富士見9：11

・解 散：富士見駅 15：20

塩山行き 15：29

・参加費：会員 300 円 工場見学 300 円 コースランチ 2400 円(税込) 計 3000 円

- ・持ち物：多めの飲み物、行動食、雨具、ダイアリー、クールタオル、保険証など
 - ・担当者：進藤律子(090-8948-2017) 重田友五郎(090-3087-9343)
 - ・その他：申込み制、定員 20 名
- 7月3日から受け付け開始 定員になり次第締め切ります 進藤、又は歩こう会MLまで

■9月3日(水) 月例会 菩崎市民交流センター(ニコリ) 2階第9会議室

■9月8日(月) 歩きたくなる古い街並み第四回、小江戸甲府・花小路

今回は甲府城(遊亀橋)南に新しいくオープンしました、江戸情緒溢れる新しい街並み(小江戸甲府・花小路)を訪れます。また、花小路エリヤの中核になる、こうふ亀屋座を案内させて頂く予定です。甲府駅北口・よっちゃばれ広場(甲州夢小路)と旧城下町(濁川・若松座跡)を合わせた旧甲府城下町巡りウォーキングになります。

コースにおいては、アップダウンが少ない歩き易いコースになります。車には、十分に注意意していきます。信号のある大型の交差点では、慌てないで余裕もって渡ります。信号が黄色に変わったら渡るのを止めます。お互いに注意していきます。

※まだまだ、大変暑い日が続きます。熱中症にかかるないように、十分に注意していきます。こまめな水分補給と休憩時間を十分に取ります。極力、日陰のあるコースを歩きます。状況によっては、コースの短縮も考えていきます。

小江戸甲府・花小路の見所は、木造建物に格子戸がある江戸の風情を感じる街並みになります。店の軒先にかかる暖簾のデザインを見るのも楽しいです。また、雰囲気や歴史を感じる石畳みを歩きます。タイムスリップしたようです。

こうふ亀屋座は、江戸時代の芝居小屋を思わせる交流施設である、甲府で実際に存在した(甲州亀屋座)をモチーフにした施設になります。江戸歌舞伎の代表的な花形役者、八代目・市川團十郎が亀屋座興行したと言われています。(一座は、寛永六年に芝居を上演しています。)こうふ亀屋座は、関東八座の一つと言われました。

また、甲州街道を江戸から甲府まで4日間もかかって、最大の難所・笛子峠を越えて甲府城下町に辿りついたと言われています。亀屋座があった場所は(三ノ堀)付近だと言われています。現在は若松座の標が建っています。若松座の前身は亀屋座であったと言われています。

小江戸甲府・花小路は、甲府駅周辺の活気あふれる街の起爆剤になってもらいたいです。山梨県庁舎別館、1930年(昭和5年)建てられました。歴史がある昭和初期の香りが漂う、何とも言えない重厚感があります。(県指定有形文化財)、内部、中央階段の大理石と旧知事執務室を訪れます。(近代人物館は別の場所に移りました。)

情報によりますと、庁舎別館の主体建物は取り壊さなくて改築を行い、これからも大事に存続していくそうです。山梨の大きな財産です。存続の話を聞いて嬉しいです。

余計な話です。高倉健は、旧帝国陸軍・青年将校の軍服姿で颯爽と庁舎別館正門より、

今にも姿を現してきそうです。 庁舎別館は、旧帝国陸軍参謀本部に似た雰囲気があります。(映画、動乱・高倉健と吉永小百合、共演)

※昼食(いなりずし、)こちらの方で用意できます。(予約になります)

・田舎巻き(太巻き) 980円(税込) 助六 700円(税込)

元祖いなりずし甲府清水家

・申込み先 望月澄子(080-6843-7962)〆切 8月30日(土)

・コース:JR甲府駅南口(信玄公銅像)(トイレ)→県庁庁舎別館→花小路・亀屋座(トイレ)→松林軒豊嶋家・漢方堺屋薬局→若松座跡標(三ノ堀・濁川)→一蓮寺→甲府市総合市民会館(昼食・トイレ)→甲州夢小路→甲府駅北口(トイレ)

・集合:JR甲府駅南口(信玄公銅像前) 10:00

富士見駅 8:39→小淵沢駅 8:48→穴山駅 9:17→甲府駅 9:40

塩山駅 9:26→甲府駅 9:47

・距離:約9KM

・解散:15:30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(会員のみ)・保険証・その他

・担当者:田中哲夫(090-4927-5044)／伊藤清(090-5331-3173)／望月澄子(080-6843-7962)

■9月11日(木) 御中道を歩く

御中道は富士山5合目～6合目付近ををぐるっと周回する道で、御中道巡りは役小角が始めたとされています。(役行者、角行という説もあります)大沢崩れのような危険な沢が多く、難度が高いため山頂に3回以上登頂した人だけに許された道でした。現在は通行不能な個所がいくつかあり、周回はできませんが、部分的に通行可能なところがあり、その代表的なコースが大沢崩れから御庭を通り小御岳神社(河口湖五合目)までの道で、さらに御庭から小御岳神社までは整備され歩きやすいコースになっています。森林限界付近であり、沢の部分では雪代により侵食され森林限界の上に出るため富士山に特有な森林限界の植生や森林限界の上でどんな植物がどんな生活をしているのかを見る事ができます。御庭周辺では寄生火山の噴火口が連なり富士山の成長の一部を感じることができます。奥庭は天狗の遊び場とも呼ばれ、迫力のある溶岩、風雪に耐え矮小化したコメツガやカラマツの独特な風景を楽しめます。

・コース:小御岳神社(トイレ)→御中道→お庭(昼食)→奥庭駐車場(トイレ)→奥庭→奥庭駐車場(トイレ)

・距離:約6Km

・集合:平田家住宅前駐車場 8:00 甲府駅北口 8:50

・解散:甲府駅北口 16時頃 平田家住宅前 17時頃

・バス代:7,500円(中型車、参加者20名という前提です、参加者数により増減します)

- ・参加費：会員 300 円 一般 500 円
- ・持ち物：弁当、飲み物、雨具、ダイアリー、保険証、その他
- ・担当者：大嶋 俊壽 多賀 純夫
- ・申込み：お名前、電話番号、乗車場所を記入の上
多賀純夫(E-Mail : taga-ya@pairhat.jp Tel : 080-8857-2864)まで申し込んでください
- ・その他：最少催行人数を 20 名とします
5月に計画していたウォーキングとは逆方向のウォーキングにします。御中道はほぼ平坦、御庭から奥庭までは下り、最後の奥庭から奥庭駐車場までがやや急な上り(標高差 50m)です。よく整備されていますが、それでも山道なのでトレッキングシューズ等がお勧めです。急な天候変化も考えられます、合羽を携行してください

■9月18日(木)～19日(金) ぶらり中山道

■9月24日(水) 第17回錦絵巡りウォーキング

■9月30日(火) 旧濁川舟運巡りウォーキング第2回

【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。
- ・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※印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