

サロンゆる歩き(ハイキング)ニュース

2023年9・10月号

サロンゆる歩き(ハイキング)事務局

【2309A】シャインマスカット45分食べ放題ミステリー【クラブツーリズム企画】

==難易度：なし==

と き：9月3日(日曜日) 雨天決行

集 合：7時05分 板橋区役所正面入り口付近 ※グリーンホールではありません。

出 発：7時20分

費 用：10,900円

人 数：6名 ※確定しました

申込先：山本 敏夫 電話：

携帯メール、LINE、ショートメッセージ等で

「氏名・ぶどう狩り参加」とご連絡ください。

行 程：

板橋区役所(7:20 発)- 🚌 -池袋(7:50 発)- 🚌 -<美味しいシャインマスカットを求めて～
バスはいったい何処へ行く?? 食事や観光もお楽しみ♪>- 🚌 -池袋(17:40 予定)- 🚌 -
板橋区役所(18:10 予定) (歩行時間0時間00分)

前回の桃狩りの第2弾、今回はぶどう狩り【板橋区役所出発】午前中にご案内！シャインマスカット狩りミステリー、3段玉手箱ご当地グルメの昼食付！ひんやりスポットへもご案内！

【お楽しみツアーポイント】※お土産はなし

- ①皮付きのまま食べられるシャインマスカット狩り食べ放題45分。
- ②シャインマスカット狩りは朝一番(午前中)にご案内
- ③3段玉手箱&ご当地グルメの昼食
- ④シャインマスカットゼリーのデザート付き
- ⑤シャインマスカットのカップアイス
- ⑥ワイナリーでお買い物をお楽しみ
- ⑦残暑に嬉しいひんやりスポットへもご案内

【2309B】築場鮎ランチ&竜神大吊橋&本多ぶどう園&道の駅散策 バスハイク

==難易度：ハイク初級==

と き：9月10日(日曜日) 雨天決行同じコース

集 合：グリーンホール前 午前6時15分

出 発：6時30分

費 用：12,100円(20名の場合) ※未渡橋の方は11,750円

中型バス	140,800円
高速道路往路(王子北～那珂 or 日立南太田)	6,260円
高速道路復路(ましこ～王子北)	5,950円
渡橋料(1名は未渡橋)	19名×350円
	6,650円

鮎松定食（ドライバー分負担）	21名×2,600円	54,600円
本多ぶどう園入園料	21名×100円	2,100円
ぶどう10種前後（各1粒試食）	21名×1,000円	21,000円
運転手寸志		3,000円
振込手数料		165円
	合計	240,525円
	一人当たり	12,027円

※今回日頃お世話になっている運転手の昼食を負担させていただきます。

※事前に収穫された多種のぶどうの量り売りになります。

※飲み物は各自でお支払い。

※残金は会への積み立てとなります。

定 員：25名

申込先：山本 敏夫 電話：

L I N E

「氏名・あゆ参加」とご連絡ください。

※締切は過ぎましたが行きたい方はご連絡ください。

行 程：

グリーンホール出発 6:30==== 王子北 IC ==== 友部 SA 休憩 ==== 那珂 IC==== 本多ぶどう園
 ==== 竜神大吊橋==== 大瀬観光やな（昼食） ====道の駅もてぎ ==== 道の駅いちかい====
 道の駅ましこ==== 真岡 IC====グリーンホール（解散）※本多ぶどう園：常陸太田市馬場町 792
 （歩行時間 0 時間 45 分）

【お薦め】

- ①「本多ぶどう園」有料ですが事前に多品種試食をお願いしています。購入は収穫されたぶどうの量り売りです。
- ②「竜神大吊り橋」橋の長さは375mあり、歩行者専用の橋としては日本最大級の長さを誇ります。有料ですが渡ってみる価値はありそうです。吊橋に設置されている3箇所の「のぞき窓」から、湖面を覗いてみてください。高さ最大100mのスリルを体験できます。
- ③「大瀬観光やな」那珂川最大のやな。やな場の面積、漁獲量全国第1位。「天然遡上全国第2位」の鮎の名産地です。やなの醍醐味は、那珂川の力強い流れを足に感じながらの鮎（あゆ）の手掴みです。特に9月下旬～10月末は、大量の鮎のやな漁の体験ができます。やってみたい方はトライしましょう！ここであゆ料理をビールを飲みながらフルコースを味わってみてはいかがでしょうか。昼食は13時前後、定食内容は鮎の塩焼き・鮎フライ・鮎田楽・子持ち鮎甘露煮・ご飯&味噌汁です。鮎の刺身も別料金でご用意できます。二人でシェアするのもOK。鮎料理がちょっとという方もソースカツ丼やゆず味噌おでん、そば、ラーメン、うな重、蒲焼き、白焼きが時価ですが食事できます。
- ④「道の駅」に立寄ります。盛り沢山なので楽しいですよ！早めにご連絡ください。

【2309C】日和田山

と き：9月24日 リーダーの都合で中止になりました。

【2310A】笠間の栗祭り・大洗海鮮市場 バスハイク

==難易度：ハイク初級==

と き：10月1日(日曜日) 雨天決行同じコース、人数少ない場合電車利用です。

集 合：グリーンホール 午前6時45分

出 発：7時00分 ※集合時間が間に合わない方は事前にご相談ください。

費 用：9,700円(15名の場合です)

バス代(27人乗り)	129,800円
高速道路(王子北～友部)	5,260円
高速道路(友部～水戸大洗)	980円
高速道路(水戸大洗～王子北)	5,870円
寸志	3,000円
振込手数料	165円
合計	145,075円
一人当たり	9,672円

定 員：25名 ※締切は過ぎましたが行きたい方はご連絡ください。

申込先：山本 敏夫 電話：

携帯メール、LINE、ショートメッセージ等で

「氏名・くり参加」とご連絡ください。

行 程：【雨天の場合も同じ行程です】

グリーンホール出発 7:00=== 王子北 IC === 友部 IC === 笠間芸術の森公園・工芸の丘散策=== 友部 IC=== 水戸大洗 IC===大洗海鮮市場 ===水戸大洗 IC === SA休憩===王子 IC===グリーンホール(解散)

