



京都ウォーキングだより

NPO 法人 京都府ウォーキング協会 (NPO Kyoto Walking Association)

〒600-8148 京都市下京区東洞院通り七条上ル飴屋町249 木村ビル2階

KWA事務所 (休日:土・日曜日、祝日と協会指定日) 開所時間:10:00-16:00

電話:075-353-6464 ファックス:075-352-4600 郵便振替口座:00950-3-78401

ホームページ <http://www.kyoto-kwa.com> 発行者 森田 裕

メール連絡は、上記ホームページからアクセス下さい

新しい年を迎えて

会長 森田 裕

あけましておめでとうございます。会員の皆様におかれましては、清々しい年をお迎えになられたことを、心からお慶び申し上げます。

さて、当協会は特定非営利活動法人を取得して3年目を迎えて協会運営を充実すべく組織の改革を進めてまいります。

今年はさらなる飛躍を目指し、年間33回開催します例会や、3年間にわたった「山城国一周ウォーク」も最終の3回コースを迎えます。過去好評であった「京に咲いた女たち」を、3回シリーズで実施します。

又、22回目を迎えて全国大会規模となった恒例の「新春古都の道ウォーク」や、「京都五山送り火ウォーク」を実施します。酷暑に80キロを二日間で福井の小浜から京都出町柳まで歩く恒例の「さば街道ウォーク」は7月に開催します。

加えて厚生労働省の推進する国民健康運動「健康日本21」と連携する「スマートライフウォーク47」に引き続き取組み、当協会が開催する全ての大会及び例会等で健康寿命をのばすウォークをアピールして参ります。

今年も会員の皆様やウォークを楽しんでいただける参加者のために、「いつまでも歩いていたい京の道」をモットーにスタッフ一同はウォーク運営に努めて参りますので、皆様のご参加を心からお待ち致しております。



新春古都の道ウォーク



京都ツデーウォークにて



鯖街道 いづみ商店街にて

月例会のお知らせ

この印は、JRふれあいハイキングの対象です。

ファミリーコース(自由歩行)

2月11日(祝・水) 14キ□

ちょっと早いバレンタインデー



京に咲いた女たち 紫式部のいきたまち

古典文学の第一人者・紫式部の足跡を再び訪ねます。「源氏物語千年紀」で実施した際には大いに賑わったコースで、供養塔(千本えんま堂)、産湯の井(大徳寺)、生誕の地(雲林院)、墓所、曾祖父の邸宅跡である事から式部も住んだであろう廬山寺など洛中を巡ります。平安京大極殿跡も訪ね、平安時代の京都をしのびましょう。

集合: 9:45(10:00出発)JR 嵯峨野線二条駅

ゴール: 14:30頃 地下鉄・丸太町駅

コース: JR二条駅~平安京豊樂殿跡~大極殿跡~千本えんま堂(供養塔)~大徳寺(産湯の井)~墓所~扇町児童公園~廬山寺(邸宅跡)~京都御苑~地下鉄・丸太町駅

参加費: 会員無料
他協会 300円
一般 500円
先着500名様に
バッジとチョコレート
を贈呈します。



紫式部の像(千本えんま堂)

特別基地 2月25日(水) 14キ□



第131回 北野天満宮梅花祭W

北野天満宮は学問の神様として知られ、祭神菅原道真公の命日に当たる2月25日に開催される梅花祭は900年の歴史があります。境内に約50種1500本ある梅が咲き始める頃で、縁日の出店を巡って、上七軒綺麗どころの野点大茶湯を見物したり、漂う梅の香りを楽しんで下さい。

集合: 9:45 (10:00出発)

JR京都駅中央改札口

ゴール: 15:00頃 JR円町駅

コース: JR京都駅~鴨川河川敷~北野天満宮~JR円町駅

参加費: 300円

健脚コース 2月22日(日) 15キ□ 京都-09
宇治十帖ゆかりの地W[総会W]

