

2018年(平成30年)
7.8月号
(第43号)



湖 歩

発行 NPO法人滋賀県ウォーキング協会
〒520-2361 滋賀県野洲市北野1-13-10
TEL / FAX 077-587-6159
<http://shiga-walking.sakura.ne.jp>

びわ湖長浜ツデーマーチ

2日間で3,172名

第26回長浜ツデーについて

会長 小島達雄

最近はコース設定に趣向を凝らし、参加者の減少傾向に歯止めを懸けるように努力されている。その成果は昨年の大会で実証されたとは言え、やはり一番気になる点です。今年は目新しさを「船を利用したコース」を採用したことです。定員が限定されているので、参加者数では期待どおりではなかった。

第一日目は好天に恵まれ当日参加者が見込以上に多く、また新しいコースも上々の評価でした。こういった取組みが新しい参加者を増やす要因でもあると期待しています。

第二日目は前日と打って変わって、雨は朝から降り出し徐々に強くなり午後からは近隣府県では警報が出るほどの強い雨、足どりが進まない参加者をサポートしながらの大会運営の皆さまもずぶ濡れでした。

ゴールで待つスタッフも同様に体調を崩さないかと心配するほどでした。スタッフの皆様ご苦労様でした。



大雨に苦しんだ長浜ツデー 2日目40km 小網 勝

5月13日、朝から雲行きが怪しい。徐々に雨模様となってきた。出発前から足元が気にかかる。長靴で挑戦する人も、私は前回長靴で歩き、歩みにくさに苦しみ失敗し、今年はウォーキングシューズで挑むことにした。

午前8時、私の檄一発で小雨降る中を出発した。雨のため、参加者はやや少ないが、それでも参加者は完歩を目指し、中間点更にはゴールを目指し気力で歩行する。

雨のため周囲の景色を満喫することは出来なかったと思うが、昼食のおもてなしの温かい汁は、濡れた身体に優しくった。悪天候の中、40km完歩を達成したものの体は雨と冷えて疲れ果てていた。参加された方、沿道で安全確保に充たられた方、本当にご苦労様でした。

来年は晴天を祈りつつ、今回以上に長浜ツデーマーチを盛り上げよう！

参加者数

5月12日	参加人数	5月13日	参加人数
三成の郷 35km	305	北国脇往還 40km	244
遊覧船 彦根城 25km	200	竹生島 びわ湖 20km	549
びわ湖満喫 20km	579	びわ湖北 10km	614
びわ湖南 10km	681		
合 計	1765	合 計	1407

パノラマウォーク

小島 達雄

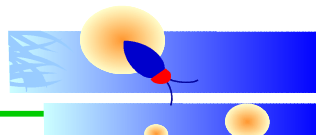
9月8・9日の2日間おごと温泉観光公園をゴールとするツデーです。

今年は船利用のコースが船の融通が利かないため、コース変更を行うことになりました。

昨年の第1日目と第2日目を入れ替え、2日目に2コースを新設したことです。

「ウォークマラソン」を2日目にしたのは、遠くから参加するには第1日目では無理との声を、第2日目の世界遺産の比叡山コースを第1日目にしたのは、ゆっくり見たいとの要望が多くあったことを反映させたものです。距離は東塔、西塔などを巡る距離を考慮しました。南湖周辺の「市」が構成団体に参加して2年目、パノラマウォークは広域に広がるツデーとして楽しみにしています。

5月・6月の活動報告



5月20日(日) 千団子祭ウオーク 12 km

天気 晴 参加者 130名

大津支部 渡辺昌克

今回は異例のウオーキングで、何回も三井寺山門前や千団子社の前を歩いているが、千団子祭りもあり、三井寺の境内一円で、3時間の自由歩行となり、三井寺の有料の境内に入ったのは初めてで、中に入って昼食をとったり、展望台から、雄大な琵琶湖を一望し、新緑の小路の中を、散策を楽しんだり、重要文化財を鑑賞し仏様に手を合わせたりして、皆さん、思い思いに境内の良さを満喫した。

また、千団子社の前では多くの屋台が店を開き、植木市や食べ物を売っていたり、大道芸の南京玉すだれや傘回し皿回しや、和太鼓演奏等が行われ、大勢の見物客や買い物客で賑わい、子供の無事成長、安産、厄払いを祈願して、亀と鯉を放生するところを見学した。3時過ぎ、無事に JR 大津駅に到着。

5月26日(土) 三大神社と烏丸半島散策 11km

天気 晴 参加者 116名

湖南支部

三大神社は藤の名所として知られるが、花の見ごろは過ぎていて、花殻だけが下がっていた。烏丸半島で昼食をとり、その後、自由行動で、博物館を見学する人、水生植物園公園を散策する人、広い公園の中を思い思いに楽しんだ。帰りは草津駅まで歩くグループとバスに乗るグループに分かれた。

