



# 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番地 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 野村 忠明

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 野村 忠明

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、清々しい新年をお迎えになられたこと、心からお慶び申し上げます。

さて、当協会は平成27年度より組織を一新して早や一年を経過しようとしております。新風を吹き込み、魅力あるウォーキング活動を皆様方に提供すべく趣向を凝らして来ましたが、十分に満足いただける迄には至っておりません。今年度は、巾広く皆様方のご意見を頂戴し、より飛躍した形で挑戦してまいりますので、ご支援とご協力をお願いいたします。

ウォーキング活動では、今年はNHK大河ドラマ「真田丸」に連動し「大坂の陣四百年 豊臣家と徳川家」を、3回シリーズで実施致します。又、全国規模の知名度を得ている「第23回 新春古都の道ウォーク」や、「第24回 京都五山送り火ウォーク」も実施いたします。多くのファン待望の「さば街道ウォーク」は、7月の酷暑の下、80<sup>+</sup>を二日間で踏破します。

加えて昨年より開始した「京都世界文化遺産シリーズ」、今年はその第2弾として4回完歩された方に文化遺産記念バッジを進呈いたします。

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、「いつまでも歩きたい京の道」をモットーにスタッフ一同ウォーク運営に努めてまいります。皆様のご参加を心からお待ちしております。



京都五山送り火Wにて



熊野信仰ゆかりの地Wにて



一休さんW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・木) 14<sup>キ</sup>。



ちょっと早いバレンタインデー

**大坂の陣四百年 豊臣家と徳川家 ①**

2015年は豊臣家と徳川家が雌雄を争った大坂の陣から400年目にあたり、今年からNHK大河ドラマとして「真田丸」がスタートします。当協会では、「大坂の陣四百年 豊臣家と徳川家」シリーズとして、ゆかりの地を3回に分けて訪ねます。その1回目として、「大仏殿と二条城」と題し豊臣家ゆかりの豊国神社ならびに、徳川家ゆかりの二条城を巡ります。

集合：9:45(10:00出発)

梅小路公園(最寄 JR京都駅)

ゴール：14:30頃 JR二条駅

コース：梅小路公園～西本願寺唐門～西本願寺飛雲閣～東本願寺～養源院～三十三間堂～豊国神社～大仏殿跡～高台寺公園～圓徳院～知恩院～平安神宮～京都御苑～二条城

～JR二条駅

参加費：

会員無料

他協会300円

一般 500円



二条城

歩育 2月13日(土) 5<sup>キ</sup>。

**京エコロジーセンター見学W**



地球温暖化防止京都会議を受けて設立された京エコロジーセンターで、最近のゴミがいかに無駄が多いかを知りましょう。

まず展示室に入っただけで、一般市民から出されるゴミについて驚かされます。戦前から今日までの家庭ごみの推移を見ると、いかに買ったものを無駄にしているかがわかります。そのほか水や電気など、現在取り組まれている環境に関することを学びましょう。

集合：9:45(10:00出発) JR奈良線稲荷駅

ゴール：12:00頃 地下鉄竹田駅

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

**特別基地**



2月25日(木) 14<sup>キ</sup>。

**第141回 北野天満宮梅花祭W**

2月25日に開催される梅花祭は、祭神菅原道真公の命日にあたり、梅の花をこよなく愛でた道真を偲び、900年もの間続けられてきた祭事です。約2万坪の境内に50種、約1500本の梅があり、秀吉の北野大茶の湯にちなみ、梅苑では上七軒の芸舞妓さんの華やかな野点茶会が開かれます。

集合：9:45(10:00出発)

JR京都駅中央口駅前広場

ゴール：15:00頃 JR円町駅

コース：JR京都駅～鴨川河川敷～京都御苑～北野天満宮～JR円町駅

参加費：300円

健脚コース 2月28日(日)

**総会W 貴重な近代遺産**



**ラジオ塔遺構ウォーク**

昭和初期にラジオを共同で聴くために、1930年大阪で初めて設置され、戦前には全国に400基あったといわれています。当時、スポーツ中継やラジオ体操などを聞きに来る市民に親しまれていました。そのうち船岡山に残るラジオ塔では、今年の4月に復活。多くの市民が集まって毎朝ラジオ体操を楽しんでおられます。

集合：8:45(9:00出発)

北野天満宮御旅所(最寄 JR円町駅)