「源氏物語」の最末尾の宇治を舞台にした十帖は「宇治十帖」と呼ばれています。第四十五帖「橋姫」から第五十四帖「夢浮橋」まで、それぞれのゆかりの場所には古跡が設けられていますので、物語を思い浮かべながら冬の宇治を巡りましょう。スタート後、古跡を東屋、椎本、手習、蜻蛉とまわり、総角(あげまき)から大吉山に登って昼食です。

午後は、天ヶ瀬吊橋からもみじ谷を通り、白山神社に立ち寄り再び宇治川沿い道に戻って古跡の宿木、橋姫、夢浮橋と巡りJR宇治駅にゴールします。

集合: 8:45(9:00出発) JR奈良線・宇治駅

ゴール: 15:00頃 JR宇治駅

コース: JR宇治駅~東屋~椎本~手習~浮舟~蜻蛉~早蕨~宇治上神社~総角~大吉

山展望台~もみじ谷~白山神社~宿木~橋姫~夢浮橋~JR宇治駅

参加費: 会員無料
他協会 300円
一般 500円



宇治上神社

活動報告

健脚コース

古刹が点在する鷹峯ウオーク

11月24日(祝・月) 晴れ

参加人数: 381名 距離: 12キ□

担当: 第6ブロック(中村リーダー)

380名を越す参加者が参集、北野天満宮に向かいました。休憩後、お土居遺跡を巡り鷹峯の三寺を巡りました。観光客と観光バスであふれかえる中、光悦寺の前に到着。入り口の紅葉トンネルに並ぶ人々を横目に見ながら通り過ぎ、続いて源光庵と常照寺へ。両寺とも、入り口広場が真っ赤な紅葉で彩られ、それらを眺めながら大宮交通

公園に向かいました。今宮神社、大徳寺を巡り、地下鉄・北大路駅にゴール。鷹峯三山の錦秋パッチワークが印象に残った例会でした。



お土居(長坂口)

例会の活動報告

あすkyoフェスタ元気ウォーク

日時: 11月23日(日) 晴れ 距離: 10^{キロ}
 参加人数: 103名 (KWAコース参加者)
 担当: 事務局 (野村リーダー)

京都駅前を出発して、高瀬川をさかのぼり、鴨川河川敷を北に向かいました。出発のころは寒かったのですが、鴨川河川敷を歩くころはポカポカ陽気で、汗をかきました。ゴールの京都府立植物園では、KWAブースが設けられ、ウォーキング教室も開かれました。

特別基地

第128回 東福寺もみじウォーク

日時: 11月27日(木) 晴れ
 参加人数: 357名 距離: 10^{キロ}
 担当: 特別基地 (福島リーダー)

秋も深まって紅葉見物には最適な日和に多くのご参加を頂き京都駅を出発し、五条公園で少し早目の昼食休憩をしました。午後から三十三間堂を通り東福寺に到着。多くの観光客に混じって鮮やかな紅葉が広がる臥雲橋からの眺めは素晴らしく、名残の紅葉を楽しんだウォークでした。

健脚コース

洛北の紅葉を求めて

日時: 11月30日(日) 晴れ
 参加人数: 338名 距離: 15^{キロ}
 担当: 第6ブロック (中村リーダー)

集合場所の国際会館駅を下りると、赤から黄色のグラデーションがきれいなフウの木がウォーカーを迎えてくれました。素晴らしいウォーキングの予感がしました。ちょっと盛りを過ぎていましたが、曼

殊院や永観堂、南禅寺、比叡山から大文字山に掛けての山肌の紅葉を楽しみながら、快晴の洛北を巡りました。



永観堂前のにぎわい

健脚コース

初冬の洛西竹林公園ウォーク

日時: 12月14日(日) 晴れ
 参加人数: 216名 距離: 20^{キロ}
 担当: 第1ブロック (清水リーダー)

