

■事務局よりお知らせ

昨年実施されました八ヶ岳トレイルランニング(通称スリーピークス八ヶ岳)が今年も来る6月8日(日)に行われることになりました。この大会は「山を走る」大会で通常のマラソンよりも過酷なレースなのですが、近年愛好者が増えています。「グループや家族で参加する」というケースも珍しくありません。ただ、やはり大勢で参加される方々の中には「過酷なコースはいやだ」という声も少なくないようです。そこで昨年「棒道ウォーク」を用意させて頂き、好評でした。進藤さんをはじめ沢山の歩こう会会員の方々のサポートを頂いたおかげです。

今年も「スリーピークス八ヶ岳」に「八ヶ岳歩こう会」を協力関係者として名前を提供し、棒道ウォークを実施することと致しました。昨年の例をみますと「定員50名」で「実際は20名」程度だったと思います。

三分一湧水からスタートし、火の見櫓跡から下に下りてまた三分一湧水に帰ってくるコースです。今年も皆様のご参加、ご協力をお願い申し上げます。

【3月の行事詳細】

■3月3日(月) 月例会 三分一湧水館 10:00

■3月10日(月) 敷島梅の里ウォーク

恒例になりました敷島梅の里を巡るウォークです。

- ・コース 塩崎駅～光照寺～高原団地～梅の里(昼食 トイレ)～峰観音堂～敷島団地～信玄廟～諏訪神社～シャトレゼワイナリー～塩崎駅
- ・距離 12キロ
- ・集合 塩崎駅 9:30
- ・解散 塩崎駅 15:00頃
- ・参加費 会員 ¥300 一般 ¥500
- ・持ち物 お弁当・雨具・飲み物・ウォーキングダイアリー
- ・担当 リーダー:進藤 サブ:上岡

■3月17日(月) 早春の赤沢宿巡りウォーク(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栄えました。歴史が色濃く残る町並みのウォーキングになります。又、春の喜びをいち早く知らせてくれる花、福寿草・セツブンソウ等、綺麗な花をタイミングがよければ、見ることができると思います。

前田さんが、以前教わった写真のこつを今回も教えて頂けるそうです。

- ・コース 南アルプスプラザ(トイレ)～赤沢宿(トイレ)・そば処武蔵屋(お昼食事)～羽衣白糸の滝～お萬乃方の銅像～羽衣橋～(七面山参道路)～南アルプスプラザ(トイレ)
- ・距離 約10km
- ・集合 南アルプスプラザ(現地集合) 10:30  
R-52を身延方面に向かって、飯富(旧中富町)の信号を右折して早川町役場を目標にして安全運転で来て下さい。  
穴山駅にて、8:50分乗して行きます。(一人1,000円)
- ・解散 南アルプスプラザ 15:30頃

- ・参加費 会員 ¥300 一般 ¥500
- ・持ち物 お弁当・飲み物・雨具・ウォーキング手帳・デジタルカメラ等  
暖かい服装で願います。
- ・担当 田中哲夫
- ・その他 昼の食事は、そば処武蔵屋でも出来ます。予約制になります。  
福寿草 江戸時代よりの古典園芸の花です。花言葉 幸福を招く花  
セツブンソウ 日本原産の花、節分頃から咲き始めるのでこの名前がついたと……  
花言葉 ほほえみ ・気品  
花の知識等、全然知らない私が、申し訳ないです。

■3月19日(水) 第1回・お茶壺道中(甲州街道) 下諏訪～青柳駅

八ヶ岳歩こう会において、10周年記念の一環としまして、甲州街道完全踏破ウォークが、2008年1月にスタートしまして、2009年5月に最終回を迎えて、大変好評な内に終了しました。あの素晴らしい感動が、未だ記憶に新しいです。折角努力して開拓しました、素晴らしいコースを名称を変えまして、(お茶壺道中)、逆コース(下諏訪駅～江戸城)にて、再度ウォークを実施することに致しました。

