



Walking

『伊豆歩倶楽部』会報

歩歩歩（ふふふ）の歩（ふ）
 緩歩で観歩
 歩歩歩（ほほほ）の歩（ほ）
 歩歩笑美（ほほえみ）伊豆歩は
 歓歩で完歩

■第80回 伊豆歩倶楽部 10月例会

初秋の溪谷歩き 15Km

シャボテン公園から松川湖へ Bird Watching を楽しもう！ “双眼鏡・野鳥図鑑”

【日程】 2009年10月18日（日）

【集合時間】 9時5分（伊東駅発：8時18分／下田駅発：8時23分）各自確認して下さい。

【集合場所】 伊豆高原駅

【コース】 ※スタートはシャボテン公園です。伊豆高原駅～シャボテン公園間はバスを利用します。
（9：25発 350円）時間厳守！

伊豆高原駅発9：25⇒⇒シャボテン公園着9：48

シャボテン公園スタート10：00⇒⇒さくらの里⇒⇒キャンプ場⇒（奥野の小道）

⇒⇒白川橋⇒⇒松川湖【昼食】⇒⇒万葉の小径⇒⇒南伊東駅14：00 予定

※名札を必ず着けてください。

【お問い合わせ】 伊豆歩倶楽部事務局（笹本） TEL：0558-22-5465

携帯：090-2140-1717

■第81回 伊豆歩倶楽部 11月例会

第13回 伊豆・天城路「伊豆の踊り子」ウォーキング 22Km／15Km

日本市民スポーツ連盟（JVA）認定大会

静岡県マーチングリーグ認定大会

静岡県ウォーキング協会合同ウォーキング大会

名作「伊豆の踊り子」片手に歩けば、踊り子の情緒よみがえる！

【日程】 2009年11月23日（月） 勤労感謝の日

【集合時間】

| コース | 受付 | 出発式 | スタート | ゴール予定 |
|---------|------|-------|-------|-------|
| 22Kmコース | 8：00 | 8：45 | 9：45 | 15：30 |
| 15Kmコース | 8：00 | 10：00 | 10：45 | |

【集合場所】 河津町立西小学校（湯ヶ野温泉）

【参加費】 300円

【参加賞】 バッジ・マップ・完歩証

【コース】 パンフレット参照

※スタッフ募集—本大会は静岡県内加盟団体（8団体）のウォーカーが多数参加する予定です。

役員だけでは対応ができませんのでスタッフを募集しております。

協力していただける会員の方は事務局までご連絡ください。（11月5日までに
お願いします。）

《内容：トップ・アンカー・受付・交通整理、等》

【お問い合わせ】 伊豆歩倶楽部事務局（笹本） TEL：0558-22-5465

携帯：090-2140-1717

【主催】 伊豆歩倶楽部

◆◆例会報告◆◆

第78回 伊豆歩倶楽部 8月例会 蓮台寺温泉と千人風呂ウォーク

2009年8月23日(日) 天候 晴れ

参加者：22名(会員21名・一般1名)

- ・雲ひとつない晴天である。ベーステージ下田を出発して下田富士(標高187m。全国観光富士と呼ばれる58の富士山の中で高さが一番低い山です。山全体が一つの岩でできていることから一岩山ともよばれています。)登山口から25分(延長570m)で全員登頂する。山頂は広く神社があり、大きなウバメ樫の木が木陰をつくり涼しい風が通る。昼食をして12時に下山する。伊豆急下田駅で遠方の参加者と合流して蓮台寺温泉に向かう。湯の華小路には温泉が湧き出ている。吉田松陰寄寓の跡で説明を聞き、蓮台寺天神神社の大日如来坐像(国指定の重要文化財)を観て蓮台寺川から稲生沢川沿いを進んでお吉が淵を廻って千人風呂の金谷旅館に14時40分ゴールする。
- 千人風呂で一日の疲れを癒した暑気払いは、持参した景品の交換で盛大でした。

事務局便り

■2009地球一周4万Kmウォーク 15Km

- ・日本市民スポーツ連盟(JVA)認定大会
- ・美しい日本の歩きたくなるみち500選認定(22-01)

あなたの一步がつながって10月、11月の2ヶ月間で地球一周(4万Km)をみんなで完歩しようという全国各地で開催されるイベントです。たくさんの皆様のご参加をお待ちしております。

【日程】 2009年10月10日(土)

【集合時間】 9時30分

【集合場所】 賀茂スポーツ

【参加費】 300円

【参加賞】 マフラータオル・バッジ・完歩証

【コース】 賀茂スポーツ → ハリスの小径 → 恵比寿島 → 須崎遊歩道 → 爪木崎 → 御用邸 → 玉泉寺 → 賀茂スポーツ

【問い合わせ】 伊豆歩倶楽部 0558-22-5465

(有)賀茂スポーツ 下田市1丁目11-27(伊豆急下田駅より徒歩5分)
0558-22-6677

【主催】 伊豆歩倶楽部

■伊豆歩倶楽部新規会員募集中!