よく晴れていましたが寒風の中、震えながら出発を待ちました。スタートしてすぐ長岡天満宮にお参りをして、今日のウォーキングの無事を祈りました。西山公園で列詰め休憩の後、粟生光明寺の前を通り、遠く愛宕山から北山、比叡山までくっきり見える道を行き、大原野神社で昼食休憩を摂りました。午後はラクセーヌを抜けて小畑川河川敷を通り、竹林公園で列詰めトイレ休憩の後、常緑の竹林の道を愉しみながら歩き、JR向日町駅にゴールしました。



竹林の道にて

特別基地

第129回 東寺終い弘法ウォーク

日時: 12月21日(日) 晴れ
 参加人数: 342名 距離: 10^{キロ}
 担当: 特別基地 (福島リーダー)

京都の師走恒例の東寺終い弘法。好天気の中、京都駅を元気に出発しました。京都水族館を経て、西寺跡公園で昼食、体が冷え切らないよう早めに出発し東寺に向かいました。東寺では、多くの参拝客・出店で賑わっておりました。帰路は龍谷大学・大宮校舎をながめKWA事務所に無事ゴールしました。年末の慌ただしさを再認識したウォークでした。

特別協力

龍馬・回天の道W隊京都にゴール

龍馬が維新回天を成し遂げるべく下関から京都まで歩いた道700^{キロ}を、24名の強者ウォーカーが、連続24日かけて踏破されました。最終日の12月15日には、京都ディリー隊127名が樟葉中央公園～霊山護国神社のコースを歓迎ウォークしました。ゴールされた本隊メンバーは、龍馬の墓前に無事到着を報告、互いに偉業をねぎらいあいました。

京都府ウォーキング協会からは、今井幹郎、赤松治さんが本隊に参加。今井さんの参加レポートを最終ページに掲載しましたので、ご覧ください。

龍馬・回天の道 700^{キロ}を24日間で踏破 今井幹郎(KWA 会員)

全行程、24日間700^{キロ}の「龍馬・回天の道」ウォークは、龍馬の足跡をたどりながら要所要所で、現地の歴史研究者などから講話を聞き、旧山陽道を可能な限り忠実にたどるコースでした。各県W協会スタッフの懇切、丁寧なガイドを受けながら、歩行距離は連日30^{キロ}前後とかなり厳しいものでした。お天気はというと、さすが瀬戸内の山陽気候で、私の住む山陰地方と違い、天気には恵まれました。コースには、盛りだくさんな見所があり、圧巻はやはり「萩往還」で

した。日本海に面した萩市から瀬戸内海の三田尻港まで、約53^{キロ}の歴史上も重要な参勤交代の「御成道」であったところでした。石畳の残る急坂は、あいにくの小雨でしたが、滑らぬようスタッフが、用意してくれた荒縄を足に巻いて歩きました。

今回、24日間700^{キロ}のウォークを完歩できたのは、コース設定のほか、宿泊所手配や伴走バスチャーターなどに加えて、現地各協会スタッフの協力があってこそその賜物と感謝しています。



ゴール後、墓前に報告

お知らせ



この印は、JR ふれあいハイキングの対象です。



11月度のKWAウォーキングステーション利用者数: 412 名

ウォーキングステーション(WST)を歩こう!

NPO 法人京都府ウォーキング協会事務所に設置する WST が、「ウォーキングスタッフと歩こう!」という企画で実施している行事を、ご案内します。

第132回 三十三間堂無料公開ウォーク

日時: 3月3日(火) 距離: 10^{キロ}
 集合: 9:45 集合場所: JR京都駅中央改札口
 参加費: 300円

第64回 ふれあいウォーキング教室

日時: 3月18日(水)
 集合: 9:30 集合場所: JR京都駅中央改札口
 教室: ひと・まち交流館 京都(京都市下京区河原町通正面上る)
 受講費: 1000円
 申込先: NPO 法人京都府ウォーキング協会 電話:075-353-6464 ファックス:075-352-4600
 受講希望者は、事前に協会事務局にお申込みください。

[歩育]楽しく、健やかに子供と一緒にウォーク

日時: 2月7日(土) 京エコロジーセンター見学ウォーク 距離: 5^{キロ}
 集合: 10:00 集合場所: JR奈良線稻荷駅
 コース: JR稲荷駅~伏見稲荷大社~京エコロジーセンター~地下鉄・竹田駅
 参加費: 300円

会員を増やそう!

