

蓼科高原ウォークに参加して

H・N

今年は例年になく猛暑日が続き、熱中症がこれほど騒がれた年もない。「暑さ寒さも彼岸まで」というが、今年はどうなっているのか。この暑い最中だが、8月の定例ウォークを実施。『真夏でも涼しい蓼科高原、小川のせせらぎを聞きながら森林浴を楽しみませんか』のキャッチフレーズに期待していざ出発。富士宮を出発する時は霧雨が降っていたが、スタート地点の尖石縄文考古館近辺の天候は快晴。軽い体操の後、参加者89名が真夏の蓼科ウォークを開始。日射病・熱中症の心配もあるので、早めの休憩と水分補給に心がけ、蓼科湖を目指して歩き始める。暫くは雑木林の中で涼しく快適に歩けたが、林を通り抜けると一変して真夏の太陽が容赦なく照りつけ、汗が一気に噴き出す。こまめに水分を補給する。早く木陰が来ないかと願いつつ歩く。暫く歩くと雑木林に入り、ゴルフ場が見えてきた。涼しい風が吹いてきてほっとする。ゴルフ場を左手に見ながら進むと車道に出た。軽い上り坂を登っていくと蓼科湖に到着した。湖畔の涼しい木陰で昼食と、しばしの休憩をとる。

昼食後は、横谷峡入口まで歩き、そこからバスで横谷観音入口へ移動。ここからが本日のメイン『緑とマイナスイオンがいっぱいの横谷溪谷滝めぐりのハイク』のスタートです。展望台から急坂を下っていくと、少しずつせせらぎの音が聞こえてきた。心が癒される。川の流れるにそってしばらく歩いて行くと、木々の間から流れるように落ちる「王滝」が見えてきた。一枚岩、鷲岩、などを見ながら歩くと、続いて「霧降の滝」この滝は、冬には氷瀑して、全く違う趣を見せてくれるそう。暑さでほてった身体に、霧で少々湿った空気がとても気持ちがいい。遊歩道の所々でスケッチを楽しむ人の姿が目に入る。最後は「乙女の滝」20m程の高さでしょうか、勢いよく飛び出す水しぶきでまわりはマイナスイオンたっぷり。・・・乙女というには勢いがありすぎるような気もするけれど。清冽な水しぶきと、空に飛び出すような滝は、イマドキの元気な少女かな?・・・と誰かが言っていた。

ここでハイキングは終了。とても爽やかで、程よい足の疲れと心の充実を味わったコースでした。皆さん本当にお疲れさんでした。次回は紅葉のころに来てみたい。

追伸 「温泉でひと風呂浴びて行きたかった」

蓼科高原ウォーク

佐野 和彦

里山のせせらぎつたふ吾赤紅

爽やかに土偶ヒナス尖石

山滴る大慈大悲の観世音

天竜を下る伊那路一泊ウォーク

梨むくや甘き雫の指つたひ

手を繋ぐ青い山脈秋灯

滔々と天竜峡や秋の雲

飲物を汗に二日のウォーキング



天竜を下る伊那路一泊ウォークに参加して

外川 純一

今回、自分の体力を知りたいと思い参加しました。前夜、期待と不安でよく眠れずに朝になりました。集合場所に20分も早く着いてバス乗車、参加者43名で出発。9時半にスタートの松川岡中央公民館に到着。スタート前の準備体操、身体をほぐしてから旗を先頭に出発。コース沿いにはリンゴや梨の木があり歩きながらの眺めも最高。今年は異常気象で、9月に入ってから猛暑日もあり、今日もかなり暑い一日になりそう。途中の休憩場所ではみんな熱中症に注意、日陰で水分補給をする。一日目のお楽しみ、リンゴや梨の食べ放題「JA果実選果場」での休憩では、静岡県人の性分でリンゴや梨を買い込み、バスのトランクは満杯となる。リンゴや梨も皆さん一杯いただいて、昼食場所に向けて出発。昼食の豊岡村役場では初参加の私も仲間に入れて貰い、皆さんの手料理を美味しく食べ、楽しいお昼タイムを過ごせました。午後もかなりの暑さの中、予定通りに出発。コースは日陰も多くて助かる。途中、アイスや氷の差し入れてでホットー息する。石段の上りがあったり、山道だったり一寸大変なところもあったが無事ゴール。今夜の宿、久米川温泉へ向かう。午後4時頃宿に着き、露天風呂でゆっくりする。6時から宴会も楽しく過ごすことが出来、役員さんに感謝の思いで布団に入り、後はダウン、ぐっすりと休む。

ウォーク2日目、今日も快晴で暑くなりそう。今日のウォークは途中の弁天港から「天竜舟下りコース」と、歩いてゴールの時又港までのコースに分かれる。30人は待望の舟下り、歩くのは11名のみとなる。弁天港で別れ天竜川沿いを歩く。水神橋上では舟下りの仲間を見送り、ゴールの時又港を目指す。ウォーク後半は天竜川が見え隠れする曲がりくねった道を車に注意しながら歩き、皆かなり疲れてきた。ゴールまでもう少しという所で、先に舟で下った役員さんの出迎えは本当に嬉しかった。そこでいただいたジュースの美味しさが忘れられない思い出になる。昼食後のミステリーウォークはJRの常設ウォーキングコース。天竜峡を1時間くらい廻り、途中の吊り橋から眺める天竜峡は素晴らしい。本当に楽しい2日間でした。体力にも自信が持てたので、又機会があったら参加したいと思います。本当にありがとうございました。

計 報

昨年の春、奥様の泰子さんと富士宮歩こう会に入会された佐野覺さん(享年75歳)が風邪で体調を崩され、9月17日急逝いたしました。入会されてからの年月はまだ浅いのですが、ほとんどの行事にいつもお二人で参加、月例ウォークを楽しみにしていました。

9月26日実施する旧甲州街道台が原宿ウォークも参加予定でした。謹んでお悔やみ申し上げます。

10月事務所休業日

2日(土) 3日(日) 6日(水) 13日(水) 17日(日)
20日(水) 23日(土) 24日(日) 27日(水)

◆いつでも気軽に立ち寄り下さい。お待ちしております◆