第1回・スタートのリーダーは阿部さん、サブリーダーは和田さんが務めます。残りのスタッフもしっかりと役割を分担しまして頑張ります。

歩こう会におきましても、お茶壺道中を大いに盛り上げていきます。

- ・コース 下諏訪駅(トイレ) → 下諏訪宿 → 承知川橋 → 富部一里塚 → 先宮神社(休憩) → 上諏訪駅(トイレ) → 手長神社 → 貞松院 → 足長神社 → 一理塚 → 頼重院 → 頼岳院(お昼食事・トイレ) → 茅野駅 → 三輪神社 → 酒室神社 → 権現神社 → コンビニ(トイレ) → 青柳駅(トイレ)
- ・距離 約20km
- ・集合 中央本線 下諏訪駅 午前8時00分  
中央本線 上諏訪駅から途中参加も可能です。
- ・解散 青柳駅 15:00 頃です。
- ・参加費 会員 500円 一般 1,000円  
一般の方は、参加申込み制になります。  
申し込先 事務局長(多賀)
- ・持ち物 お弁当・飲み物・雨具・保険証・ウォーキングダイアリー・その他
- ・担当 リーダー 阿部 サブ 和田

■3月26日(水) レインボーブリッジ・お台場ウォーク

レインボーブリッジは神奈川方面から都心に向かう交通渋滞緩和と共に東京臨海副都心を結ぶために建設された橋です。橋の上から海を隔てて見る都心の景色は素晴らしいです。又お台場は埋立地にビル群が立ち並ぶ東京臨海副都心に変貌した所です。

- ・距離 10キロ
- ・集合 芝浦ふ頭駅(ゆりかもめ線・新橋駅から4つ目)  
午前10時20分(青春18切符が使えます)  
小淵沢駅 6:02 → 穴山駅 6:20 → 甲府駅 6:40 → 高尾駅 8:09(乗り換え: トイレ) 8:20 発 → 東京駅 9:36 着(乗り換え: 山手線) → 新橋駅夕留口(乗り換え・ゆりかもめ線 240円) → 芝浦ふ頭駅 10:20(トイレ) → レインボーブリッジ(エレベーターで上がる) → お台場公園 → フジテレビ → シンボル公園 12:20 頃着(昼食・トイレ) → 夢の大橋 → 東京ビックサイト 12:20 頃 → ダイバーシ

テイビル内 13:20 出発(食事処多数あり 1階と6階です) 東京駅構内京葉線から中央線7分歩く

- ・解 散 東雲駅(りんかい線・200円) 午後2時20分頃予定
- ・参加費 会員 ¥300 一般 ¥500
- ・持ち物 お弁当・飲み物・保険証・ウォーキングダイアリー
- ・担 当 和田 阿部

■3月29日(土) ※そろんそろんフットパス・鑊絵の里津金周遊

- ・コース 津金三代校舎 → 津金町内 → 鑊絵見て歩き → 津金三代校舎
- ・距 離 6km
- ・集 合 津金三代校舎 9:00 受付開始 9:30 出発
- ・解 散 津金三代校舎 12:30 頃
- ・参加費 会員 ¥200 一般 ¥1,000
- ・持ち物 雨具 飲み物 ウォーク手帳 保険証など
- ・担 当 多賀
- ・主 催 北杜市リトリートの杜

【注意事項】

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ので、一般の方は参加費 ¥1,000 で事前予約が必要です。八ヶ岳歩こう会会員は予約不要で参加費 ¥200 です。その代わりに主催者から配布される資料、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 ¥200 で販売も可能です。希望者は必ず多賀までご連絡下さい。冊子を確保しておきます。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。

---

【4月の行事詳細】

■4月3日(木) 500選の道(山梨 19-08) 「徳島堰」と「わに塚の桜」ウォーク

500選の道「徳島堰」と武田発祥の地を巡ります。わに塚・常光寺・願成寺の桜も見所です。

- ・コース 穴山駅(トイレ) ~ 入野野橋 ~ 徳島堰 ~ 常光寺(昼食予定・トイレ) ~ わに塚の桜 ~ 武田八幡宮(トイレ) ~ 願成寺(トイレ) ~ 武田橋 ~ 韮崎駅(トイレ)
- ・距 離 約 13km
- ・集 合 JR穴山駅 AM 9:30
- ・解 散 JR韮崎駅 PM 2時頃予定
- ・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など
- ・担 当 田中(憲) サブ: 進藤
- ・その他 気候により桜の開花等が前後することご了承願います

■4月7日(月) 月例会 三分一湧水館 10:00

■4月9日(水) 桃の花ウォーク(山梨市)