一緒に歩く仲間を一人でも増やすことが KWAの健全な運営に必要です。お友達やご近所の方に声を掛けましょう。

会員数 655名(12月25日現在)

あとがき

松竹梅、葉牡丹などを飾る門松や、しめ縄飾りは新しい年を迎えるにあたり、一年間邪気などが家に入らないよう玄関を清め飾る厳かな日本人の文化です。今年も元気に歩きましょう。

編集 阿部・中川・西田・秦・花満

参加者大募集！ 第6回 京都ツデーウォーク



第6回目をむかえた市民ウォークの祭典「京都ツデーウォーク」が開催されます。メイン会場は JR 京都駅より徒歩10分の梅小路公園です。早春の都大路を楽しんでいただけるよう、梅小路公園を起点に、世界でも人気のある古刹や世界遺産の神社など、名所を巡るコースを用意しております。

国際・日本市民スポーツ連盟、近畿マーチングリーグ公式、美しい日本の歩きたくなるみち500選、オールジャパンウォーキングカップ(AJWC)、スマートライフウォーク47それぞれの認定大会として運営されます。

募集パンフレットに印刷されている参加申込用紙(払込取扱票)に必要事項を記入のうえ、参加登録費を添えて最寄りのゆうちょ銀行、又は郵便局窓口にてお手続きください。インターネット経由でも申し込み出来ますので、申込用紙をご覧ください。KWA例会や事務所で直接受付も致しますので、ご利用下さい。

開催日	コース	受付	出発式	スタート
3/7 土	30km 梅小路公園・清水寺・知恩院・平安神宮・大豊神社・詩仙堂・曼殊院・宝が池公園・上賀茂神社・加茂川・相国寺・京都御苑・梅小路公園	7:00	7:45	8:00
	20km 梅小路公園・清水寺・知恩院・平安神宮・大豊神社・下鴨神社・相国寺・京都御苑・梅小路公園	8:00	8:45	9:00
	10km 梅小路公園・清水寺・知恩院・辰己大明神・鴨川・梅小路公園	9:00	9:45	10:00

開催日	コース (美しい日本の歩きたくなるみち500選・06認定コース 30kmのみ)	受付	出発式	スタート
3/8 日	30km 梅小路公園・泉涌寺・伏見稲荷大社・伏見桃山城・城南宮・東寺・梅小路公園	7:00	7:45	8:00
	20km 梅小路公園・泉涌寺・伏見稲荷大社・城南宮・東寺・梅小路公園	8:00	8:45	9:00
	10km 梅小路公園・泉涌寺・東福寺・東寺・梅小路公園	9:00	9:45	10:00

せっかくウォークのご案内: 3月9日(月) 京都バス大原バス停留所 9:30集合 距離:10*km 参加費:500円

ウォーキングステーション(略称WST)とは

いつでも、だれでも、自主的にウォーキングを楽しめるようにウォーキング基地を設けています。

ナガオカスポーツウオーク館			
長岡京市長岡2-1-1			
電話 075-952-1800			
交通機関 阪急長岡天神駅から徒歩1分 JR長岡京駅から徒歩15分			
開所時間 火曜日～日曜日 午前10時～午後5時			
早朝スタート可			
定休日 月曜日(祝日の場合翌日)			
コース	長岡天満宮・勝龍寺	京都-11	10 ^分
	長岡宮大極殿・光明寺	京都-11	15 ^分
	西国街道・大原野神社	京都-01	25 ^分
	小泉川源流と勝龍寺	京都-11	15 ^分
	長岡京市&八幡市友愛	京都-11	20 ^分

