

■いつの間にか季節は秋。

会報が遅くなってすみません。

夏の間お休み頂いていた例会をいよいよ再開いたします。又元気に歩きましょう。しばらくお会いしない間に皆様方は「夏痩せ」したのでしょうか？「運動不足太り」したのでしょうか？(～～;)

どちらにしても、ウォーキングで元の体に戻しましょう。痩せた方も太った方も、ウォーキングは体を適正な状態にしてくれます。

澄んだ秋空の下、皆さまとウォークで再開できることを楽しみにしています。

■さて前回の「新期突入号」で「会費納入のお願い」をしましたが、今号も会費納入のお願いを致します。うっかりお忘れの方、この記事を読んでから1週間以内にお支払頂くか、事務局に連絡を頂くか、どちらかの手続きをお願いいたします。

■なを、会報が遅くなってしまったためHPでしかご案内できなかった9月7日の「信玄の治水史跡めぐり全行程を歩く(担当内海)」は雨天の中8名の参加を得て無事終了いたしました。HPをご覧頂けない皆様には申し訳なく思っております。お詫びしてご報告のみさせていただきます。

【例会のお知らせ】

■※美しい日本の道 500 選実踏ウォーク

- ・期日/9月16日(木)
- ・集合/三分一湧水館 午前 10:00
- ・解散/スパティオ小淵沢 午後 3:00頃
- ・歩行距離/約10キロ
- ・担当/多賀
- ・参加費/ 会員非会員とも無料
- ・概要/これは国土交通省から依頼されて日本ウォーキング協会が選定作業を進めている「日本の道500選」の山梨県内のコース選定作業の一環です。今回の「棒道コース」は八ヶ岳歩こう会として推薦している5コースのうちの一つです。既に「信玄堤」「開拓の道」「徳島堰」の3コースを実踏しております。来月「オオムラサキ遊歩道」を歩いて計5コースとなります。平井、内海、進藤(律)、多賀の4名で歩いておりますが、どなたもどうぞ 歓迎です。

■※景観ウォーク「民話の山里をたずねて」

- ・期日/9月19日(日)
- ・集合/JR清里駅 午前 9:30(車に乗り合わせて移動)
- ・解散/ 同駅 午後 3:00頃
- ・歩行距離/約13キロ
- ・申し込み・問合せ/八ヶ岳南麓景観を考える会
- ・参加費/ 500円
- ・概要/ 旧清里の檜山地区は、奈良時代から甲斐の三御牧(馬の放牧場)の一つとして有名な所。静かな山里はまるで民話の古里の様で、宮沢賢治の「風の又三郎」の舞台を彷彿とさせます。そばの花が一面に咲く秋の一日、故事 来歴を尋ねながらゆっくりウォークしま

せんか。

- ・コース/ JR清里駅前～北甲斐亭(檜山地区)～風切り(五幹の松)～日吉神社～昼食風の三郎社(利根神社)～東原地区～西原地区～大滝～北甲斐亭～JR清里駅

#### ■第二回八ヶ岳高原フルマラソン体感ウォーク

- 期日 : 9月23日(木)
- 集合 : 三分一湧水館 午前 6:50
- 解散 : 長坂町オオムラサキセンター 17:30頃
- 歩行距離 : 42.195キロ
- 担当 : 多賀
- 概要 : マラソンと同じ距離を歩いて見ましょう。42.195キロを歩いて体感してみます、と

いっても正確なキロ数ではありません、およそ42キロくらい、という程度で許して下さい(^\_^;)

読売新聞社の「歩いてみたい日本の道100選」にも選ばれた八ヶ岳南麓の2大里山コース、「信玄の棒道」と「オオムラサキ遊歩道」を繋いだ42キロコースです。歴史、自然、展望等、全てに傑出した贅沢なコースになりました。

※スタートは三分一湧水です。信玄の棒道と湧水の里ウォーク大会で使用した20キロコースをそのまま使います。まずそのコースを左回りに1周して三分一湧水に帰ってきます。三分一湧水帰着11:30を予定しています。そこから長坂駅まで約7キロ。駅通過は13:00頃です。長坂駅からはブルーベリーとオオムラサキ大会に使用した20キロコースに入ります。深沢温泉から時計館を通過してオオムラサキ遊歩道に入るコースです。ゴールのオオムラサキセンターには17:30到着の予定です。

※八ヶ岳歩こう会の会員の皆さまにとっては歩きなれたコースですから、時間配分や体力配分の計算もしやすく、又、トイレや休憩場所の予測もつき、何かと安心なコースですね。

- コース : 三分一湧水館前→えほん村→スパティオ→アウトレット前→川崎少年自然の家オリエンテーリングコース→川崎少年自然の家→棒道→火の見やぐら→三分一湧水(昼食)→ペアハット→小荒間水田→越中久保溜池→鳥久保→JR長坂駅→深沢温泉→藤武神社→時計館→長坂町郷土資料館→オオムラサキ遊歩道→長坂町オオムラサキセンター