(歩行時間0時間30分)






茨城県笠間市にある笠間芸術の森公園で、2023年9月30日(土)、10月1日(日)「第17回かさま新栗まつり」が開催されます。このイベントは栗づくしの1日をたっぷり楽しめる内容で栗拾い体験、スイーツ作り体験など、参加型イベントもあり！イベント会場には、生栗や焼き栗を扱うお店から栗を使ったスイーツ、栗の飲食メニューのお店まで、栗自慢のお店が一堂に会します。スイーツはモンブランをはじめ、和菓子、洋菓子とパティシエのアイディアが詰まったものばかり。栗づくしが楽しめます。また、食べる栗だけではなく、栗をモチーフにしたクラフトのブースも。笠間市の伝統工芸品笠間焼や木工作品など多彩な作品が出展されます。近くには工芸の丘もあり楽しめると思います。この後は大洗海鮮市場に行き新鮮な魚を食べに行きましょう！

※参加人数が少ない場合、電車利用で「栗祭り」のみになります。ご了承ください。

※8/24 現在10名です。

行 程：

池袋駅出発 7:54 埼京線 4 番線  8:02 赤羽 8:10 快速ラビット 4 番線 
9:05 小山駅 9:08 水戸線 15 番線  9:59 笠間駅……………栗祭り会場（笠間芸術の森公園・
工芸の丘散策）…………… 笠間駅～小山～池袋（解散）

（歩行時間 2 時間 0 0 分）

運 賃：3,960 円（池袋～小山～笠間 往復 23.4km）休日倶楽部利用可能です。

笠間駅から栗祭り会場までの往復は陶芸の街を散策してみましょう。

【2310B】霧ヶ峰・八島ヶ原湿原散策（リフトで楽に登る車山） バスハイク

==難易度：ハイク中級==

と き：10月15日（日曜日） 雨天決行

集 合：グリーンホール前 午前5時45分

出 発：6時00分

費 用：12,800 円（15 名の場合です）

バス代（27 人乗り）	147,400 円
高速道路（西池袋～諏訪南）	8,090 円
高速道路（諏訪南～西池袋）	8,090 円
リフト代（片道）@1,600×15 名	24,000 円
寸志	3,000 円
振込手数料	165 円
合計	190,745 円
一人当たり	12,717 円

定 員：25 名

締切り：9月10日（日）午後6時までにご連絡願います。

申込先：山本 敏夫

携帯電話：

携帯メール、LINE、ショートメッセージ等で

「氏名・霧ヶ峰参加」とご記入してください。

※昼食は雨の場合「みたまの湯」でレストランを利用してください。

行 程

グリーンホール前出発 6:00=====談合坂 SA=====諏訪 IC=====県道 40 号=====立石公園立ち寄り
=====車山高原 SKYPARK スキー場↓↓↓↓↓リフト車山山頂……………昼食休憩……………八島ヶ原湿原……………
八島ビジターセンター（バスが待機）=====15:30 諏訪南 IC=====18:30 八王子 IC=====19:30 グリーンホ
ール前

※霧の発生が多い場所です。雨具を忘れないようにしてください。

※前日から霧ヶ峰方面が荒天の場合は「日帰り湯」に変更予定です。

（徒歩時間約 3 時間 0 0 分）

今回はスキー場のリフトを2本乗り継いで車山山頂へいきます。頂上から八島ヶ原湿原まで下りの歩きですが一部上りもあります。靴はトレッキングシューズをお願いします。タウンシューズ、スニーカーはNG。雨天の場合は「山梨みはらしの丘みたまの湯」、日帰り入浴に変更となります。ご了承ください。

【雨天の場合】甲府「みたまの湯」日帰り入浴になります。

費用：9,700円（15名の場合です）

バス代（27人乗り）	121,000円
高速道路（西池袋～笛吹八代）	5,400円
高速道路（笛吹八代～西池袋）	5,400円
みたまの湯入浴料 @700×15	10,500円
寸志	3,000円
振込手数料	165円
合計	145,465円
一人当たり	9,698円

【2310C】箱根・仙石原ハイキング（バスハイク）＝難易度：ハイク上級＝
（ススキの群落と紅葉を楽しむコース）

と き：10月19日（木曜日）（当初計画の月日から月日と曜日変更） 雨天決行

集 合：グリーンホール前 6時20分

出 発：6時30分

費用：①5,500円（参加人員25名の場合）

内訳：中型バス代 111,100円、有料道路代 10,520円（往復）

入園料（箱根湿性花園） 500円×25名＝12,500円

バス運転手寸志3,000円、バス代振込手数料220円

合計金額 137,340円÷25名＝5,494円

（6円は繰り上げて5,500円とさせていただきます）

費用：②9,100円（参加人員15名の場合）

内訳：中型バス代 111,100円、有料道路代 10,520円（往復）

入園料（箱根湿性花園） 700円×15名＝10,500円

バス運転手寸志3,000円、バス代振込手数料220円

合計金額 135,340円÷15名＝9,023円

（77円は繰り上げて9,100円とさせていただきます）

定 員：25名 ※先着順です。抽選は行いません。

一次締切り：9月16日（土曜日）午後5時まで

最低催行人員15名に達しない場合は、バスの取消料が掛からない前にバスをキャンセルします。
その関係で締切りが早くなっています。ご注意ください。

二次締切り：10月16日（月曜日）午後5時まで

最低催行15名に達した場合は定員25名になるまで受付けます。定員を超えた場合は大型バスに変更しますので間際でも受け付けます。

コ ー ス

グリーンホール前 6:30=====西池袋ランプ=====（首都高速～東名高速道路）=====御殿場インター=====仙石原臨時駐車場……（15分）……仙石原すすき草原（散策30分）……（20分）……箱根湿性花園（見学35分）……（15分）……仙石原自然探勝歩道入口……（25分）……温湯（見学・昼食50分）……（50分）……耕牧場舎跡（休憩10分）……（50分）……湖尻水門（見学10分）……（20分）……箱根ビジターセンター（見学30分）=====御殿場インター=====（東名高速道路～首都高速）=====西池袋ランプ=====グリーンホール前