今年度は、桃出荷量で県内一を誇る市内桃園の、開花状況を観賞しながらのゆっくりウォークです。

- ・コース 山梨市駅(トイレ) ~ 八幡大神社(トイレ) ~ かのかわ古道 ~ 重川遊歩道 ~ 山梨市体育館(昼食・トイレ) ~ 桃畑周遊 ~ 市役所 ~ 山梨市駅
- ・距 離 12km

- ・集 合 山梨市駅 10:00
- ・解 散 山梨市駅 14:30頃
- ・参加費 会員 300円 一般 500円 (義援金は任意)
- ・持ち物 雨具、飲み物、弁当、ウォーキングダイアリー、保険証など
- ・担 当 小塚 田中(憲)

#### ■4月14日(月) 鯉のぼりウォーキング

道の駅「南きよさと」では、毎年4月上旬から5月上旬にかけて約500匹の鯉のぼりが掲げられます。鯉のぼりを見ながら昼食。旭山で桜見物とお楽しみがいっぱい。皆さん、お誘いあわせてご参加ください。

- ・コース 高根ふれあい公園(トイレ)～おいしい学校(トイレ)～道の駅・南きよさと(昼食・トイレ)～旭山～高根ふれあい公園
- ・距 離 約13km
- ・集 合 高根ふれあい公園 9:40
- ・解 散 高根ふれあい公園 14:00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 保険証など
- ・担 当 穂阪
- ・その他 たかねの湯(有料)をご利用の方はお風呂セットをご用意ください。

#### ■4月16日(水) 「三つの桜の物語」

春たけなわの小淵沢。三つの桜をゆっくり巡るお花見ウォーキングです。

第一の桜は樹齢400年以上の枝垂れの古木、神田の大糸桜です。今は年老いて北風が辛い身ですが、若い頃は武田家の盛衰を見ていたかも知れません。

また、他国に移り住んだ人々もこの桜の姿を心に刻んだことでしょう。

第二の桜は小学校跡の桜です。多くの子供を迎え、そして見送った樹齢80年近い桜達。この桜の下で大勢の子供達が飛び回っていました。

第三の桜は訪れる人もない謎の桜並木です。なんとこの桜達、実はあの大糸桜の子桜達なのです。樹齢約20年! 若やいだ娘桜達が春風に袖を揺らします。

この見事な枝垂れ桜並木をはじめ、富士山、南アルプス、八ヶ岳の山々を愛でながら、また、そこに住んだ人々を思いながら歩きます。

昼食とお花見の時間はたっぷりとります。贅沢なお花見を楽しみましょう。

- ・コース 小淵沢駅 → 大滝湧水(トイレ) → 神田の大糸桜 → 広野神社(トイレ) → 三峰の丘 → 東スポーツ公園の桜(昼食、トイレ) → 謎の枝垂れ桜並木(お花見) → 小淵沢駅
- ・距 離 約10km
- ・集 合 10時15分 小淵沢駅
- ・解 散 15時頃予定 小淵沢駅(現地解散もありです。)
- ・参加費 会員: 300円 非会員: 500円
- ・持ち物 雨具、弁当、飲み物、保険証、ウォーキング手帳
- ・担 当 最上 サブ 市川
- ・その他 荒天が予測され、開催を中止する場合は、前日夜にML等で連絡をします。

#### ■4月21日(月) 第2回・お茶壺道中(甲州街道) 青柳駅～信濃境駅

- ・コース 青柳駅 → 御射山神戸一里塚 → Aコープ神戸 → カゴメ工場 → 富士見公園(トイレ) → 重修一里塚 → 追分道標 → 瀬戸大橋 → 机信号 → 明治天皇御野立所

跡 → 塩沢温泉入口 → 道の駅・信州蔦木宿（昼食：トイレ） → 上蔦木信号 → 信濃境駅

- ・距離 約18km
- ・集合 中央本線青柳駅 午前7:50  
中央本線 すすらの里駅から途中参加も可能です。
- ・解散 信濃境駅 午後3:00頃予定
- ・参加費 会員 500円 一般 1,000円  
一般の方は申込制になります。申込先：事務局長（多賀）
- ・持ち物 お弁当・飲み物・保険証・ウォーキングダイアリー
- ・担当 和田 田中(哲)