#### ●注意事項

- 1) スタート地点(三分一湧水館)とゴール地点(オオムラサキセンター)が異なりますが、ゴール後車でスタート地点までお送りいたします。
- 2) 伴走車があります。時間的、体力的に途中リタイヤを想定される方も遠慮なくご参加下さい。
- 3) 途中参加もOKです。あらかじめどこから参加されるか連絡を下さい。主要地点予測通過時間をお知らせ致します。
- 4) 伴走車に雨具等の重いものを積めます。また、救急用品、飲み物、おやつ等を積んで応援いたします。
- 5) 伴走車運転或いは同乗の方(写真係、救急係、声援係など一人3役)も募集しております。

#### ■稗之底村跡探訪ウォーク

- ・期 日 : 9月27日(月)
- ・集 合 : 富士見高原・鹿の湯駐車場 午前10:00
- ・解 散 : 同 午後3:00頃

・歩行距離：約10キロ

・担当：市川

・概要：水路沿いに歩きながら、富士見町の歴史と自然を堪能するハイキングコース。

まず、富士見高原・鹿の湯駐車場から数台の車に乗り合わせ立沢 A コープに向かう。ここに車を置かせて頂く。ほど近くに大山祇社がある。ここは元々小さな祠に祀ってあったが、武田信玄が棒道の往復をする際に山路の平穩を祈って三島神社から分霊し合祀した祇社だ。立沢道祖神を左に見ながら進路を南西へ。砂利道に変わり畑地帯をすぎると稗之底廃村跡地入り口が見えてくる。稗之底村は文献に残っていない謎の部分が多いミステリースポット。少し足を進めると稗之底村の産土神・大先神社があり、当時の面影を見ることができる。西出口湧水地、乙事滝澤ため池、東出口湧水地と八ヶ岳の雪解け水が湧きだしている水路沿いをせせらぎと野鳥のさえずりを聴きながら歩く。稗之底村跡自然探索路から富士見高原別荘地の建物を見ながら砂利道をしばらく歩くとヨドバシカメラの施設です。ここで昼食、トイレ休憩。その後、武田信玄が作った古道棒道を歩いて富士見高原・鹿の湯駐車場に到着。ここで一般参加者は解散、運転手の皆さんと立沢 A コープに車の引き取りに行く。

・コース：富士見高原・鹿の湯駐車場(車で移動)～立沢 A コープ～大山祇社～千ヶ沢橋～稗之底村跡地入り口～西出口湧水池～大先神社～乙事滝澤ため池～東出口湧水地～富士見別荘～古道棒道～富士見高原にて解散。乗り合わせた車の引き取り。(富士見高原から立沢まで車で15分くらいでした。)

#### ■蓮田市歩こう会 歓迎ウォーク

・期日/ 9月30日(木)

・集合/ 八千穂自然園駐車場 午前11:00(未確定)

・解散/ 同 午後15:00

・コース/ 自然園園内と八千穂高原

・期日/ 10月1日(金)

・集合/ ペアハット(車に乗り合わせて移動) 午前9:00

・解散/ 大泉八ヶ岳倶楽部 午後15:00

・コース/ 美し森～天女山

・担当/ 両日とも多賀

・概要/ 秩父路巡礼でお世話になっている蓮田市歩こう会の皆様が八ヶ岳の紅葉を楽しみに来られます。大勢で賑やかに歩きましょう。大型バスで来られますので、到着時間は未確定です、直前に再度情報を流しますので、参加予定の皆さまはHPの直前情報をご覧ください。ただか、多賀まで直接連絡いただくかして、時間を間違えないようにして下さい。

#### ■※民話ウォーク(別紙詳細)

・今年も「八ヶ岳高原民話の旅」と題して民話を語り、民話を歩きます。小淵沢えほん村との共同企画です。峡北4か町村(という言葉もなくなってしまうのか?)に取材した民話や伝説をもとに、歩いたり、語ったり、食べたり(?)という楽しいイベントです。もう第四回目になりました。少しずつ町村の方々の間にも定着してきまして、だいぶ協力者も増えております。長坂の「きつね火」の物語では「キツネ 弁当」というものを商工会の主婦連の方々を作ってくださいることになりました。小淵沢の「がんまるさん」では小淵沢の皆さまが「がんまる弁当」を用意してくれます。

・別紙詳細を参照のうえ、地元密着型のこのイベントにご参加下さいますようお願い致します。

#### ■湘南ふじさわウォーキング協会 歓迎ウォーク

- ・期日/ 10月6日(水)
- ・集合/ 小淵沢大滝湧水公園 午前10:00(未確定)
- ・解散/ 同 午後15:00
- ・コース/ 番場の里近辺10キロ
- ・期日/ 10月7日(木)
- ・集合/ スパテオ小淵沢 午前10:00
- ・解散/ 同 午後15:00
- ・コース/ 棒道20キロコース後半部分(逆まわり)の10キロ
- ・担当/ 両日とも平井
- ・注意/ バスで来られますので集合時間についての事情は蓮田市歩こう会の場合と同じです。事前情報に注意してください。