（歩行時間3時間15分）（見学・散策・昼食・休憩2時間45分）（合計時間 6時間）

仙石原臨時駐車場より歩き始めハイキング開始。最初は、かながわ景勝50選の「仙石原すすき草原」を散策します。ただの、すすきの原っぱですが、黄金色に波打つ草原からは、金時山などの外輪山と調和した風景を見ることができます。次に「箱根湿性花園」へ。ここは、湿原をはじめとして川や湖沼などの水湿地生育している植物を中心にした植物園です。この時期に見られる植物は、数は少ないですが、ミズトラノオ、イワシャジン、エンショウハグマ、ヤマラッキョウ、リンドウなどが見られるかも？。残っていれば九月の花、ホトトギス、アキチヨウジ、ワレモコウ、オミナエシ、エゾリンドウ、アサマフウロ、サクラタデ見られるかも。見られればラッキー……

次に仙石原自然探勝歩道を歩きゴールの箱根ビジターセンターをめざしてロングの歩きとなります。多少のアップダウンはありますが歩きやすい道です。最初に温湯（ぬくゆ）にいきます。年間を通じて水温が22℃～24℃の湧水池があります。見学してここで昼食を取る予定です。昼食後、背の高いハコネダケの道から石畳の坂道を上がり、箱根外輪山の浸食崩壊によって転がってきた岩石「ダルマ石」を見ながら、神山や大涌谷の眺めのいい道を歩き、ヒノキ林の中の石畳の坂道を下り耕牧場舎跡へ。ここは、渋沢栄一ゆかりの地の一つ。渋沢栄一は1880年（明治13年）にこの地で牧場開拓を始める。運営を任されたのは栄一の従弟、須永伝蔵。牛乳、バター販売を主に箱根だけでなく東京にも販路を広げましたがそれでも牧場経営は必ずしも順調でなく、1904年（明治37年）に須永が他界したのを機に廃業する。この後は、仙石原サイクリングコースを歩き湖尻水門へ。見学後、最後の見学地「箱根ビジターセンター」へ。ここは、富士箱根伊豆国立公園内の自然情報をわかりやすく展示・解説し、箱根の散策の役に立つことを目的にしている施設です。歩いて来た道を振り返えることができます。見学後、バスに乗り御殿場インターから東名高速道路～首都高速を走り帰路に着きます。

雨 天 時 の コ ー ス

グリーンホール前 6:30=====西池袋ランプ=====（首都高速～東名高速道路）=====御殿場インター=====仙石原臨時駐車場……（15分）……仙石原すすき草原（散策30分）……（20分）……箱根湿性花園（見学35分）=====箱根ビジターセンター（見学30分）=====日帰り温泉・木の花の湯（入浴休憩2時間）=====御殿場インター=====（東名高速道路～首都高速）=====西池袋ランプ=====グリーンホール前

（歩行時間35分）（見学・散策・入浴休憩3時間35分）（合計時間4時間10分）

費 用：①5,600円（参加人員25名の場合）

内訳：中型バス代 112,200円、有料道路代 10,520円（往復）

入園料（箱根湿性花園） 500円×25名＝12,500円

バス運転手寸志3,000円、バス代振込手数料220円

合計金額 138,440円÷25名＝5,538円

（62円は繰り上げて5,600円とさせていただきます）

※別途、各自払いで木の花な温泉の入浴料が掛かります。

1,600円（13時までに入館の場合は1,200円）

費用：②9,100円（参加人員15名の場合）

内訳：中型バス代 112,200円、有料道路代 10,520円（往復）

入園料（箱根湿性花園） 700円×15名＝10,500円

バス運転手寸志3,000円、バス代振込手数料220円

合計金額 136,440円÷15名＝9,096円

（4円は繰り下げて9,100円とさせていただきます）

※別途、各自払いで木の花な温泉の入浴料が掛かります。

1,600円（13時までに入館の場合は1,200円）

雨の場合でも、「仙石原すすき草原」と「箱根性花園」は歩きます。必ずカッパを忘れずお持ち願います。
小雨の場合は「箱根湿性花園」は、傘で大丈夫かと思えます。その後は、雨に余り関係のない屋内施設
「箱根ビジターセンター」を見学し、日帰り温泉・木の花の湯で入浴休憩します。日帰り温泉を入浴希
望しない方は、傘をさして「御殿場プレミアム・アウトレット」で買い物をしてバスに戻ってください。

【2311A】金冠山 816m、達磨山 981.9m、伽藍山 867.4m ※日程変更です

～富士山を眺めながら歩く伊豆の笹尾根～

バスハイク

＝難易度：ハイク中級＝

と き：11月11日（土曜日） 雨天決行

集 合：グリーンホール前 午前5時45分

出 発：6時00分 ※集合時間が間に合わない方は事前にご相談ください。

費 用：11,000円（15名の場合概算です）

バス代（27人乗り）	143,000円
高速道路（西池袋～函南塚本 IC）	6,500円（概算）
高速道路（函南塚本 IC～西池袋）	6,500円（概算）
寸志	3,000円
振込手数料	165円
合計	159,165円
一人当たり	10,611円

定 員：25名 ※早めに申し込みください。

申込先：山本 敏夫 電話：

ショートメッセージ、LINE等でお知らせください。

「氏名・伊豆参加」とご連絡ください。

締 切：10月 7日（土曜日）午後6時

最低催行人員15名に達しない場合は、バスの取消料が掛からない前にバスを
キャンセルします。その関係で締切りが早くなっています。ご注意ください。

行 程：

グリーンホール前出発6:00====SA休憩====沼津 IC====修善寺 IC====R411へ====
船原峠====土肥駐車場スタート……………伽藍山……………達磨山……………金冠山……………だるま山高
原レストハウス（バス乗車）====干物土産物店====沼津 IC====SA休憩====グリーンホール
着（解散）