スポーツパレットゴトウ			
京都市上京区河原町通り 丸太町下ル伊勢屋町405			
電話 075-221-6366			
交通機関 京都市バス 河原町丸太町バス停前 京阪電車 神宮丸太町駅徒歩5分			
開所時間 午前11時～午後6時 土曜・日曜・祝日 午前10時～午後6時			
早朝スタート可			
定休日 火曜日 駐車場あり			
コース	金戒光明寺・吉田神社	京都-02	10 ^分
	京の町並みめぐり		12 ^分
	哲学の道・平安神宮	京都-02	13 ^分
	鴨川河川敷	京都-02	16 ^分
	インクライン・清水坂	京都-02	20 ^分
	洛北・下鴨神社(世界遺産)	京都-02	20 ^分

リカーコレクション龍野			
京都市山科区御陵大津畑町 32			
電話 075-581-0130			
交通機関 JR山科駅 徒歩5分 京阪山科駅 徒歩5分 京都市営地下鉄東西線山科駅 徒歩5分			
開所時間 午前9時～午後8時			
定休日 日曜日・祝日			
コース	渋谷街道と大石神社		10 ^分
	琵琶湖疏水と旧東海道		12 ^分
	琵琶湖疏水と醍醐寺		15 ^分

高島屋京都店5階スポーツ用品売場			
京都市下京区四条通り河原町			
電話 075-221-8811(代表)			
交通機関 京都市バス・四条河原町バス停から徒歩5分 阪急京都線・河原町駅から徒歩1分			
開所時間 午前10時～午後3時 (ゴールは午後6時まで) (予約制あり)			
定休日 元日のみ			
コース	黒谷・八坂の塔	京都-02	13 ^分
	牛若丸誕生の地		20 ^分
	新選組&錦市場		16 ^分

山内スポーツ			
京都府亀岡市追分町藪ノ下25番地 11			
電話 0771-22-0901			
交通機関 JR嵯峨野線・亀岡駅から徒歩7分			
開所時間 受付 午前9時～12時 日曜・祝日 午前10時～12時			
早朝スタート可			
定休日水曜日(12月31日から1月3日まで休み)			
コース	明智の城下町		15 ^分
	七谷川桜公園	京都-12	15 ^分
	和らぎの道・出雲大神宮	京都-12	22 ^分

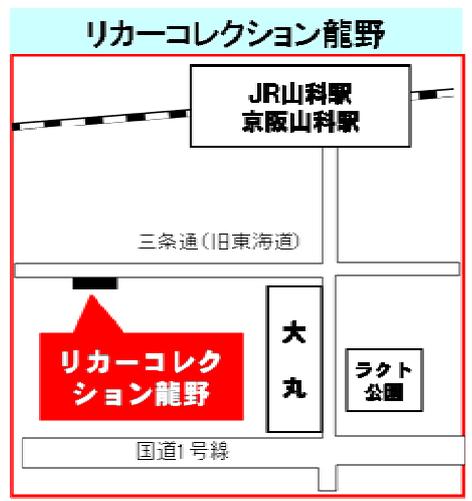
レストラン嵐山 (店舗改装の為休業中)			
京都市右京区嵐山渡月橋東畔			
電話 075-872-5111			
交通機関 嵐電・嵐山駅から徒歩5分 阪急・嵐山駅から徒歩10分 JR 嵯峨嵐山駅から徒歩15分			
開所時間 午前9時半～午後5時			
定休日なし			
コース	松尾大社・苔寺		10 ^分
	大覚寺・嵯峨野散策	京都-07	10 ^分
	御室・妙心寺	京都-07	15 ^分
	御室・金閣寺	京都-07	20 ^分