伊豆歩倶楽部入会ご希望の方は、お気軽に事務局(0558-22-5465:笹本)までお問合せ下さい。

【会費】 新規会員 3,000円 (入会金1,000円 年会費2,000円/年)

家族会員 1,000円/年

【納入方法】 郵便振替用紙にて『通帳番号 10150-57680821 伊豆歩倶楽部』宛 納入して下さい。

下田富士・蓮台寺ウォークに参加して

伊豆歩倶楽部会員No. 605 徳田 尚志

初めて投稿させていただきます。今年の3月より仲間入りさせて頂きました徳田尚志です。東京都と伊東市に半分ずつ住まいしております。例会には極力参加いたしますのでよろしくお願ひします。

8月23日、前日まではっきりしない天候が続いていましたが、快晴の朝を迎えた。川奈駅まで30分ほど歩いて、8時26分発の電車を待つ。邊津会長とご一緒になる。程なく到着した電車に乗り込むと、伊東駅から乗った先崎さんともご一緒になり、3人で話が済み退屈することなく下田へ到着。その中で会長曰く「下田富士はあまり気の進まぬ山だが、とうとう登ることになった。」会長が言うのであるからいささか不安であった。

集合場所のベーステージ下田には、出発時刻(10時)より少々早めに着いたが、すでに20名程の方が集まっていた。予定時刻までには19名。出発式の際に、笹本事務局長より、スケジュール及びコースの説明があり、昼食は下田富士の頂上を予定とのこと。急遽弁当・おにぎりを調達しながら登山道入り口に向う。

いきなりの石段、さらに急峻な岩場の登りが続き、回復した快晴の天候も相俟って、汗だくの挑戦となる。つづら折りの山道にも時折眺望が開け、谷からの涼風がありがたかった。やはり短くながらハードなコースであったため、トップとアンカーの間にはかなりの隔たりが生じ、会長の言や正しと思った。

11時20分、187mの小山なれど全員登頂し、昼食をとる。

『秋浅く 杜も木陰に 涼をとる』

12時に下山開始、下田駅に向かう。ここでベテランの田中氏・遠藤氏他3名が功回り、総勢22名となった。稲生沢川沿いに新田下田街道をメインのルートとして遡上し、清流荘の前より蓮台寺温泉へ向かう。アスファルトの照り返しが激しく、ここで3本目のペットボトルを購入し、熱中症対策を万全を期す。

吉田松陰寄寓の村山氏宅を訪れ、ボランティアガイドの説明を聞く。少々長話となり予定時間をオーバーし、辟易した方もいた様であった。再びウォーキングを開始、蓮台寺天神神出に立ち寄る。200段ほどの石段を登るので、自由参加となる。最初は皆さん様子を伺っておられたが、1人2人と登りだすと次々に、ほぼ全員の方が登段した。

蓮台寺川を下り、清流荘を経て稲生沢川を国道414号に沿って遡り、お吉が淵に。その間再び吹き出る汗、到着した折には、まるで册から這い上がってきた如くであった。

旧道を引き返し本日のゴールである金谷権宮に、2時20分に到着。暑さの中12キロウォーキングを全員完歩した。オプション企画の千人風呂と、暑気払い・福引と盛り沢山の1日であった。

『ブロンズの乙女と湯谷』 浅き秋』

「東京さすらい人」の伝言（6） 京さん

今日は、東京都から神奈川県へ浮気です。浮気と言っても男女間の浮気ではありません。東京都から川崎市へ浮気をするのです。多摩川沿いを下流に向かってさすらいましょう。

スタート地点は小田急線。南武線の登戸駅から徒歩10分の多摩川です。川崎市側で対岸は東京都です。小田急線で新宿から小田原へ向かった時、登戸駅近くの川が多摩川で、土手がウォーキングやサイクリングコースとして、18Kmに渡り整備されています。登戸が15Km地点で上流3Km、下流15Kmの18Kmで往復36Kmです。コースは平坦で登り下りの苦しさはありません。距離は1Km毎に表示されていて安心です。サイクリングの人も通行しますので注意することです。土手は河川敷で野球場、サッカー場があり、土・日曜日には大会が催されています。