ゴール：15:30頃 地下鉄・四条駅

コース：北野天満宮御旅所(JR・円町駅)～小松原公園～北野天満宮～橘児童公園～船岡山公園～紫野柳公園～萩公園～平安神宮～円山公園～御射山公園～地

下鉄・四  
条駅

参加費：

会員無料

他協会300円

一般 500円



円山公園のラジオ塔

例会の活動報告

特別基地

第138回 東福寺もみじウオーク

日時: 11月27日(金) 晴れ

参加人数: 244名 距離: 10<sup>キ</sup>

担当: 特別基地(福島リーダー)

東福寺の紅葉を期待しながら京都駅前を出発し、西本願寺、東本願寺を巡り五条児童公園で早目の昼食休憩をしました。日当たりのよい鴨川河川敷でお弁当を食べる人達もおられました。三十三間堂を通り、東福寺の臥雲橋を渡る頃には多くの観光客でいっぱいでした。例年の紅葉より遅れ気味でしたが、晩秋の京都を楽しんだウオークでした。

健脚コース 都の大銀杏を巡る

日時: 11月29日(日) 曇り

参加人数: 256名 距離: 18<sup>キ</sup>

担当: 第1ブロック(清水リーダー)

西本願寺境内の逆さ銀杏は、黄金の葉を大空に広げて我々を迎えてくれ、別名水ふき銀杏の風格も感じました。ところが本隆寺の銀杏は緑葉のみで、びっくりしました。今年の紅葉は不順であると聞いていましたが、銀杏にも影響が出ている様です。お目当ての堀川通りの銀杏並木も、大半の樹が葉を落としており、数本の大銀杏が一杯の葉を輝かしてしているのが救いでした。

さすが京都御苑の大銀杏は、その大木に一杯の黄葉を輝かせて天にそびえていました。本日最後の

樹齢800年の大銀杏が立つ大將軍神社で、皆頻りにカメラに収めていました。「都の大銀杏をここまで訪ねたのは感激」と言ううれしい声が聞こえました。



京都御苑の大銀杏

健脚コース

京の七ロシリーズ

日時: 12月13日(日) 晴れ

参加人数: 254名 距離: 22・11<sup>キ</sup>

担当: 第2ブロック(寺澤リーダー)

光徳公園を出発後、真新しい「丹波口石碑」を訪ね、桂橋児童公園、西山別院を経て、中山峠から長い登りの後、昼食場所の桂坂公園に到着しました。休憩後、11<sup>キ</sup>参加者はゴール解散し、22<sup>キ</sup>参加者は洛西散策の森を越え、長い登りを経てやっとの思いで、頂にあたる首塚大明神に到着し大休憩。旗立の楊を越え、篠村八幡宮を出る手前で、鮮やかな紅葉を観望、疲れが吹き飛びました。登りが多く、久しぶりにタフなウオークでした。



老ノ坂トンネルにて

特別基地 第139回 東寺終い弘法W

日時: 12月21日(月) 雨

参加人数: 166名 距離: 10<sup>キ</sup>

担当: 特別基地(福島リーダー)

本格的な寒さで師走らしくなり、恒例の東寺終い弘法ウオークには、雨にもかかわらず多数の参加をいただき、京都駅を元気に出発。京都水族館を経て、西寺跡公園から東寺に向かいました。東寺では、多くの参拝客や出店で賑わい、境内は正月用品や骨とう品があふれており、皆さん真剣に品定めをしていました。帰路は西本願寺、東本願寺を通りKWA

事務所に無事ゴール。雨の中、年末の慌ただしさを再認識したウオークでした。



東寺西門前にて

歩育 コカコーラ京都工場見学W 日時: 12月5日(土)

晴れ 参加: 50名 距離: 6<sup>キ</sup> 担当: 歩育(西田リーダー)

出発式のあと、子供たちが順番に先頭旗を持ち合って歩きました。桜の散った桜並木を歩き、コカコーラウエスト京都工場に到着。

工場では最初に3D映画で会社概要を学んだ後、コーヒーの生産ラインを見学。最後に工場生産された清涼飲料を頂き、心身ともにさわやかになったウオークでした。



**お知らせ** 2月6日(土) 10<sup>時</sup>から**未来に向けた****健康ウォーキングを開催**

京都工場保健会主催の健康づくりフェスティバルに協賛したウォーキングを開催いたします。

JR京都駅を出発、鴨川河川敷を北上、高台寺公園～円山公園～岡崎公園を経て、「健康づくりフェスティバル」イベント会場の「みやこめっせ」に到着します。

会場では[健康]への意識づけの場として、「食と健康」をテーマにイベントが開催されていま

す。食のゾーンとしてお食事を楽しんでいただけるコーナーや毎年好評の血管年齢測定・骨密度測定等各種測定コーナーや、暮らしに密着した各企業出展コーナーがあります。

会場を出て、高瀬川の舟入を訪ね、五条児童公園を経て、JR京都駅にゴールします。

集合時間： 9:45

集 合： JR京都駅中央口駅前広場(東側)

