

# ウォーキングだより NO. 244

2025. 11 月

発行：スポーツ連盟三重 ウォーキングクラブ 発行責任者：井岡大義

## ○10月の例会報告

◇31日(金) 北総門山

【参加者】井岡(智)、井岡(大)、辻岡、西村、濱口(和)、濱口(安)、藤崎、松本 計) 8名

2022年、道に迷いヒルの巣窟に踏み込み散々な目にあった北総門山（標高 706m）にリベンジで再挑戦しました。天気予報は中勢は昼から、南は朝から雨…、迷いましたが 25 日予定の始神峠も雨で中止だったので、「家を出る、誰かと話す」ことが認知症予防に重要なことに鑑み思いきって出発。9:00 に



北総門山登り口

奥伊勢フォレストピアに集合し、北総門山登り口近くの駐車場に移動し 9:15 登山開始。雨が降り出したら下山することにしました。「熊出没注意」の看板を見て、鈴やラジオを鳴らしながら進みます。それなりの急坂に喘ぎながら登り、すぐに雨が降りだすだろうと半分諦めていましたが、奇跡的に降雨は無く、ほぼ山頂と同高の東屋に 10:45 到着（最終目的地の展望台には尾根伝いに約 1 キロ）。ここで、ばて気味で登りながら降雨を願っていた人の祈りが通

じたのか雨がポツポツ…。予定通り下山することにしました。所々迷いながらも無事駐車場に帰着した時には結構本降りに。身体も冷えていましたので、弁当は持ち帰ることにし奥伊勢フォレストピアのレストランで昼食をとることにしました。暖かいレストランで舌鼓を打ち、更に温泉まで堪能してから帰路につきました。ヒルの悪夢を払拭する大満足の一日でした。 （井岡大義）



東屋前で

## ○11月の例会報告

◇9日(日) 全国交流ウォーク大津

【参加者】井岡(智)、井岡(大)、木村、竹上、西村、新田、松本、丸林、米倉(哲) 計) 9名

全国交流ウォーキング協議会主催「全国交流ウォーク IN 滋賀」に参加しました。ABC の 3 コースがあり、A コースは JR 石山駅—瀬田川沿い散策—瀬田の唐橋—石山寺—京阪石山寺駅—大津港への約 5

\* A、B コースは JR 大津駅—長等神社—三井寺—びわ湖疎水—大津港への約 5 キロ、C コースは京阪坂本比叡山駅—穴太積みの石垣—日吉大社—山の辺の道—西教寺—大津港への約 5 キロです。竹上、丸林は



A コース、井岡(智)、井岡(大)、木村、西村、新田、松本、米倉(哲)の 7 名は B コースを歩きました。午前中で終了し、全員昼に大津港に集合し、弁当を受け取り食事後解散しました。残念ながら朝から雨で、

昼前には本降りという悪天候下のウォーキングとなりましたが、200 人を越す全国の仲間と交流しながらの名所めぐりは有意義でした。

※8 日(土)

井岡(智)、井岡(大)、木村、西村、新田、米倉(哲)の 6 名は前日(8 日)から参加しました。夕刻大津港から遊覧船「ミシガン」で出航し 1 時間ほど琵琶湖遊覧を楽しみ、「びわ湖大津プリンスホテル」での前夜祭に臨みました。葦笛の演奏、コーラス、全国の仲間の報告、出し物…、それに飲み放題、楽しい時間を過ごして「東横イン琵琶湖大津ホテル」に宿泊し 9 日のウォーキングに備えました。 (井岡大義)



## ◇17 日(月) 波瀬 泰雲寺

【参加者】飯田(一)、飯田(尚)、和泉、伊藤(孝)、伊藤(ま)、稻富、井岡(智)、井岡(大)、西村、濱口(和)、濱口(安)、藤崎、別所、松本、丸林、米倉(ク) 外) 辻岡、村瀬 計) 18 名

【コース】波瀬道の駅—泰雲寺—植物園—波瀬道の駅

秋がなく冬が急にやってきた感じの 11 月 17 日の月曜日、紅葉で有名な松阪市の波瀬にある泰雲寺に行ってきました。

天気に恵まれない最近の例会ですが、今日は青空が広がり風もなく絶好のウォーキング日和です。車の乗り合わせで来た 18 名が飯高道の駅に 9 時 30 分に集まり、そこから改めて車に乗り換え、歩き始めの場所になる波瀬の道の駅に向かいました。道の駅の駐車場で簡単な行程を説明の後、服装などを整えて 10 時過ぎ泰運寺に向けて歩き始めます。旧和歌山街道に入るところで皆さんの元気のあるうちに恒例のベッピンさんをします。その後、街道を進みながら当時の本陣跡や権力者の大邸宅など、昔の賑わいを想像させてくれる建物が目を楽しませてくれます。そして街道に沿って十分にきれいな紅葉がウォーキングに彩りを加えてくれます。