※靴はトレッキングシューズを履いてください。タウンシューズ、スニーカーはNGです。

（徒歩時間約4時間）

今回、伊豆の海を見ながら富士山に向かって歩く計画です。多少のアップダウンはあります。
 天城峠から西に向かって延びた分水嶺は伊豆山稜線歩道の西の端にあるのが達磨山（一等三角点）。
 達磨山は達磨火山外輪山の最高峰で山頂からは天城山・箱根山・南アルプス・丹沢山・駿河湾と 360 度
 の大展望が観れるのでお勧めです。船原トンネル近くの土肥駐車場から歩き始めます。最初は伽藍山、
 古希山そして達磨山、金冠山と富士山に向かって歩きます。バスが待機している「だるま山高原レスト
 ハウス」まで笹の道をお楽しみください。靴には注意願います。



雨天時のコース

グリーンホール前出発 7:00====SA 休憩====小田原西 IC====小田原城下車…………小田原散
 策…………TOTO小田原漁港の駅…………神社仏閣巡り…………小田原城バス乗車====小田原西 SA
 =====海老名 SA=====西池袋 IC=====グリーンホール（解散）
 ※靴はタウンシューズ、スニーカーでOKです。

（徒歩時間約 5 時間）

【2311B】金沢の街散策と加能蟹会席【日帰り】 ※日程変更です

==新幹線利用==

と き：11月18日(土曜日) 日帰り 雨天決行
 交 通：北陸新幹線（大人の休日倶楽部切符利用がお薦め）
 集 合：7時00分 東京駅新幹線ホーム（大宮ではありません）
 出 発：7時20分 北陸新幹線「かがやき503号」
 食 事：蟹会席を主に味処「高崎」もしくは加賀料理「大名茶家」
 費 用：20,200円（JR往復料金のみです。蟹会席費用別途です。ご注意ください。）

興味ある方リーダーにお問い合わせください。

ニュースへの費用掲載は控えさせていただきます。



JRの切符、大人の休日倶楽部ジパングで各自購入願います。

東京—金沢（片道通常 14,380 円 ➡3 割引き）

金沢—東京（片道通常 14,380 円 ➡3 割引き）

加能蟹会席料理 問い合わせ中

お店の予約の関係で早い締切りになっています。

東京出発 7:20  金沢 ……兼六園……東茶屋 ……会席 ……金沢  東京（解散）
 ※食事・散策の順番は未定です。 （徒歩時間約4時間）
 ※食事後は金沢市内を歩いて散策します。歩きやすいスニーカーでご参加ください。

申込先：山本 敏夫 電話：

ショートメッセージ、LINE等でお知らせください。

「氏名・カニ参加」とご連絡ください。

締切り：9月30日

本場の越前蟹・加能蟹を食べに行きませんか！蟹料理に興味ある方はご参加ください。

◆9月～10月の行事一覧

日 付		行 事 名	内 容
9 月	09月03日(日)	2309A 月例ハイキング	ぶどう狩り（バスハイク・クラブツーリズム企画） リーダー：山本敏夫
	09月10日(日)	2309B 月例ハイキング	栃木築場あゆ料理とぶどう園と竜神吊橋歩き (バスハイク) リーダー：山本敏夫
	09月24日(日)	2309C 月例ハイキング	リーダーの都合により中止 日和田山～巾着田
10 月	10月01日(日)	2310A 月例ハイキング	栗祭り・陶器祭り（バスハイク） (栗のいろいろな体験を楽しむ) リーダー：山本敏夫
	10月15日(日)	2310B 月例ハイキング	霧ヶ峰（バスハイク）「軽(ミニ)登山」 (紅葉と森林浴を楽しむコース) リーダー：山本敏夫
	10月19日(木)	2310C 月例ハイキング	箱根・仙石原ハイキング（バスハイク） (ススキの群落と紅葉を楽しむコース) リーダー：鈴木健二

◆筋トレ・脳トレ・お口の体操の日程表

日 付		行 事 名	場 所・時 間
9 月	09月06日(水)	筋トレ・脳トレ・お口の体操	中丸集会所 10時～
	09月13日(水)	筋トレ・脳トレ・お口の体操	中丸集会所 10時～
	09月20日(水)	筋トレ・脳トレ・お口の体操	中丸集会所 10時～
	09月27日(水)	筋トレ・脳トレ・お口の体操	中丸集会所 10時～
10 月	10月04日(水)	筋トレ・脳トレ・お口の体操	中丸集会所 10時～
	10月11日(水)	筋トレ・脳トレ・お口の体操	中丸集会所 10時～
	10月18日(水)	筋トレ・脳トレ・お口の体操	中丸集会所 10時～
	10月25日(水)	筋トレ・脳トレ・お口の体操	中丸集会所 10時～

8月から開催曜日と時間が水曜日の午前10時からに変更になっております。
 ご注意ください。

◆月 例 ハ イ キ ン グ 報 告 (7月分)

【2307A】林芙美子記念館～トキワ荘通りハイキング ==難易度：ハイク中級==

実施日：7月2日(日曜日) 天候：晴れ

参加者：鈴木健二(リーダー&記録)、飯倉保子、丸山芳江。小柳しず子、苛原加代子、篠原美佐子、
河田すみ、芦谷淑子、高島智子、川村光三、泉本真美、古川禮子、高橋洋子、織部トミ子、
八木下和行、長尾英子、 (男性3名・女13名 計16名)

コ ー ス

中井駅 10:03……10:10 林芙美子記念館(見学) 11:10……11:40 佐伯祐三アトリエ記念館(見学) 12:20……
…12:35 トキワ通り(昼食・自由行動) 13:10……13:15 トキワ荘マンガミュージアム(見学) 14:00……14:05
昭和レトロ館(見学) 14:20……14:25 トキワ荘通りお休み処(見学) 14:40……15:00 お寺カフェ・赤門テラス
なゆた(休憩) 15:40……15:41 金剛院(参拝) 15:51……15:53 椎名町駅(解散)