参加費： 300円

距 離： 10<sup>km</sup>

**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： 317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142回 三十三間堂無料公開ウォーク**

日 時： 3月3日(木) 集 合： 9:45

集合場所： JR京都駅中央口駅前広場(東側)

距 離： 10<sup>km</sup> 参加費： 300円**第70回 ふれあいウォーキング教室**

日 時： 3月16日(水)

集 合： 9:30 集合場所： JR京都駅中央口駅前広場

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****山科疏水と井筒八ツ橋本舗見学ウォーク**日 時： 4月2日(土) 距 離： 6<sup>km</sup>

集 合： 9:45 集合場所： JR琵琶湖線山科駅

コース： JR山科駅～山科疏水～井筒八ツ橋本舗追分店～JR山科駅

参加費： 300円

**会員を増やそう！**

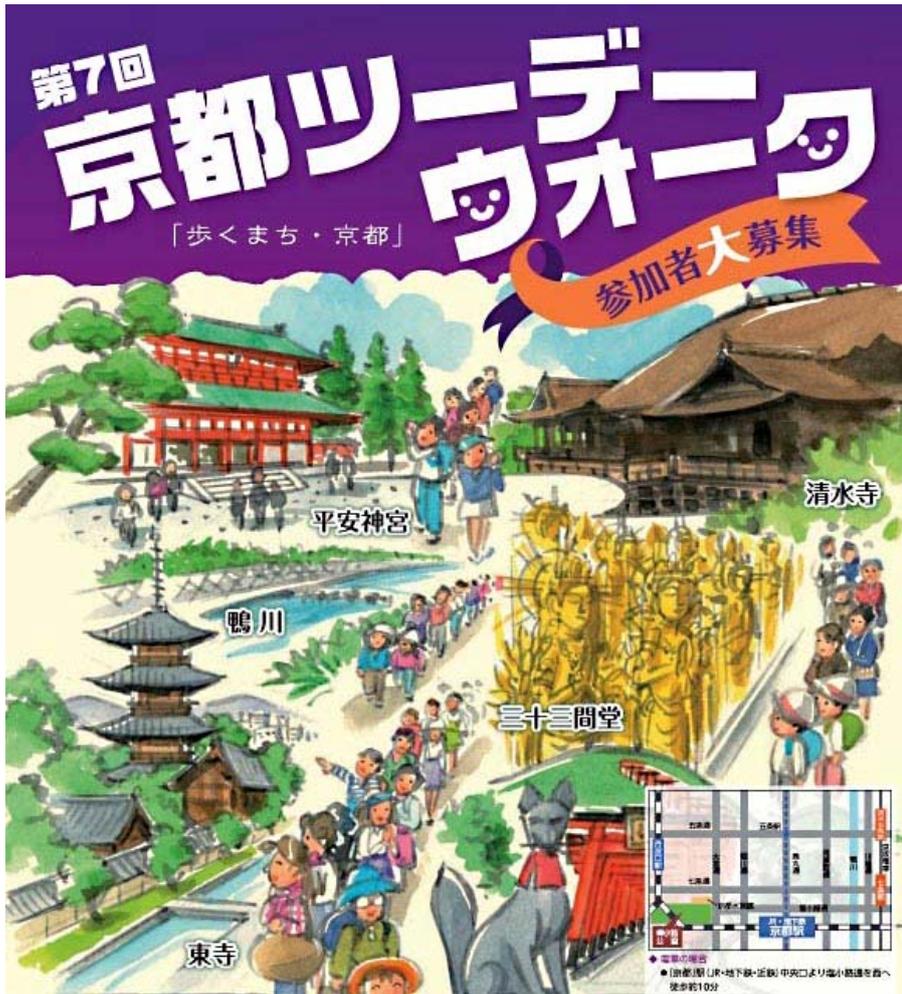
一緒に歩く仲間を一人でも増やすことが KWAの健全な運営に必要です。お友達やご近所の方に声を掛けましょう。

会員数 619名 (12月25日現在)

**あとがき**

成人の日に行われる三十三間堂の通し矢は、慶長年間に始まったと伝えられ、60mの距離から直径1mの的に競射します。晴れ着に袴を着けた新成人の姿は新春の華やかさを感じます。《編集 阿部・中川・西田・秦・花満》