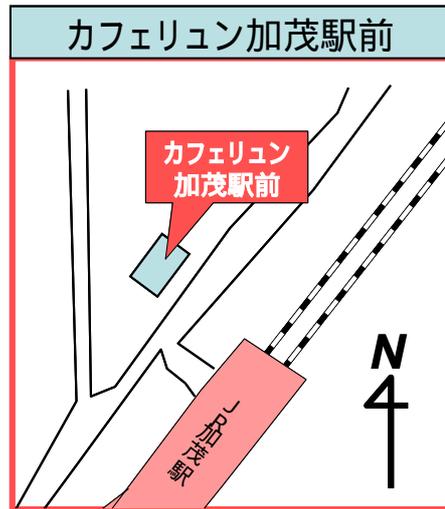
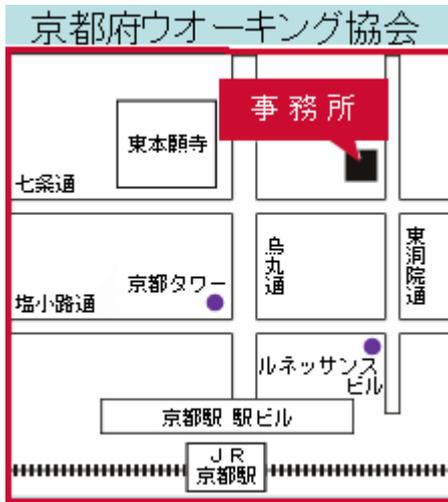
カフェリユン加茂駅前			
木津川市加茂町里東鳥口 6-10	コース	当尾の石仏を巡るみち	京都-05 18 ^キ □
電話 0774-76-7854		鹿背山の自然と大仏鉄道遺構	13 ^キ □
交通機関 JR 大和路線加茂駅西口徒歩1分		瓶原・大井手用水と恭仁京を訪ねる	12 ^キ □
開所時間 午前8時～午後5時			
定休日 木曜日と、元旦			

NPO 法人京都府ウォーキング協会			
京都市下京区東洞院通り七条上ル飴屋町249	コース	京都タワーと下京八景	10 ^キ □
電話 075-353-6464		二条城・京都御所	10 ^キ □
交通機関 JR 京都駅中央改札口から徒歩 6分		平安神宮・八坂神社	10 ^キ □
開所時間 月曜日～金曜日 午前10時～午後4時		新選組	12 ^キ □
早朝スタート可		千本鳥居と竹の下道	京都-06 15 ^キ □
定休日 土曜日・日曜日・祝日と協会指定日		お土居・北野天満宮	京都-02 17 ^キ □
		京都御所・平安神宮	京都-02 16 ^キ □
		西国街道・桂離宮	20 ^キ □
		伏見酒蔵	京都-06 25 ^キ □
		お土居	京都-02 25 ^キ □

ステーションの地図

「トロッコ列車亀岡駅前ふるりの店」は、2014年末で閉店いたしました。長らくのご愛顧に感謝いたします。





京都・山城国一周ウォーク(3年目・完結編)

KWA発足25周年記念行事の「京都・山城国一周ウォーク」も、3年目となり完結を迎えます。全行程約181*^{km}です。今年には右図に示す様に、9月には「太陽が丘公園～黄檗公園～法界寺」、10月には「一言寺～勸修寺～南禅寺」、11月には「金戒光明寺～宝が池公園～上賀茂神社～妙心寺」のコースをウォークします。今年の3コースと全9コースの踏破者に記念品を贈呈します。

亀岡「トロッコ列車亀岡駅前ふるりの店」に代わり「山内スポーツ」誕生

亀岡のウォーキングステーション「トロッコ列車亀岡駅前ふるりの店」閉店の後を受けて、1月1日から新しいステーション「山内スポーツ」がオープンしました。

亀岡市内の小中高校への永年のスポーツ用材の手配はじめ、地域のスポーツ活動へのかかわりをモットーにしております。この度WST開設を機にウォーク関係の商品を充実するためウォーカーの皆さんのご意見を取り入れたいとのことです。



店頭風景

亀岡は光秀の城下町として開け、旧跡も多く自然に恵まれた楽しいコースに満ちています。5月の「光秀祭」や10月の「亀岡祭」は、とても賑わいます。春、七谷川の桜は見事です。(森康一記)



山城国一周コース図