

5月  
阜月



# 歓歩

第104号  
2013年5月1日発行

NPO法人  
福井県ウォーキング協会

910-0006 福井市中央1丁目9-29

TEL fax 0776-28-6980

メール fukui-walking@cube.ocn.ne.jp

HP http://fukui-walking.sakura.ne.jp

## 第22回 若狭・三方五湖ツーテーマーチ

ラムサール条約の三方五湖と若狭熊川宿を歩こう

仲間と共に参加してわかさの阜月を満喫しよう

観歩！ 感歩！ 歓歩！ 完歩！ 汗歩！



5月17日(金) せっかくウオーク 10km(事前申し込み)

5月18日(土) 若狭鯖街道 40・20・10・7キロメートルの4コース

5月19日(日) 五湖一周ふれあいの道 40・20・10・7キロメートルの4コース

### 5月例会 東尋坊・荒磯のみちと 三国湊を訪ねる

(年間完歩賞 500選 I V V 対象)



東尋坊

日時 5月6日(月・振替休日) 8時30分  
集合場所 三国運動公園(越前日本海の集合所と同じです)  
解散場所 三国運動公園  
距離 Aコース 18キロ Bコース 12キロ  
コース A 運動公園⇒三国湊座⇒東尋坊⇒雄島⇒清水農園⇒運動公園  
B 運動公園⇒三国湊座⇒東尋坊⇒運動公園  
アクセス JR敦賀→武生→鯖江→福井  
JR芦原温泉→福井  
えち鉄 福井から毎時30分 00分  
三国湊まで40分 徒歩15分

### 5月例会 越前陶芸まつりを 見に行こう

(年間完歩賞 IVW 対象)



陶芸まつり

会場の陶器市では窯元の新作をはじめ、数多くの越前焼を通常価格の2~3割引きで購入でき、その他に焼き物オークション、雪ん子餅つき、歌謡ショー(川本ユキ・神野美伽)が楽しめる。

日時 5月25日(土) 8時30分  
集合場所 JR武生駅前  
解散場所 越前陶芸村(まつり会場)  
距離 約15キロ(短縮なし)  
昼食 太陽の広場  
コース 武生駅前⇒中央公園⇒大虫神社⇒大虫滝⇒安養寺トンネル⇒安養寺保育園⇒太陽の広場⇒越前陶芸村(祭り会場)  
アクセス 福井8:04→武生8:24  
敦賀7:42→武生8:13  
解散後の交通 陶芸村からJR武生駅間の無料バス  
12:40 13:40 14:40 15:40 16:40

### 平成25年度総会

日時 平成25年5月26日(日)  
9時30分~12時  
場所 福井市地域交流プラザ(アオッサ)  
福井県民活動センター7階 706 707号室  
議題 24年度事業・会計報告  
25年度事業計画・会計予算  
役員改選 年間完歩賞表彰など  
※ 総会のご案内は、追って通知します。

情報満載のホームページを訪れて  
みてください

福井県ウォーキング協会

検索

## 春らんまん・花の中を歩くーカタクリの里大野

4月14日 花・風・空 文句なしのウオーキング日和りの矢ばなの里大野を歩きました。10時集合、108名の参加者が元気に牛ヶ原駅を出発、一路矢ばなの里へ。地域の方が整備し、育てた矢ばなの里の3ヘクタールに生えそろうていました。100万本のカタクリの花は最盛期を過ぎたものの誠に見事でした。これだけのものを育て、管理している地域の人たちの熱意に感心しました。どこの地区でも今は弱くなっている地域の団結力がここでは力強く機能しています。咲き始めたシバサクラ、ラッパスイセン、コブシ、スマレ、ヤマブキ etc、あらゆる春の花が一斉に咲き誇っている。春爛漫の花を愛でながら、田植えの準備が始まった野道を心身ともにリラックスしてゆったりと歩く楽しいウオーキングでした。