# 参加者大募集！ 第7回 京都ツデーウォーク



歩くまち・京都でウォークの祭典「京都ツデーウォーク」が開催されます。メイン会場の梅小路公園は、JR京都駅より徒歩10分です。近くには「水族館」、4月には「鉄道博物館」がオープンします。今世界でも一番人気がある古都・京都は魅力いっぱいです。早春の古都を充分楽しんでいただけるようコースを設定しております。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添付されている参加申込用紙(払込取扱票)に必要な事項を記入のうえ、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例会や事務所でも直接受付致しますので、ご利用下さい。

開催日	コース	受付	出発式	スタート
3/5 ⊕	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・辰巳大明神・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
3/6 ⊕	30km 梅小路公園・泉涌寺・伏見稲荷大社・伏見桃山城・龍馬通り・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7日(月) JR京都駅八条口 8:00 集合 距離:10\*。参加費:3500円  
 あるきたくなる道500選 京都-08認定コース  
 予約制 (募集45名) ★申込の際には、必ずKWA事務局に事前確認願います。  
 コース: JR京都駅八条口(バス)～道の駅・美山ふれあい広場～かやぶきの里北村～美山町自然文化村(バス)～JR京都駅(到着午後3時予定)  
 ツデー参加登録費と一緒に参加登録費をお支払いください。

## 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 IR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 <sup>分</sup>
	長岡宮大極殿・光明寺	京都-11	15 <sup>分</sup>
	西国街道・大原野神社	京都-01	25 <sup>分</sup>
	小泉川源流と勝龍寺	京都-11	15 <sup>分</sup>
	長岡京市&八幡市友愛	京都-11	20 <sup>分</sup>

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 IR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 <sup>分</sup>
	琵琶湖疏水と旧東海道		12 <sup>分</sup>
	琵琶湖疏水と醍醐寺		15 <sup>分</sup>

山内スポーツ			
京都府亀岡市追分町藪ノ下25番地 11			
電話 07771-22-0901			
交通機関 IR嵯峨野線・亀岡駅から徒歩7分			
開所時間 受付 平日 午前10時～12時 土・日・祝 午前9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 <sup>分</sup>
	和らぎの道・出雲大神	京都-12	22 <sup>分</sup>
	七谷川橋公園		15 <sup>分</sup>

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 土・日曜日・祝日 午前10時～午後6時 平日 午前11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 <sup>分</sup>
	京の町並みめぐり		12 <sup>分</sup>
	哲学の道・平安神宮	京都-02	13 <sup>分</sup>
	鴨川河川敷	京都-02	16 <sup>分</sup>
	インクライン・清水坂	京都-02	20 <sup>分</sup>
	洛北・下鴨神社(世界遺産)	京都-02	20 <sup>分</sup>

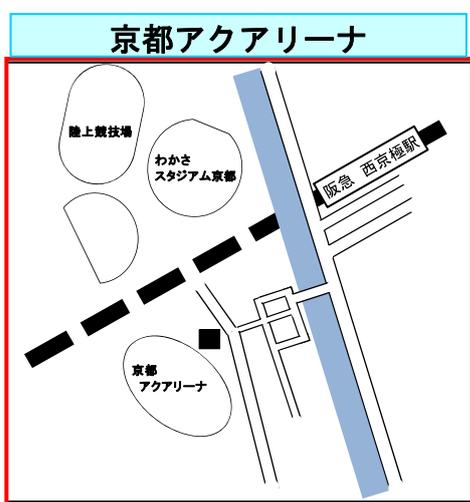
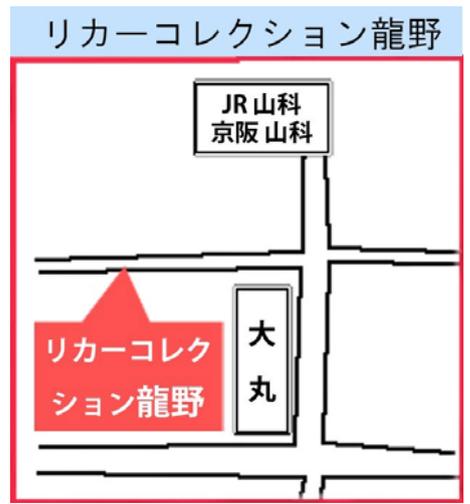
高島屋京都店5階スポーツ用品売場			
京都市下京区四条通り河原町			
電話 075-221-8811(代表)			
交通機関 京都市バス・四条河原町バス停から徒歩5分 阪急京都線・河原町駅から徒歩1分			
開所時間 午前10時～			
(ゴールは午後6時まで) (予約制あり)			
定休日 元日のみ			
コース	黒谷・八坂の塔	京都-02	13 <sup>分</sup>
	牛若丸誕生の地		20 <sup>分</sup>
	新選組&錦市場		15 <sup>分</sup>