(聞き書き 小島千代子)

6月3日(日) 湖北の巨木(野大神)を訪ねて 15km

天気 晴 98名 湖北支部 徳田義介

好天に恵まれ湖北に点在する巨木を訪ねた。神社や村はずれの巨木を野神さんと呼び崇める風習がある。村人の、無病息災、五穀豊穡を願い、しめ縄を張り周りを囲い「野大神」と書かれた立派な石柱を立て大切に守られている。杉、欅、榎、銀杏など樹齢3、400年の老木で根本は朽ちて空洞のもの、倒れそうな木は支柱やワイヤーで守られている。それでも大きく枝を張り葉を茂らせている生命力には驚かされ、巨木のパワーを貰って頂けたウォークであった。



唐川野大神のスキ

6月10日(日) 深緑の西教寺と飯室谷不動堂

天気 雨のち曇り 参加者 52名 湖西支部 志村里士

朝から雨のあいにくの空模様。比叡山坂本駅からおごと温泉駅までの11キロを歩いた。台風5号の接近で、参加者の減少は予想されていましたが、それでも52名の参加者は、涼しい風に吹かれて深緑の比叡山麓を楽しんだ。途中、小高い場所から白く煙ったような琵琶湖を眺め、あるいは西教寺の境内から下界を見下ろしておぼろな光景を記憶に仕舞い込んだ。

飯室谷不動堂では、当日修行の励行があり、堂内で昼食をとることが叶わず、千野の集落に近づいたところで、遅い食事をした。

短い行程ではあったが、比叡山の麓の深緑のなかで一日をすごした気分であった。

6月24日(日) 第3回 江若鉄道廃線跡ウオーク(近江舞子～近江高島) 12km

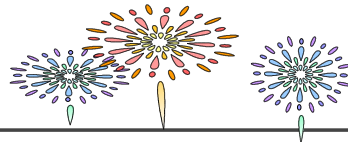
天気 晴 参加者 125名 本部(湖西支部) 平崎 雄悟

幸いにして梅雨空が続く中、好天に恵まれた。参加者は他協会・一般の方々で半数以上の69名を数え、湖西が初めての方も多かった。当初四十八体石仏見学は入っていなかったが、石仏の道を通って本隊と合流する事になった。廃線跡では丁度、湖西道路の延伸工事が行われており、道の高架化やトンネル工事など混乱の状態で、北小松駅から近江高島への土手になっている路線跡は6月一杯で重機でくずされてしまう由、いわば今生最後のお別れということになる。



廃線跡を高島駅に向かって

7・8月の行事 見所



7月1日(日) 景清道を訪ねて 安土から五個荘へ 12km(or16km) 湖東支部

集合 安土駅 9:30 解散 五個荘のプラザ三方よし(12km バスで能登川駅へ)
または 能登川駅 (16km)

コース： 安土駅～浄厳院～観音正寺～石寺楽市(昼食)～ぶらざ三方よし(解散)～能登川駅
コースの概要：

景清道とは、平安時代末期、壇ノ浦の合戦で負けた平家の落人、平景清が京に戻って眼病を患い、熱田神宮に願掛けし通った道といわれています。人目をはばかり中山道の間道を通りました。

7月17日(火) たそがれウオーク (ミシガン乗船) 12km 本部

集合時間とコースが変わりました

集合： 大津駅 16:00 解散： 膳所駅 19:00頃 乗船料 300円

コース： 大津駅～大津港(ミシガン乗船)～におの浜観光港～サンシャインビーチ～膳所駅

コースの概要：

7月1日「びわ湖の日」に関する夏企画として、たそがれの爽やかな風と、船上から大津の町並みと暮れゆく逢坂山の眺望を楽しむコースです。

7月22日(日) 東海道ウオーク⑤ 大津宿から京の都へ 12km 本部

集合 大津駅 9:30 解散 京阪三条駅

コース： 大津駅～大津宿～月心寺～井筒～蹴上浄水場～京阪三条駅…地下鉄約20分JR京都駅

コースの概要：

東海道ウオークもいよいよゴールです。大津宿から緩やかな坂を上り、逢坂の関を越えます。国道一号線の車が行き交う道は少々ざわつきますが、よく注意しますと、古い道標やお地藏さんなどが、街道の面影が残っています。東山を越えると都の入口、三条大橋です。

8月8日(水) たそがれウオーク 12km 本部

集合： 大津駅北口 16:30 解散： 大津駅 19:00頃

※ 解散後、女子会を予定しています

コース： 大津駅～大津港～三井寺～びわ湖大津館～大津駅

コースの概要：

頭上の太陽が西に傾き、日射しも少しやわらぎ始める頃大津駅に集合。

湖上に浮いていた白いヨットの帆影もいつしか見えなくなり、琵琶湖の色も少しずつ薄れていきます。湖上から吹く爽やかな風に癒され、日没前の刻々と変わる琵琶湖を静かに眺めてみるのはいかがでしょう。