大野城に登って昼食をとり、寺町、七間通り、お清水を回り、イトヨの里会館を見学して14:00に解散した。大野駅へ戻ったときには15kmの歩行距離になっていました。

## 600人の大ウオークー平成奥の細道ウオーク

4月19日(金) 坂井市東十郷公園～福井市東公園 27キロ

20日(土) 福井市東公園～JR武生駅前 23キロ

21日(日) 越前市総社～南越前町今庄 21キロ



1日目、晴れたら良いねと思っていたら、晴れました!! 2, 3日目も雨の予報にもかかわらず歩いている時はほとんど雨に逢いませんでした。でも、さむ~い、三日間でした。

最終の11年目を迎えた本隊500余名と福井での部分参加1日平均60名で構成されたウオークでした。本隊は松尾芭蕉隊・坂本龍馬隊・正岡子規隊などの大きな幟を中心に分かれてのウオークは、それはそれはみごとなもので、これを見た通りがかりの人は、さぞかしびっくりしたことでしょう。福井のみの参加者は河合曾良隊(デイリー隊)と称し、いちばん最後の隊列と

なりました。

桜も終わり、西山公園のつつじもつぼみ固しでしたが、麦の若穂が盛りで、途中、福井市内の循環器病院そばで、防災ヘリによる救助訓練を間近に見たり、下校途中の小学生との元気のよい挨拶交流ができたり、蓮如上人のお渡りを待つ南越前町のお年寄りの方々の様子をみたり、県外のウオーカーに福井県人のよい所をたくさん見ていただいたのではと思いました。北風の吹く10度にも満たなかった三日目の昼食は暖房のきいた南条公民館でとることができ、参加者の皆さんはウオーキングを満喫されて帰られたようです。

## 第3回ウオーキング教室

3月31日 福井県立青少年センター、午前9:00~11:30 参加者 19名(一般会員 9名、講師1名、指導員9名)

先ず 中村副理事長より挨拶。要点は ウオーキングの五徳についてでした。

① 健康、② 自然との触れ合い、③ 出会い、④ おしゃれ、⑤ 行先々の食べ物の5つが人によって目的とも楽しみともとれるとのこと。

次、本日のコースの地図の見方を説明。ストレッチ体操をして、カルチャーパークを通り兎越山に向い参加者とコミュニケーションを取りながらのウオークでした。途中、歩くときの姿勢や歩幅などの体験を入れながらの6キロほどのウオークは好評でした。



センターにもどり、ウオーキングは年齢を問わず自分のペースで何時でも、何処でも、しかも一人でも好きな時に自由にできる。その結果足の筋力もついてきて老化防止にもなります。老化の始まりは脚からと言われていますが、脚は第二の心臓と言われており、血液が全身に流れると同時に酸素・栄養素も全身に運ばれます。よって多少の肩こりや腰痛は解消されるそうです。こんな話で参加者が大変喜んでくれたことが、今日の大きな収穫でした。



## 6月例会

詳しい事は来月号で

### 敦賀シトロ海道に行く

日時 6月30日(日) 9時00分  
集合場所 敦賀駅前  
解散場所 敦賀駅前  
距離 15キロ  
昼食 金ヶ崎宮 年間完歩賞 IVV 500 選対象

## 企画部

### 勝山恐竜クロカンマラソンウオーク

6月9日(日)

えち鉄福井駅始発6時34分にて勝山到着 駅よりシャトルバスあり

車は弁天駐車場よりシャトルバスあり

8時 ウオーク スタート

協力行事となりますので、IVVなど押印あります。押印場所は折り返し点(制限時間9時45分)とします。

25年度第1回福鉄沿線ウオーク

### 「近松の里・西山のつつじ・誠市」

日時 5月12日(日) 9時集合  
場所 福鉄鳥羽中央駅  
参加費 100円  
問合せ先 0778-78-0005(渉外部)  
主催 福井鉄道(株)

## 第4回あわら温泉・花菖蒲ウオーク

日時 6月16日(日)  
場所 あわら市北潟湖畔公園 管理事務所前  
距離 16・10・4キロメートル  
パンフレットを同封します。できるだけ事前申し込みをお願い致します。  
年間完歩賞 IVV 対象