中井駅北口を上った所の高架下の空き地で自己紹介して出発する。最初の見学場所、林芙美子記念館へ。ボランティアガイド2名の案内で8名と8名に分かれて見学する。閑静な住宅街ある日本家屋だが、知人の家のような落ち着いた、おおらかな雰囲気が漂う場所でした。「放浪記」で知られる作家、林芙美子(1903～51年)が1941年8月から亡くなるまで家族と暮らした家と庭が公開されている。建物と自然が共生しているところが魅力の家と「ふみこの庭」を散策しました。

次に炎天下の中、日陰をえらんで30分ほど歩いて佐伯祐三アトリエ記念館へ。佐伯祐三は、大正10年に現在の新宿区中落合にアトリエ付き住宅を新築した。この地で佐伯が生活し、創作活動をしたのは、米子夫人と長女と共に、フランスに向かう大正12年までと、大正15年に帰国し、再びフランスに渡る昭和2年までの合わせて4年余りにすぎません。しかしこの地、佐伯がアトリエを構え創作活動拠点とした日本で唯一の場所であり、現在も、当時のままの敷地に、大正期のアトリエ建築を今に伝える建物が残されている貴重な場所です。ビデオシアターで30歳で他界した天才画家と言われた佐伯祐三の生涯を見て、本日デビューのボランティアガイドの説明を聞いて次に向かう。

次は、マンガの聖地と言われるトキワ荘通りの中華料理店松葉へ。この店は、多くのマンガに登場するラーメン店。店内には漫画家のサイン色紙が処せましと飾ってある。混んでいて5名しか入れないので、他の参加者には自由行動で思い思いの場所で昼食を取っていただく。昼食後、「トキワ荘マンガミュージアム(有料500円)」を見学する。以前のトキワ荘は1982年(昭和57年)に老朽化のため取り壊されましたが、2020年にトキワ荘のマンガ文化を伝える施設として「豊島区立トキワ荘マンガミュージアム」としてトキワ荘を復元する。トキワ荘の外観やマンガ家の部屋を再現するほかマンガ・アニメファンが楽しめる企画展を行っている。手塚治虫、寺田ヒロオ、藤子不二雄[Ⓐ]、藤子・F・不二雄、鈴木伸一、森安なおや、石ノ森章太郎、赤塚不二夫、ただ一人の女性・水野英子達が住んでいた部屋が復元されていた。それぞれのマンガ家のマンガ単行本も展示してあった。少年少女時代を思い出し、あのマンガは読んだとか、このマンガ本には思い出があるとか、それぞれに昔を思い出して展示物を楽しむ。とにかく熱い。熱中症にならないように冷房の効いた施設を主に見学する。次に「昭和レトロ館」へ。1階のマンガ部屋は有料なのでパスし、無料の2階を見学する。昭和の歴史・文化を次世代に継承するとともに、地域文化の発展及び地域の活性化に寄与することを目的とした部外施設。昭和の暮らしが感じられる展示や、豊島区の昔懐かしい街並みを再現したジオラマ展示されていた。丸いちゃぶ台や真空管テレビなど懐かしく観賞する。次も冷房の効いた「トキワ荘通りお休み処」を見学する。お休み処とは名前だけ、ゆっくり休息できるスペースはあまりない。1階は、関連グッズの販売。2階はトキワ荘の兄貴分、寺田ヒロオの部屋を再現した展示している。見学後、熱いなか熱中症に気を付けながら最後の見学場所の金剛院へ。参拝する前に涼しさを求めて「お寺カフェ・赤門テラスなゆた」に入る。カフェに入らない人もいるのでここで解散する。入らない人は金剛院を参拝して帰路に着く。カフェで30分位休憩して金剛院へ。金剛院は、1522年(大永2年)に創建された名刹。山門は赤門。この当

時、朱塗りの門を作るということは将軍家と縁のある家などにだけ許された名誉あるものであった。マンガの聖地の近くの寺院のためか「マンガ地蔵」が鎮座していた。参拝して、すぐ近くの椎名町駅へ。ここで二度目の解散をする。

金剛院参拝後、板橋区へ。板橋区では、西光院を見学・参拝して板橋区交通公園に行きます。交通公園で童心に帰り遊んだのちに大山駅へと散策する予定でしたが、熱中症か心配なのと、リーダーが大分良くなりましたが、蜂窩織炎(ほうかしきえん)で膝の下がはれて赤くなる病気(バイ菌の感染症)で、あまり歩かないでくださいと医者に言われていますので中止しました。歩き足らない方には、申し訳ございません。お詫び申し上げます。

(記：リーダー 鈴木健二)

【2307B】桃狩り（読売旅行企画）

■実施日：7月16日(日曜日) 晴れ

■参加者：山本敏夫（リーダー）、長田明代、諸星京子、小泊時子、小槲しづ子、飯島英子、鈴木邦子、加藤外志子、林田史子（G）、山口美恵（G）、近藤香恵（G）

(男性1名・女性10名・他乗客29名)

■行程：

成増（2名乗車）===高島平===赤羽===板橋区役所（9名乗車）7:55===<高速道>===石川PA 10:38===笹子トンネル 12:02===勝沼IC===12:29【信玄館昼食】【恵林寺散策】13:30===13:40【ハーブ勝沼庭園】（ハーブ・お花畑の見学）14:40===14:49【シャトーワイン勝沼】15:24===15:45【甲州わさび漬センター】16:05===16:34【白桃狩り園内30分食べ放題】17:10===17:22 笛吹八代ETCゲート===17:25 釈迦堂PA 17:45===19:48 相模湖===20:34 石川PA 20:50===21:35 板橋区役所(到着・解散)