対岸に目を移せば、東京の景色、土手を下れば多摩川のせせらぎと友達になれ、魚影も多く見られます。数年前に「タマちゃん」が立ち寄ったこともあり、きれいになった多摩川を見るのも良いものです。距離は自分の足に相談して挑戦して下さい。里山をウォークするのは違った感覚でウォークできるのではないかと思います。

一句 『多摩川や 白きテントの 芋煮会』

「次回 鎌倉」

◆会員様からのお便り紹介◆

こんにちは。

先日の上高地・乗鞍高原ウォークは大変お世話になりました。こんな楽しい旅行は何年振りでしょうか、会社を退職してからバス旅行はツアーぐらいでした。伊豆歩倶楽部に入会させて頂き、期間も短く参加も2回目で大きなイベント旅行に参加した私たちは倶楽部の先輩方の気さくなお付き合いが大変うれしかったです。

上高地・乗鞍岳は初めて行きましたが自然の雄大さと川の流れの力強さにパワーを貰ったような気持ちになりました。初日は天候も危ぶまれていましたが、皆さんの日頃の行いが良かったのですね！最高のウォーキング日和となり高山植物や新緑の木の芽、疲れた目を癒す緑の原生林、活力を作り出す梓川の流れ、そして上高地の先住民族（日本猿）との遭遇は自然界に溶け込んだ気持ちになりました。先住民族お猿さんのマナーの良い事には、モノを欲しがらなくてもなく、攻撃することも無く自分たちの生活エリアとしての行動をしていた事には驚きました。

宿泊は乗鞍岳の麓で最高の展望場所となりましたが山頂がかすんで少し残念でした。夕食の集いは楽しく一日の快い疲れを温泉で癒し、皆さんも早めの就寝のようでした。

乗鞍岳の登頂を目指していましたが自然には勝てず雪渓までとなりましたが初めて登った乗鞍岳は感激しました。伊豆歩倶楽部のフラッグを持たせていただき（はい！パチリ）は最高の気分。ありがとうございました。

帰りのバスの中は、カラオケボックスとなり、またまた楽しい時間を過ごし、先輩方々に溶け込めるようになりました。これからもよろしく願いいたします。

「会員 No.609/No.610 鷹木亮一・ふさ子より」

【 伊豆歩俳壇 巻】

〔 8 月 蓮台寺と千人風呂〕

稲生沢川 魚影ありて 鷺が舞う

邊津 芳次

【 伊豆歩俳壇 弐】

〔 9 月 身延山とぶどう〕

欲ばりて 大粒ぶき ぶどう狩り

大窪 正幸

秋の昼 にぎりほおばり 声弾む

大窪 正幸

秋身延 個性派の心 洗いつつ

堀崎 龍夫

身延^{おり}下り ワイン談義の ぶどう園

堀崎 龍夫

【 いずほ歌留多^{かるた}】

| | | |
|---|--|---|
| <p>悔 るな</p> <p>手強かつたぜ</p> <p>下田富士</p> <p>邊津 芳次</p> | <p>名 残り蟬</p> <p>みんなみんなと</p> <p>身延山</p> <p>堀崎 龍夫</p> | <p>・投稿記事その他ご意見・ご感想をお寄せ下さい。「伊豆歩俳壇」・「いずほ歌留多」にも一句・・・皆様のご参加をお待ちしています。</p> <p>伊豆歩倶楽部事務局 TEL&FAX 0558-22-5456 〒415-0038 下田市大賀茂301 笹本社長 あて</p> |
|---|--|---|

下田市吉佐美 ペンション ゲストハウス アーヴァン

和室・洋室お好みに合わせて・・・、人数に合わせてチョイス！☆
観光・サーフィン・ウォーキングなどなど・・・
伊豆の秋を満喫！
※「Walkingを見て」とご予約下さい。10%割引サービス中☆☆☆☆☆

静岡県下田市吉佐美2620 0558-23-2635

<http://www.e-urvan.com> info@e-urvan.com



和室8畳【バストイレ付】・一例