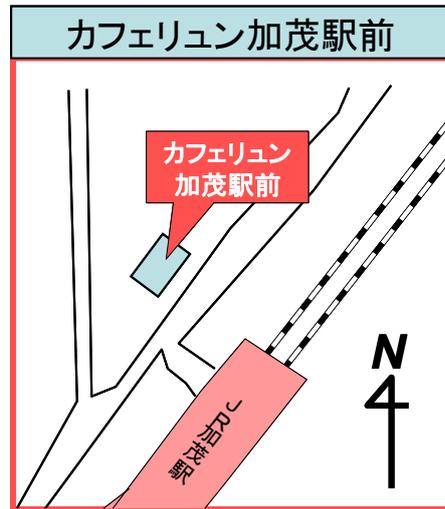
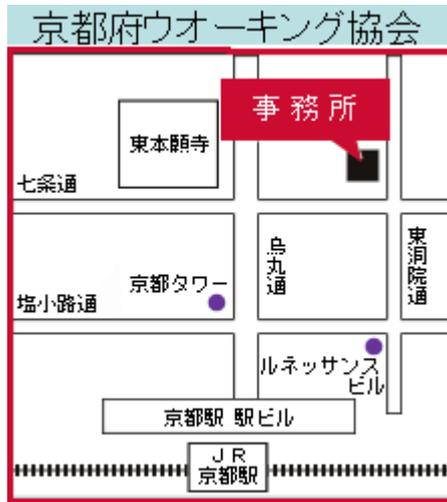
京都アクアリーナ			
京都市右京区西京極徳大寺団子田町64			
電話 075-315-4800			
交通機関 阪急京都線 西京極駅から徒歩5分 市バス32系統(京都外大行) 西京極運動公園前下車			
開所時間 午前9時～午後3時			
定休日 毎週火曜日(祝日の場合その翌日) 7～8月は無休 12/29-1/3 は休日			
コース	阪急嵐山線沿いに		10 <sup>分</sup>
	東海自然歩道巡り		16 <sup>分</sup>

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 <sup>分</sup>
電話 0774-76-7854		鹿背山の自然と大仏鉄道遺構		13 <sup>分</sup>
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 <sup>分</sup>
開所時間 毎日 午前8時～午後5時				
定休日 木曜日と、元旦				

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 <sup>分</sup>
電話 075-353-6464		二条城・京都御所		10 <sup>分</sup>
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 <sup>分</sup>
開所時間 月曜日～金曜日 午前10時～午後4時		新選組		12 <sup>分</sup>
早朝スタート可		千本鳥居と竹の下道	京都-06	15 <sup>分</sup>
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 <sup>分</sup>
		京都御所・平安神宮	京都-02	16 <sup>分</sup>
		西国街道・桂離宮		20 <sup>分</sup>
		伏見酒蔵	京都-06	25 <sup>分</sup>
		お土居	京都-02	25 <sup>分</sup>

●ステーションの地図  
「。





## ■ 「京都アクアリーナ」にウォーキング基地誕生

阪急京都線西京極駅徒歩5分という便利な場所にある京都アクアリーナに、新しくウォーキングステーションが設置されました。

京都アクアリーナは、プール・トレーニング・スケート場といった複合型運動施設となっており、シャワーなどの更衣施設も充実しており、ウォーキング終了後、汗を流すことも可能です。(別途有料)

桂川沿いに、嵐山を巡るイヤールウンドコースを一度歩いてみませんか？

住所:京都市右京区西京極徳大寺団子田町64 電話 075-315-4800

開所時間: 午前9時～午後3時

定休日: 毎週火曜日(祝日の場合は翌日)

京都アクアリーナの全景



ジムの入り口



## お知らせ

### ■世界文化遺産シリーズ

通常例会から京都の「世界文化遺産」コース清水寺・二条城・龍安寺・平等院を選定し、完歩された方に記念品を進呈します。

[1月例会新春古都の道]

[2月例会大坂の陣400年大仏と二条城]

[4月例会大坂の陣400年秀頼の首塚と幸村の墓]

[5月例会源頼政の道]

上記4回完歩で世界文化遺産清水寺のバッジを進呈します。完歩めざして世界文化遺産を巡りましょう。

### ■年間完歩賞設定のお知らせ

当協会では、会員の皆様方より頂戴しましたアンケートのご要望にお応えして、平成28年度より年間完歩賞(特別例会・平日例会を除く)を設定いたします。

ファミリー例会の全14コース、健脚例会の全10コースを各々達成された方に年間完歩賞状、並びに当協会オリジナル記念品を進呈いたします。

奮ってチャレンジしましょう。