■おいしいウォーク

- ・期日/ 10月20日(水)
- ・詳細/ 来月号までお待ち下さい
- ・概要/ 毎年のことですが秋は合同ウォークやらイベントウォーク、参加して頂きたい他会の行事(諏訪湖ツデー、河口湖もみじマーチ等)の紹介等が多く、八ヶ岳歩こう会としてのんびり楽しむ例会が少ない季節です。これではイカンと、9/6に行われた月例会で無理にお願いして三枝さんに急遽プランして頂きました。「ゆっくりウォーク」です。津金のおいしい学校で美味しい昼食を食べ、お風呂に入り、ゆっくり楽しむことだけが決まって、歩くコースは未定です(~\_~;)

【来年度計画表 案】

月	日	曜	名称	集合場所・時間	担当
1			初詣ウォーク・湯村		
2	8	火	鎌倉 牡丹観賞ウォーク	(1泊)	(湘南ふじさわW協会)
2	9	水	鎌倉 牡丹観賞ウォーク	(1泊)	(湘南ふじさわW協会)
3			梅の里ウォーク		
4	11	月	桃の里ウォーク		
4	14	木	秩父札所めぐり(1日目)		(蓮田市歩こう会)
4	15	金	秩父札所めぐり(2日目)		(蓮田市歩こう会)
5			県協会総会		
5			明日香・万葉の旅 パート2	(2泊)	
6	6	月	八ヶ岳歩こう会総会		
6			※山中湖ぐるりんウォーク		
6			第四回信玄の棒道と湧水の里		
7	10	日	第四回ブルーベリーとオオムラサキの里		
8			夏山への招待		
9			第三回マラソンウォーク		
9			※諏訪湖ツデー		
10	12	水	紅葉の八ヶ岳高原ウォーク		(湘南ふじさわW協会)
10	13	木	紅葉の八ヶ岳高原ウォーク		(湘南ふじさわW協会)

- 10 ※富士河口湖もみじマーチ  
 11 10 木 みかん狩り(1泊)(湘南ふじさわW協会)  
 11 11 金 みかん狩り(1泊)(湘南ふじさわW協会)  
 12 納会・写経ウォーク

来年度のウォークを募集しています。

-----  
 【例会一覧表】

9	7	火	信玄治水史跡めぐり全行程	内海
9	10	金	マラソンウォーク下見(車可)ペアハット 9:00	多賀
9	16	木	※美しい日本の道500選実踏W 棒道 ペアハット 10:00	多賀
9	19	日	※景観ウォーク 「民話の山里をたずねて」 清里榎山 JR清里駅	
9	23	木	第二回八ヶ岳マラソンウォークスパティオ小淵沢 6:50	多賀
9	27	月	稗之底村跡探訪ウォーク 富士見 鹿の湯 10:00	市川
9	30	木	蓮田市歩こう会合同ウォーク 八千穂高原と自然園	多賀
10	1	金	蓮田市歩こう会合同ウォーク 八ヶ岳東沢橋～川俣溪谷～八ヶ岳大橋	
10	2～3	※第九回諏訪湖ツーデーマーチ		
10	2	土	※民話ウォーク 長坂の狐火 長坂駅 10:00	わにわに
10	3	日	※民話ウォーク 小淵沢のがんまるさん 小淵沢駅 10:00	わにわに
10	4	月	月例会 ペアハット 10:00	多賀
10	6	水	湘南ふじさわ八ヶ岳高原合同ウォーク	平井
10	7	木	湘南ふじさわ八ヶ岳高原合同ウォーク	平井
10	12	火	※美しい日本の道500選実踏Wオオムラサキ遊歩道	多賀・平井
10	16	土	※景観w 「八ヶ岳の巨木、原生林を見に行こう」	まきば公園田
10	16	土	※民話ウォーク 高根清里の三社まいり	わにわに
10	17	日	※駅からハイキング 日野春駅～オオムラサキ自然歩道～渋沢～日野春駅	JR
10	17	日	※民話ウォーク 大泉の八右衛門殿	わにわに
10	20	水	ゆっくりウォーク・おいしいウォーク(^_^)v	三枝
10	21	木	小淵沢の秋を訪ねて。薦うるしのきれいな小道	ポレポレ
10	23	土	※八ヶ岳紅葉ウォーキング サンメドウズ	浅川
10	23	土	※富士河口湖もみじマーチ	
10	24	日	※富士河口湖もみじマーチ	
10	25	月	西沢溪谷の紅葉	三枝
11	1	月	月例会 ペアハット 10:00	多賀
11	8	月	八ヶ岳の日クリーンウォーク	多賀
11	11	木	カラオケパパのわくわくウォーキング 三分一湧水 10:00	風路