## 旧街道ウオーク6

(福井ライフ・アカデミー連携事業)

### 北陸道 5回目(全6回シリーズ)5/28

日時 5月5日(日) 9時~15時  
集合場所 JR武生駅 受付8時30分  
(詳細は歓歩4月号で)

### 北陸道 6回目(全6回シリーズ)6/28

日時 6月2日(日)  
集合場所 JR今庄駅 受付7時30分  
ゴール 15km 栃ノ木峠 12時30分  
27km 椿坂集落 16時30分  
いずれも栃ノ木峠にて昼食、15kmは昼食後バスにて今庄駅へ、27kmは椿坂よりバスで今庄駅へ。  
アクセス 敦賀7:21分発 今庄7時38分  
あわら温泉6:35分発 福井7時06分発 今庄7時41分  
参加費 ・FWA会員200円 他協会会員300円 ー500円  
・初めての参加者は登録費1,000円 バス代1500円このコースは事前申し込みとなっています。

## 行ってきました

## とっておきの隠岐へ その2(完)

水崎亮博

### 2日目 西ノ島 国賀海岸(魔天崖ー観音岩) 鬼舞展望台

まずは浦郷からタクシーで国賀海岸展望台へ、ここも牛の放牧地であるが牛のほかに野生の馬が4~5頭群れている。斜面の草木は放牧牛にきれいに食べつくされて裸状態になっており、360度見渡せる。山頂から崖沿いに観音岩までの下りコースが良かった。途中魔天崖の絶壁も見えたし、さまざまな岩の造形、地層の褶曲を見ることができた。観音岩は海中に観音様の形に見える岩がすくっと立っている。夕日が沈む際にこの観音様の頭に太陽が落ちる様子に遭遇するとなんとも言えない崇高な気持ちになるようだ。一旦浦郷へもどり、タクシーで鬼舞の夕日を見に行ってきた。ここも展望がよく遠くに松江の市街や大山を見ることができた。

### 3日目 島後 西郷港ー玉若酢命神社ー国分寺跡

島後は沖で最も大きい島である。人口が15,000人で高校が2校もある。西郷港から10キロコースで玉若酢命神社へ行く。天候も晴れ上がって絶好のウオーキング日和になった。老人ウオーカー6人はすっかり元気になって道行く人に「こんにちは」と声をかけながら歩く。玉若酢命神社は隠岐を代表する総社で境内には若狭比丘尼が植えたという樹齢千年の大杉があった。国分寺跡の石段はまぎれもなく青々とした笏谷石であった。タクシーの運転手も言っていたが隠岐は北前船の寄港地で越前若狭と繋がりがあったところである。



民宿のもてなしも素朴でよかったし、日本海の魚をたっぷり味わえた楽しい旅であった。

赤ハゲ山

## 会員紹介

### 谷口荒夫さん

今月は越前市にお住まいの谷口さんです。例会のウォーキング途中で時折、美しい澄んだ音色が聞こえてくることはありませんか。谷口さんの指笛です。2月のザゼンソウウォークの琵琶湖周航館では、きりっと直立不動で、大きな声を出して歌っていた谷口さんの姿を見た人もいないかも知れません。ぼくらの子供の頃は、なんにもなかったからこんなことしかできない。と、静かに笑って答えます。楽しんで歌っているというより、一生懸命という言葉が合うように感じます。



谷口さんの過去を聴いていると、衝撃を受けます。14歳の少年は、本当は上の学校へ行きたかったけれど兄弟が多かったため断念し、志願兵として軍隊に入ったそうです。その頃の海軍飛行兵になるということは死につながることであったでしょう。あとは、谷口さんの文章から抜粋させて頂きます。