初めて旅行会社のくだもの狩り企画に参加してみた。至れり尽くせりで個人的にはとても楽で気に入った。以前から各旅行会社の昼食付、お土産付きに魅力を感じていた。今まで参加することがなかったので今回ゆる歩きに取り入れてみた。自分が参加して見たかったからだ。ただ出発時間が遅いことがネック、他の参加者の方の乗車が成増・高島平・赤羽となっているから仕方がない。板橋区役所にバスが到着。ほぼ満席だ。西池袋から首都高速に入る渋滞だ。暫くトンネル内をノロノロと走るがどうも埒が明かないのか添乗員から一旦首都高を降りますとのアナウンス。一般道を走り永福から再び首都高速に入る。乗ってもガラガラ、ノロノロと動いている。今日はどうなることやらと呟いてしまう。石川パーキングに入るのも手前200m付近から休憩に入る車で繋がっている。ここで休憩すでに2時間半。渋滞が八王子料金所を通り越し相模湖を超え大月の先まで延々と渋滞していた。笹子トンネルまで4時間。廻る順番も変更し武田信玄の恵林寺横にある信玄館にて山菜おこわと富士桜ポークの蒸し焼き御膳の昼食。昔からあるドライブイン的な2階で昼食、下に降りてお土産・試食で商品販売。さっと通り抜け皆で恵林寺の境内に行き写真を撮る。次にハーブ庭園旅日記勝沼庭園へ。ここで男性スタッフおっちゃん案内でハーブに関するクイズや知識を教えてもらいながらハーブ庭園を巡回。全員がおっちゃんの話術に嵌りハーブ化粧水、保湿ジェル、クリーム、ブルーベリーとぶどう100%ジュースなどを買い求めている。確かに面白いセールストークだった。次はシャトー・メルシャン・ワインワイナリーへ。ここはワインの5種類の試飲とぶどうジュースが飲み放題、ホタテのワイン煮のつまみもあるため、ついつい

試飲カップにワインを注いでしまう。次にわさび漬センター。甲府でわさび漬とは知らなかった。それでも5種類のわさび漬を試食、ごはんのおかずにあうので3個購入。すでに16時。最後の桃狩りだ。バスに乗ったまま畑まで案内されバスから降り畑に入ると一人一人に小型ナイフを渡され各自見本の桃を取り食べてみる“甘い”食べ終わると気になっている大きな桃を取り剥いて食べる。固めな白桃でまだ若干甘さは薄いけどしっかりした触感で好きだ。30分間の食べ放題で4個食べたが、それ以上は口に入らなかった。30分で十分だと思った。甲府の桃狩りを堪能し東京へ向かう。高速に乗り最後のお土産じゃんけん大会があった。添乗員さんと全員で松坂牛切り落とし200gがもらえるじゃんけん大会が2回開催。結果うちの会員は全滅でした。釈迦堂パーキングを17時25分に出発。石川パーキングに休憩し板橋区役所に21時35分に到着。添乗員と参加者、運転手にお礼を伝え下車し解散となった。お土産の桃2箱が重かった。お疲れさまでした。

【2307C】安曇野・白馬散策【JR新幹線/レンタカー利用】

■実施日：7月22日(土曜日) 晴れ

■参加者：(L) 山本敏夫、田中有子、高島智子、中山榮子、新井亜由美、四條妙子

■行程

池袋駅 6:16 ——— 6:47 大宮新幹線 7:17 あさま 601号 ——— 8:37 長野駅 9:00 ===
レンタカー移動 === 松本城 === 大王わさび農場 === 美麻村蕎麦山品 === シェラリゾートホテル
古民家の湯温泉(入浴) === 白馬オリンピックスキージャンプ台 === 小川村道の駅 ===
酒蔵よしのや === 善光寺散策 === 長野駅発新幹線 ——— 【解散】

夏の信州へ大宮から新幹線で計画。埼京線の板橋駅から待ち合わせして同じ電車で大宮へ。1時間20分で長野駅へ到着。車内で帰りに軽井沢アウトレットに寄りますか？と提案するが要望無し。善光寺を少し散策したい。松本城へ行きたい。と声があったので行程計画を一部変更し、駅近くの事前予約済レンタカーを借りて出発。長野ICから休憩予定の姥捨てPAへ立ち寄る。このPAは高台にあるので長野平が一望できとても見晴らしが良い。安曇野ICで降りて松本城へ向かう。駐車場には車が多く観光客が多い。池には蓮の花が見ごろ。鯉や小魚が沢山泳いでいる。入場口では観光客が並んでいるのが遠くに見える。天守閣への入場は止めて大王わさび農場に向かう。山間の道を通り田沢駅近くに出て途中のJAマーケットに立ち寄り、果物や農作物を購入。大王わさび農場に到着。水車小屋やわさび田を散策。わさびソフトクリーム買って食べる。もう少しわさび味が強めに効いていると良いと思った。仲間からわさびを自分で擦って載せたり刻みわさびを載せて食べるとかできればいいなあ。それって大賛成。このあと「ガラス工房」「穂高神社」「碌山美術館」「いわさきちひろ美術館」に立ち寄る工程を変更し、ここから美麻村の蕎麦店「山品」へ行くことにする。大町を過ぎトンネルを抜けスキー場を通り集落にある「山品」へ1時頃に到着。この山品は民家の部屋で食べるお店。室内には有名人のサインが沢山掲出されている。もり蕎麦・十割そば・山菜盛り合わせと一緒にビールを頼み蕎麦を楽しんだ。その後、白馬にある古民家の湯へ向かう。14時30分頃に到着。この温泉は「シェラリゾートホテル」にある日帰り入浴。約1時間の温泉入浴を楽しむ。15時50分出発。行程を変更したので次に「安曇野ちひろ美術館」閉館時間が17時。走る時間を考慮するが到着しても見る時間があまりないことが分かり立寄るのを諦める。Tさんのご主人がウルトラオリエンテーリングで2日間白馬村にテント泊して走っていると聞いて電話を掛けると近くの温泉に入るところ。待っててもらい会いに行く。会えた。900人も参加されている中で会えるとは思ってもみなかった。お別れをして白馬村まで戻りスキージャンプ台が見えてきたのでジャンプ台に行ってみる。あいにくリフトは時間的にダメなようであったが中まで入れるので入り、入ると左手に

