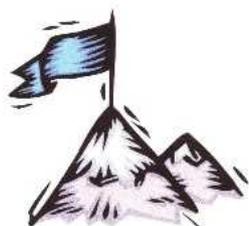


阪神シニアカレッジ

歩こう会

(略称HSC歩こう会)



歩こう会

HSC「歩こう会」のご案内、新入会員募集

2022年7月例会（案内・実施報告）

■25・13期 学年合同班

涼しい六甲を歩く

さんじょう きくせい  
六甲山上駅～掬星台



2022年(令和4年)7月

日頃、次のような悩みや希望をお持ちの方はいらっしゃいませんか？

- 運動不足だけど、スポーツは苦手だし、用具をそろえるのも面倒。
- コロナ禍で、ほとんど家の中でボ～としている。
- いろいろな所へ行ったり見たりしたいけど、一人で行くのはちょっと…。

そのような方は、HSC「歩こう会」に入会してみてもいいですか？



## 1. HSC「歩こう会」の概要

- ①月1回、メンバーと一緒に、あっちこっちウォーキングします。  
服装とか靴とか、歩きやすければ自由です。もちろん、用具も必要なし。
- ②場所は、街歩き、海岸通り、川岸沿い、農道などさまざま。  
植物園や神社、低い丘や山の散策もあります。
- ③入会されたら、「歩こう会」メンバーの「名札」を差し上げます。
- ④今年度はコロナ禍対応での活動のため、入会金とか会費とか、一切「無料！」です。



## 2. 具体的な活動

- ①原則として、毎月「第4土曜日」に例会（ウォーキング）実施。  
ただし、夏の暑い時期（7、8月）や年度の節目（3月）は、原則お休み。
- ②「歩こう会」会員は、新1年生を含め69名（現時点）ですが、コロナ禍の現在、基本的に学年ごとの少人数で、毎月それぞれ活動しています。
- ③以下の表は、ある年度の活動した例会の事例リスト(抜粋)です。

9月	26日(土)	21期 園芸・国際	歴史とバラの散歩道	阪急山本→あいあいパーク荒牧バラ園→天日神社→容住寺→昆陽池第一公園→昆陽稲荷祠碑→慈眼寺→鴻池神社→昆陽池公園(昼食)→旧西国街道→阪急伊丹	兵庫	阪急山本	阪急伊丹	9K	4H
	27日(日)	21期 健康	水都大阪ぐるっと散策 都会のオアシスを求めて	阪急梅田→淀川河川敷→毛馬開門→大川沿い→源八橋→天神橋筋商店街→中之島公園→中之島緑道→堂町→新梅田シティ→阪急梅田	大阪	阪急梅田	阪急梅田	12K	4.5H
	26日(土)	22期 健康	秋の多田銀銅山と彼岸花 秀吉伝説の郷	日生中央→うぐいす公園→静思館→広池大水路→多田銀銅山悠久の館→青木間歩→村上中池→ふれあい公園→イオンモールバス停→日生中央	兵庫	能勢電 日生中央	能勢電 日生中央	10K	4.5H
	26日(土)	22期 国際	姫路城 周辺周回	JR姫路→景福寺公園→千姫の小径→シロトピア記念公園→三の丸公園→城見台公園→JR姫路	兵庫	JR姫路	JR姫路	7K	4H
10月	31日(土)	21期 園芸・国際	国史跡「多田銀銅山」を訪ねて	日生中央→静思館→多田銀銅山悠久の館→悠久広場→代官所の門→金山彦神社→青木間歩→村上新田→道の駅いながわ→川床口バス停→日生中央	兵庫	能勢電 日生中央	能勢電 日生中央	10K	6H
	24日(土)	21期 健康	甲山森林公園から 北山公園・夙川上流	阪急仁川→地すべり館→甲山森林公園→神呪寺→北山貯水池→北山緑化植物園→銀水橋→夙川上流→阪急夙川	兵庫	阪急仁川	阪急夙川	9K	4.5H
	24日(土)	22期 健康	"夕照の道"瀬田川 ぐるり散歩道ウォーク	JR石山→瀬田唐橋→建部神社→雲住寺→ウォーターズ琵琶→瀬田川洗堰→南郷公園→石山寺→京阪石山寺	滋賀	JR石山	京阪 石山寺	10K	4H
	24日(土)	22期 国際	鈴蘭台～鳥原ダム ～湊川神社 水と森の回遊路	神鉄鈴蘭台→菊水山登山口→石井ダム→水と森の回遊路→鳥原ダム→雪見御所跡→湊川神社→JR神戸	兵庫	神戸電鉄 鈴蘭台	JR神戸	9K	4.5H
	24日(土)	23期 合同	伊丹公園めぐり	阪急山本→新池公園→荒牧バラ園→瑞ヶ池公園→昆陽池公園→西猪名公園→緑が丘公園→阪急伊丹	兵庫	阪急山本	阪急伊丹	11K	4H
	24日(土)	24期 合同	歴史とバラの散歩道	阪急山本→あいあいパーク荒牧バラ園→天日神社→容住寺→昆陽池第一公園→昆陽稲荷祠碑→慈眼寺→鴻池神社→昆陽池公園(昼食)→旧西国街道→阪急伊丹	兵庫	阪急山本	阪急伊丹	9K	4H
28日(土)	21期 園芸・国際	姫路城周回 ぐるっと歩き	JR姫路→姫路キャッスルビュー→天守門→景福寺公園→千姫の小径→男山配水池公園→シロトピア記念公園→県立歴史博物館→市立美術館→城見台公園→イグレ姫路屋上→三の丸公園→JR姫路	兵庫	JR姫路	JR姫路	8K	4H	