「海軍少年飛行兵の集団トレードマークは、「若桜の花」でした。国の為に潔く散ってゆこうと、全員が誓い合って猛訓練の連続を耐えてきたが、よもやここに83歳の長寿命を迎えていることは、彼岸に住む両親も笑っていることと思います。あの熾烈な空襲が続く戦時下に福井から三重まで、車外までぶら下がるほど人が溢れるような列車を乗り継いで面会に来た両親です。15～6歳で死んでゆく我が子を一目見ておきたかったからだと言っていたからです。

少し話は変わりますが、今は鎌倉湘南道路が続く海岸線に米軍上陸用舟艇を撃破する為の大型戦車地雷を一個ずつ負って(終戦で不要になった)鶴が丘八幡宮前の段かずらのある道を、八幡宮・東裏山・源頼朝公墓所近くの大洞窟内に数十人の隊員が三日間ほど通い続けて運び込んだ。大洞窟から南方面に続く小高い山の中地下には縦横に2トントラックが走れる洞窟があり、多くの武器弾薬が詰められていたのが目に浮かびます。

戦後、福井にもどり、信越化学で69歳まで運転手として勤めていたときは、ガソリンとジーゼル自動車の整備士免許を取得するなどプロ意識を持って勤め上げた。

趣味としてアマチュア無線もし、登山も好きだそう。登山は少なくなっている代わりにウォーキングを満喫しているとのこと。

谷口さんは『まじめに一生懸命』という言葉が似合う。現代の日本人としての忘れてはいけない魂を持っているのではないでしょう。

## 今後の予定

- 5月5日(日) 旧街道ウオーク北陸道5  
5月6日(振休月) 東尋坊・荒磯のみちと三国  
湊を訪ねる  
5月12日(日) 福鉄沿線ウオーク  
5月11・12日(土・日)  
鯖街道体験ウオーク(小浜市)  
5月18・19日(土・日)  
三方五湖ツーデーマーチ  
5月25日(土) 越前陶芸祭りを見にいこう  
5月26日(日) 総会  
アオッサ7階  
9時～12時  
5月28・29日(火・水)  
オプションツアー  
ちりめん街道丹後王国など  
6月2日(日) 旧街道ウオーク北陸道6  
6月9日(日) 勝山クロカンウオーク  
6月16日(日) あわら花菖蒲ウオーク

## 大会パンフレットあります

事務所に次のウォーク案内のパンフレットがあります。必要な方は、事務所に取りに来てください。事務所が閉まっている時でも取れるようになっています。

5月11日(土) 12日(日)

びわ湖長浜ツーデーマーチ

5月11日(土) 12日(日)

津軽路ロマン国際ツーデーマーチ

5月10日(金) 11日(土) 12日(火)

九州国際スリーデーウォーク(八代)

6月1日(土) 2日(日)

長良川ツーデーウォーク

6月1日(土) 2日(日)

加賀百万石ツーデーウォーク

6月8日(土) 9日(日)

にいがた湊まちしもまち歴史ウォーク

6月1日(土)～3日(月)

とって隠岐スリーデーウォーク

6月15日(土) 16日(日)

SUN-IN未来ウォーク

企画委員会で募集しました「ウォーク川柳」に投稿がありました。いくつか紹介します。

- ・先頭いずこ 後ろを見れば アンカーさん
- ・ウォーキング 最初の一步は あしたから
- ・俳聖さん 偲びて歩く 500人
- ・いにしへの 道をたどりて 無我になる

たくさんのご投稿お願いいたします。

企画担当 堀田まで

## 編集後記

600人の大ウォーキング会。多くの県外のウォーカーをお迎えする福井県協会は、何カ月も前から下見や準備を重ね、当日を迎えました。雨の予報にもかかわらず傘を開くことがなかったことが幸いでした。

また、記事の中にもありますが、フィニッシュ近くになって日の出小学校の下校児童の元気な「こんにちはー」という声、コインを握って蓮如上人を待つ、湯の尾のお年寄り達、全館を暖房で温めて下さった南条公民館の館長さん、福井県の誇りだと思えました。

5月は三方ツーデーなど協会の行事が目白押しです。楽しんで歩きたいと思います。