でかいラージヒルとノーマルヒルのジャンプ台がド〜ンと目に飛び込んでくる。表彰台のオブジェやスキー板のモックがあり皆で交代で板を持ち表彰台に乗り撮影会。16時20分、これで白馬から安曇野に戻るのを止め、長野善光寺横にある「酒蔵よしのや」に寄る予定で出発。途中小川村「道の駅おがわ」で休憩し酒蔵よしのやへどうしても寄りたくて走る。17時30分に閉まるところ、あと数百メートルのところから電話を掛けてもらい何とかお店を開けてもらえる了解を得る。店内に入り酒の試飲もさせていただき、親切な対応に感謝。自分の好きな酒ではなく「梅酒」を購入。年3回ほど池袋東武百貨店特設会場で出店しておりちょくちょく池袋で購入していた。この梅酒は甘ったるい梅酒でなくピンク色のワイン的な梅酒だと思っている。とても好きな梅酒だ。ニュースをご覧の皆様機会があったら飲んでみてください。このあと善光寺境内を散策して長野駅から大宮へ戻り解散。当初の行きたい場所のアンケートのちひろ美術館へ寄れなかったことお詫びいたします。ご参加いただいた皆様お疲れさまでした。

【2307D】富士山お中道巡り

実施日：7月30日(日曜日) 天候：晴れ時々くもり

参加者：鈴木健二(リーダー&記録)、河田すみ、高橋洋子、泉本真美、新井亜由美、岩崎任江、
長田明代、高島智子、長尾英子、 (男性1名・女8名 計9名)

コース

富士山駅 09:20===(路線バス)===10:35 御庭・奥庭バス停 10:40……10:50 奥庭荘(昼食) 11:20……11:35 奥庭展望台 11:40……12:20 御庭・奥庭バス停 12:25……13:15 分岐点 13:20……14:25 五合目バス停 14:40===(路線バス)=====15:45 河口湖駅(解散)

夏の富士山といえば富士登山!!しかし、夏山の楽しみは登山だけではありません。富士山の五合目〜六合目付近を水平方向に周遊する遊歩道「お中道」があります。富士山の豊かな自然を満喫しながら気楽にトレッキングを楽しんできました。

当初の計画のコースを変更して、五合目から佐藤小屋を往復するコースはカットする。その代わりに奥庭展望台に行くコースに変更。御庭(奥庭)バス停でバスを降りる。標高2,230m下界とは違い涼しい。トイレを済ませ出発する。奥庭展望台手前の奥庭荘で昼食を取る。全員がキノコ汁を注文し、持参の弁当を食べる。おかみさんが、花豆、山くらげ、キクラゲ、コケモモのジュースをサービスで出してくれた。お土産にこれらの物を買って欲しいための作戦かも？

昼食後、ゆるやかな坂道と階段を上り奥庭展望台へ。今回の目的の一つ富士山の稜線展望は、残念ながら六合目から上は雲にさえぎられ稜線の全貌を見ることは出来なかった。残念!!。帰りの富士急行線の電車の中から富士山の稜線と全貌を見られたので良かったと思う。御庭・奥庭バス停まで同じ道を戻り御庭登山口へ。ここで少し休憩する。これから分岐点まで標高差80mの登り。これを登り切れば後は平坦な道、頑張って登る。シラビソの林の中の段差の低い整備された石段の遊歩道を登る。久しぶりの登りなので多少息苦しさを感しながら登る。右手に遠く南アルプスの山々が見られた。眼下には、昼食をとった奥庭荘の屋根と奥庭展望台が見える。そして河口湖、西湖、山中湖などが望めた。分岐点からは眺めのよい砂礫地と樹林帯が交互に現れる。溶岩流の沢を越え、落石注意の大流しを越え、大流しを越えるとカラマツ、コメツガ、ダケカンバの樹林帯が続く。富士山と言えば砂礫のイメージ、樹林帯や花などは無いと思っている方がほとんどだと思います。お中道は森林限界の最後の場所いろいろな草花が咲いていました。樹林帯の中のハクサンシャクナゲ、イワオウギ、オンダテ、フジハタザオ、ミヤマオトヨモギ、コケモモ、イタドリ、コケ類のめずらしい植物イオウゴケとハナゴケ等たくさんの花々や樹木をみることができました。森林浴を楽しみながらゴールの五合目に到着。予定していた路線バスより一本前のバスに乗ることが出来たが、出発15分前、富士山登山から下山して来た登山客でバス乗り場は長蛇の列、座ることは出来ず満員の中、約50分「立ちんぼ」で河口湖駅に到着。ここで解散する。

(記：リーダー 鈴木健二)

◆月 例 ハイ キ ン グ 報 告 (8月分)

【2308A】大菩薩峠ハイキング ～～登山道でない林道歩き～～

==難易度：ハイク初級==

■実施日：8月6日(日曜日) 晴れ

■参加者：リーダー 山本敏夫、高橋洋子、池田映琴、厨川とし江、田中有子、ゲスト田中正徳

■行 程

京王線新宿駅 6:30 ++++++ 7:08 北野乗換え 7:09++++++7:20 高尾 乗換え 7:39 (JR 中央線小淵沢行乗車) 8:42 甲斐大和駅 9:20===== (バス、大菩薩上日川峠行)===== 10:17 上日川峠(トイレ休憩) 10:20 10:45 福ちゃん荘..... 11:35 大菩薩峠(昼食、休憩 25 分) 12:02..... 12:30 福ちゃん荘..... 12:54 上日川峠(トイレ休憩)バス 13:00 発..... 14:23 甲斐大和駅..... 15:25 高尾 15:30..... 京王線..... 16:24 新宿【解散】