■4月23日(水) 村山六ヶ村堰を訪ねる 担当：大嶋

■4月30日(水) 霧訪山トレッキング

カタクリの群生と、頂上（1.305m）から360度の展望が見所です。

- ・コース 小野駅～霧訪山～塩尻駅
- ・距離 約12Km
- ・集合 JR小野駅
- ・解散 塩尻駅 15:45の予定
- ・参加費 会員 300円 一般 500円（義援金任意）
- ・持ち物 弁当 飲み物 雨具 ウォーキングダイアリー 保険証など
- ・担当 田中憲 田中哲
- ・その他 履物はトレッキングシューズが良い、荒天時中止

---

### 【5月の行事詳細】

■5月8日(木) 西沢溪谷トレッキング 担当：小塚

■5月12日(月) 月例会 三分一湧水館 10:00

■5月14日(水) 信玄・川中島への道（番外編）

海野宿（東御市）～真田氏館跡（上田市真田町） バス利用

台風の影響で中止になりました、番外編を実施します。

信州、北国街道の海野宿に、歴史の色濃く残した真田の郷巡りのウォークになります。

- ・コース 海野宿駐車場（トイレ）～白鳥神社～海野宿資料館～大屋駅（トイレ）・しなの鉄道～真田の郷（お昼食事）～真田氏館跡（トイレ）
- ・距離 約13km位です
- ・集合 スパティオ 8時
- ・解散 小淵沢駅～スパティオ 18時頃予定です。
- ・参加費 会員300円 ・一般500円 +バス代（バス代は、後日連絡します）
- ・持ち物 お弁当・飲み物・雨具・保険証・ウォーキングダイアリー・その他
- ・担当 田中(哲) 田中(憲)
- ・その他 バス予約制になります。

■5月17日(土) 満足屋 新緑の信玄堤 500選の道 12km 満足屋竜王本店

■5月19日(月) 我が町シリーズ・日野春(長坂)編

新緑の好機に、日野春地域を歩いてみませんか。

日野春駅には懐かしい蒸気機関車の給水塔跡や信玄旗掛けの松跡があります。駅前からオオムラサキ遊歩道に入り、開拓神社（日野原を開拓した富岡敬明記念の神社）～見法寺（日蓮上人が

修行の折に立ち寄り座った石 御座石がある)～穂見諏訪十五所神社(その年の豊作を占う筒がゆの行事が今も受け継がれている) などなど。盛りたくさんの楽しいコースです。みなさんのご参加をお待ちしています。

- ・コース 日野春駅 → 開拓神社 → 見法寺(昼食・トイレ) → 穂見神社 → 長坂駅
- ・距離 約10キロ
- ・集合 JR日野春駅 10時20分
- ・解散 JR長坂駅 15:00頃
- ・参加費 会員300円 一般500円 (義援金任意)
- ・持ち物 お弁当・飲み物・雨具・ウォーキング手帳・保険証など
- ・担当 田中文子・市川

■5月21日(水) 第3回・お茶壺道中(甲州街道) 信濃境駅～日野春駅

信州信濃の国より甲斐の国へ入ります。

旧甲州街道の面影が色濃く残した、台ヶ原に教来石の宿場巡りのウォークになります。

- ・コース 信濃境駅(トイレ)～三光寺(トイレ)～国界橋～山口の関所跡～明治天皇お田植御通覧跡碑～諏訪神社～明治天皇御小休所跡～教来石宿～白須松原の碑～道の駅はくしゅう(お昼食事・トイレ)～田中神社・荒尾神社～台ヶ原宿・七賢酒造(トイレ)～道祖神・庚申塚～横山古道～上三吹～日野春駅(トイレ)

自元寺(台ヶ原宿)においては、甲州街道に お茶壺道中の由来等の説明札が建っています。

甲州街道においては、お茶壺道中関係の史跡等が数少ないです。

- ・距離 約21km
- ・集合 中央本線 信濃境駅 8時40分
- ・解散 日野春駅 15時30分頃予定
- ・参加費 会員500円 一般1,000円
- ・持ち物 お弁当・飲み物・雨具・保険証・ウォーキングダイアリー・その他
- ・担当 田中(哲) 田中(憲)

■5月28日(水) 高尾山口～相模湖駅 担当:田中(憲)

---

【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。