和歌山街道を進み泰運寺の標識がある小さな広場で左折し、参道に入ります。歩みを進めるとすぐに大きな木々が細い道を覆い、鬱蒼とした雰囲気が人里離れたところに建てられたお寺の歴史を期待させてくれます。なだらかな上りの道を 30 分ほど進んで息が上がる頃に、泰運寺の広い境内にある赤や黄色に彩られたイチョウやもみじが視界に入り、皆さんから黄色い声? の歓声が上がります。木の大きさや太陽が差し込んだ木漏れ日の見事さは何とも言



いようがないくらいきれいです。紅葉が今を盛りのよう在我々を歓迎してくれ気分は一気にハイの状態になってしまいます。ここでも当然のようにベッピンさんです。しばらくの間、お寺のガラスに写った紅葉や八角形をした珍しい釣鐘を楽しんだ後、寺を後にして昼食場所として予定していた植物園に向かいます。植物園に到着後、事前に申し込んでいた東屋の使用をお願いすると、園の好意で園内の特別な東屋を提供してくれました。ここで食事した後、広い園内を 1 時間にわたって案内して頂き、皆さん多くの質問等をして満足していました。

最後に園の人にお礼をして、出発した波瀬の道の駅に戻り 14 時過ぎ今回の行程を終了しました。

久しぶりの青天の中、歩き始めから 4 時間ほどの時間でしたが、泰運寺の素晴らしい紅葉で胸が、特

別な東屋での昼食でお腹が、植物園のたくさんの花や木の説明で頭が一杯になった、満足度 120% の楽しいウォーキングでした。 (西村重成)

おまけ

誰だって秘密にしておきたい思い出が一つくらいはあるものだ ( ^ ^ )

#### ◇22日(土) 赤目 48滝・長坂山トレッキングコース

【参加者】伊藤(ま)、井岡(智)、井岡(大)、上野、辻岡、西村、濱口(和)、濱口(安)、藤崎、別所、松本、丸林、米倉(ク) 計) 13名

2020年から5年ぶりに長坂山トレッキングコースを歩きました。赤目口駅発9:10のバスで赤目滝へ。渓谷入口の日本サンショウウオセンターで入場料1000円、前回は500円だったのでビックリ! 景観保存料のこと。行者滝、銚子滝、靈蛇滝、不動滝、乙女滝、大日滝等々、滝と清流を愛でながら進みます。10:35 トレッキング



コース登り口に到着。ここでプラチナ予定だった伊藤さんが、一人では寂しいと頑張って皆と登ることに(最後まで元気で無事完歩できました)。長坂山トレッキングコースは2つ山があり、最初の名もない山が610mで後の長坂山584mより高いのです。登りだしてすぐ階段の急坂が続き、片方は絶壁という疲労とスリルを味わえる登りでした。皆喘ぎながら休み休み登り、11:10分、頂上のA4地点に到着。ここから暫く平坦な道を進んでから下り



林道へ。林道を200mほど進んで長坂山登り口・パノラマコースへ。こちらは同じような斜度の登りで皆元気に登り 12:00 ビューポイントに到着。眼前の紅葉の大パノラマに皆声をあげました。もちろん、ここで絶景をおかずして昼食です。食後、12:30分に出発、12:35 長坂山三角点で証拠写真をパチリ。それからは延々と続く枯葉の絨毯の下りを滑らないように進み、13:00 車道へ到着。駐車場待ちの渋滞車両に驚きながらも13:15 無事バス停に到着。13:40分発のバスで帰路につきました。

快晴の下、前回の泰雲寺に続いて素晴らしい紅葉狩りができました。 (井岡大義)

○12月の例会 集合場所・時間 12月は全コースがプラチナ可能です

◇3日(水) 養老 スポーツ祭典

集合場所・時間：養老線・養老駅 10:10 要弁当

第14回のスポーツ祭典です。自然の恵み豊かな孝子伝説の舞台、養老公園を日本三名瀑の一つといわれる養老の滝を目指して歩く約6キロです。スポーツ祭典のため会員も300円徴収します(連盟員以外500円)。

◇14日(日) 椿大神社・宮妻もみじ谷コース

集合場所・時間：椿大神社第1駐車場 9:00 弁当不要

車の乗り合わせで行きます。必要な方は井岡まで連絡ください。椿大神社には第1~3まで駐車場があるのでご注意ください。午前中に終る予定ですので弁当不要です。ウォーク後、椿会館で食べるも良し、食べずに帰っても良しです。約6キロのコースですが、川を渡るので滑りにくい防水の靴がお勧めです。

◇20日(土) 忘年会

集合場所・時間：11:00 炉庵

今年も「炉庵」で開催します。例年同様、集中ウォークとしますので、各自コースを考案してください。会費は2,000円で、飲み代は各自負担になります。人数制限がありますので早めに申し込んでください。「炉庵」は「アスト津」地下です。

◇25日(木) 山科・大石神社

集合場所・時間：亀山駅発 8:03 関駅発 8:10 に乘ります 弁当不要

切符は山科駅まで買ってください。昼食はお店に入りますので不要です。赤穂浪士の討ち入り話を語りながら歩く約7キロです。

次回運営委員会

12月 23日(火) (15:00)

河芸井岡宅