前々日まで晴れの天気予報から前日夕方の天気予報が曇り時々雷雨に替わった。まずいぞ！全員に折り畳み傘持参をお願いする。池袋駅集合はスムーズ。埼京線で新宿駅へ。階段を間違えて甲州街道の南口へ行ってしまい今一度、ホームへ降り別の階段を上がり JR を出て京王線へ。ここでも階段の降り口をルミネへ降りてしまいまたもや階段を昇り京王線へようやくたどり着く。1 名の方と合流し乗車。北野で乗換え高尾まで行き JR 中央線に乗換えて甲斐大和駅で下車。事前に調べて置いた 2 両目に乗ると甲斐大和駅の改札口階段に近い。早速、上日川峠へ行くバスに乗り込む。最初は登山客が少ないと思っていたが次の電車で登山客が大勢。バスも満杯になり 9 時 20 分に出発。約 40 分で上日川峠。気候が爽やかだ。休憩後出発。緩やかな登山道を昇り下りしながら福ちゃん荘へ到着。木陰や風が吹くと気持ちが良い。給水を取り大菩薩峠を目指す。ここから林道を歩く。結構な緩やかな登り坂だ。途中の沢の水が普通に冷たい。本当はもっと冷たい水を期待して触ったが普通だ。笹の林道を昇り介山荘に到着。大菩薩峠だ。今日は雲が厚く富士山が見えない。さっそく昼食タイム。茶店の先客、神奈川から 2 週連続で大菩薩峠に来ている男性から味噌コンニャク 1 本、食べて欲しいと言われ頂いた。美味しい、味噌コンニャクがとても美味しい。ありがとうございます。茶店もやっている介山荘の主人にラーメン 900 円を頼む。生ラーメン醤油味、意外とうまい。具に黄色のカボチャが入っている。シャキシャキして美味しい。生なのか茹でてあるのか不明だ。メンバーから生で食べられるカボチャ〇〇と教えてもらうが忘れてしまった。食べていると霧が湧いてきて小雨が降り始める。メンバーの食事を確認し昼食が終わり次第、雨具を付けて出発する。14 時のバスに乗る予定。かなり雨が降ってきた。いつもなら介山荘の近くで鹿の群れに会えるのだが今回は遭遇しなかった。残念。足早に林道を下り福ちゃん荘へ。13 時のバス出発まで 30 分。ここも休憩しないで一気に上日川峠まで降りる。10 分前に到着。大菩薩峠から 50 分で下れた。13 時のバスで甲斐大和駅へ。順調に乗り継いで新宿駅へ。ここで解散。大変お疲れ様でした。

【2308B】軽井沢散策

実施日：8月20日(日曜日) 天候：晴れのち曇り

参加者：鈴木健二(リーダー&記録)、山崎晶子、土田浩美、高島智子、山本敏夫、芦谷淑子、播磨光子、新井亜由美、岩崎任江、高橋洋子、泉本真美、飯倉保子、河田すみ、中村允信、佐藤文子、鈴木邦子、大塚中子、伊藤朋子、厨川とし江、 (男性 3 名・女 16 名 計 19 名)

コ ー ス

グリーンホール前 6:30=====練馬インター=====（関越自動車道～上信越自動車道）=====碓氷軽井沢インター=====09:35 峰の茶屋ドライブイン 09:45……11:30 白糸の滝（昼食・見学）12:05……12:10 白糸の滝駐車場（トイレ休憩）12:30……14:30 竜返しの滝（見学）14:40……15:00 小瀬温泉 15:30=====15:25 千ヶ滝温泉駐車場 15:35=====碓氷軽井沢インター=====（上信越自動車道～関越自動車道）=====練馬インター=====志村坂上駅=====20:15 グリーンホール前

高速道路を順調に走り碓氷軽井沢インターで降り峰の茶屋ドライブインへ。飲食をしないため乗り降り駐車料金として500円取られる。トイレを済ませ自己紹介をして出発。信濃路自然歩道の核心部を白糸の滝目指して歩き出す。全体的に下りの道。初めはカラマツ林、さらにはミズナラやシラカバ（看板はシラカンバとなっていた）なども見られる落葉樹林の道は、心落ち着く森林浴を満喫できた。山野草はあまり見かけなかった。苔むす林の中に何か所かキノコが見られた。誰も取らないから多分毒キノコと思う。白糸の滝の手前の下りの階段は急こう配で滑りやすく苦戦する。狭くなった尾根上をたどるようになると左手に白糸の滝が見えてきた。予定のコースタイムより35分遅れで白糸の滝へ到着。ベンチに腰掛けて白糸の滝を見ながら昼食を取る。半円を描く岸壁から湧き出した水が名前のとおり無数の白糸のように流れ落ちる様が美しかった。昼食後、集合写真を撮り白糸の滝駐車場へ。トイレタイムを取るが混雑していて時間を取られる。トイレ後、白糸の滝を水源とする湯川沿いに信濃路自然歩道を歩き竜返しの滝へ。有料道路のハイランドウェイを3回横断し、橋を何回か渡る。橋は朽ちている個所もあり気を付けて渡る。下りの階段、急斜面は滑りやすくまたまた苦戦する。踏ん張って下るので相当足に堪えた。いったん信濃路自然歩道から離れ竜返しの滝へ。滝は落差10m。竜も近づけない険しい滝というのが由来。また、円形の滝壺に水が渦巻いて数珠玉蓮ねたように見えることから、別名「すずが滝」とも呼ばれている。落ちる水量が多く滝全体が水しぶきで覆われマイナスイオンを十分もらえた。再び信濃路自然歩道に戻り湯川にかかる橋を渡り小瀬温泉へ。

ここから小瀬林道を下り野鳥の森へ。そしてゴールの千ヶ滝温泉駐車場まで歩く予定でしたが、リーダーの判断で、ここで中断する。理由は、信濃路自然歩道の悪路に苦戦し予定時間を大幅にオーバーしていること、そして足の疲労を考えての決断です。全コースを歩きかった方々には、誠に申し訳ございません。残りのコースは、来年にチャレンジしますので、お許し願います。

バスを千ヶ滝温泉駐車場から回送してもらい。小瀬温泉バス停から駐車料金を払うため千ヶ滝温泉駐車場に行く。駐車料金を支払い碓氷軽井沢インターから高速道路に乗り帰路に着く。帰りは多少渋滞にはまり到着が遅れる。お疲れ様でした。

【2308C】八ヶ岳山麓・白駒の池

実施日：8月27日（日曜日）

ハイキング報告は、来月号に掲載します。

今月のことば（9月・長月）

レンズ越し 幸せ運ぶ 友の笑み。

小さい事を 大事にするほど 感動する。 小さな事を 楽しむほど ワクワクできる。

今月のことば（10月・神無月）

栗ひろい みんなの笑顔 くりご飯。

まずは 自分が笑顔になるだけで 周りも少しずつ 変わり始める。