7月29日(日) ^{おぼとけ}志賀大 仏を巡る道 滋-10 14km 大津支部

集合： 唐崎駅 9:30 解散： 大津駅 15:00頃

コース： 唐崎駅～弥生町～滋賀里～百穴古墳群～志賀大仏～大伴神社～近江神宮～大津駅

コースの概要：

この道は京都と近江を結ぶ山中越えの道です。古墳時代後期の古墳がたくさん集まっています。石室の壁面がドーム状になっていること等から、渡来人たちの墓と考えられています。そこから少し行きますと鎌倉時代の石仏・阿弥陀如来坐像が鎮座しています。

近江八幡市お住まいの松尾孝久さん(82才)に聞きました。

Q: ウォーキング歴は永いようですが、何年になりますか？

そうやな20年になるかな。

Q: 以前、幹事さんもやっておられましたね。

8年ほどやっていたかな。志村前会長が辞められたときに、僕も幹事を降りたよ。今はあの頃の仲間が殆どいなくなった。それで2年前SWAを退会したんだけどね、今年から賛助会員としてまたSWAに籍を置くことにしたよ。

Q: 賛助会員というのはどういうものですか？

他協会に入っていたら賛助会員になれる。年会費が安いしね。京都やJOCに入っているんだけどね、JOCなどはバスで行ったり結構面白いところがあるからね。

Q: 月にどれくらい歩いておられますか？

月に10回ぐらいだけど、少ない時は4,5回、まあ平均5~10回かな。今年は少ないなあ。年だからいつまで歩けるかわからないけど、頑張りたい。

(聞き手 小島千代子)

幹事に就任して

大津支部 川西 洋

大津支部のスタッフ新任の川西です。一昨年8月に入会し、昨年はピワイチを初完歩、各行事に45回参加しました。一昨年迄単身赴任していた東京の会社の健歩会に所属、約10年、育った関東中心に、毎年、完歩近く歩いていましたが、SWA行事の参加者の多さ、歩行速度に驚きました。加入動機は心臓手術後のリハビリでしたが、お蔭で体力回復し、歩く苦労はほぼ無くなりました。写真倶楽部、歴史倶楽部にも属しており、旧勤務企業の同窓会などもあります。雑談仲間が出来、健康寿命を延ばせるウォーキングは大好きなので、ご迷惑をお掛けしますが、ご指導下さい。年齢73歳であと何年歩けるか楽しみです。東京ではコース提案、主幹事を多数回務めました。本番で道に迷うこともありましたが、下見には、都合がつく限り参加したいのでお誘い下さい。

9・10月の行事予定

9月2日(日)	第6回 くつの日ウォーク 滋賀大会	別紙「大会案内」		
8日(土)~ 9日(日)	第6回 おごと温泉びわ湖 パノラマウォーク	別紙「大会案内」		
16日(日)	朝鮮通信使の道を歩く③	稲枝駅~彦根駅	9:30	16km
18日(火)	平日ファミリー (牛玉さんの日)	大津駅~石山駅	9:30	12km
22日(土)	枝豆収穫祭ウォーク *日程変更	マキノ駅~中庄駅	10:30	14 km
23日(日)	琵琶湖一周2018⑦	長浜駅~高月駅	9:30	19km
10月 7日(日)	大津祭ウォーク 滋-10	大津京駅~大津駅	9:30	10km
14日(日)	第23回 高月観音の道	高月駅~高月駅	9:30	14km
16日(火)	平日ファミリー (歴史の跡を巡る)	大津駅~大津京駅	9:30	12km
21日(日)	里山シリーズ⑩岩戸山十三仏から眞作山	安土駅~近江鉄道八日市駅	9:30	16km
28日(日)	琵琶湖一周2018 ⑧	高月駅~永原駅	9:30	19km

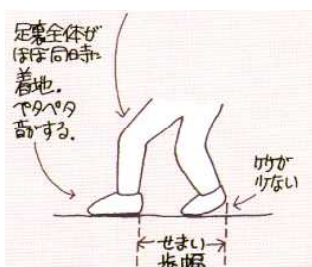
《ウォーキング》あれこれ V

「快適に歩く」ための10ポイント

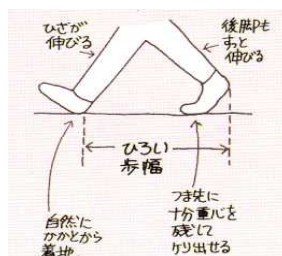
前号のつづき

ウォーキングインストラクター

③ ひざが伸びると歩幅が無理なく広がり、美しい歩行姿勢が得られます。



④ すっと伸びた足は、自然にかかとから着地します



⑤ かかとからつま先へ、足の裏を転がすように重心を移します。