### 3. 「お問合せ」や「お試しウォーキング」のご案内

- ① **問合せの方**、また「入会」と決める前に、見学がてら**“お試し”**で参加してみようか（入会するかどうかはその後で）という方もご連絡ください。
- ② シニアカレッジの「新1年生」はもちろん、2、3、4年生も歓迎です。

問合せ（申込）先 ▼

山内 喜一郎（やまうち きいちろう/会長）

メールアドレス [kft-family@bcb.bai.ne.jp](mailto:kft-family@bcb.bai.ne.jp)

※お手数ですが、**メールにて**ご連絡ください。

**右のQRコードでも**メールにつながります。



### 4. 入会ご希望の方は

令和4年(2022)年度 HSC「歩こう会」入会申込書

取扱注意

期・学科	期 園・健・国 期 ひとまち	携帯電話番号	
		連絡用	
(フリガナ) 氏 名		Mail アドレス	
緊急連絡先	氏名：	電話：	*資料添付もあるので、 PCの方が望ましい。 ご関係：

※ 上記「申込書の内容」を会長・山内へ直接メールで送付願います！



**次のページから、HSC「歩こう会」各学年ごとの  
直近の活動をご紹介します。**

**毎回、更新していきますので、お楽しみに！**



## 涼しい六甲を歩く 六甲山上駅～掬星台

六甲ケーブル山上駅(EL737m)で大阪湾の絶景を楽しみ、六甲山牧場へ、その後、切利天上寺で眺望を楽しみ、掬星台へ。今回のルートは、主に自動車道に沿ってアスファスト歩道を歩きます。渡渉はありません。

担当 国際班 中林 090-3488-3597

開催日 2022年7月23日(土) 予備日:7月24日(日) **凡例 ~:歩行 →:バスなど ⇒:鉄道など**

集合 場所:六甲ケーブル下駅改札 時刻:午前9時55分(10時発のケーブルに乗車します。要**切符購入**)  
参考)市バス16系統 六甲ケーブル下9:55着←阪急六甲9:39←JR六甲道9:34発(一本前9:26発)

行程 六甲ケーブル下駅⇒同上駅(♿)～記念碑台(♿)～三国池～六甲山牧場(♿)(昼食、散策)～杣谷出合(♿)～切利天上寺(♿)～オテル・ド・摩耶～掬星台(♿)～星の駅(0, 15:20, 40発 所要25分)⇒摩耶ケーブル駅(市バス18系統15:26, 15:50, 16:16発)→JR三ノ宮駅前(解散)※赤字時刻は目標時  
歩行距離約8.4km 歩行約5時間(休憩・昼食含む)

費用 交通費実費 神戸市バス:¥210、六甲ケーブル:片道¥600、六甲山牧場:¥500(65歳以上の神戸市民は無料、他に割引有要確認)、摩耶ケーブル:片道¥900(70歳以上¥720 要公的証明書)

解散 場所:JR三ノ宮駅前バス停 予定時刻:午後4時頃

持参品 昼食、お茶等500cc以上の水分、雨具、保険証(写し可)、滑り難い靴、必要によりストック

出欠 **7月17日(日)** までに、出欠アプリへ**予備日を含め**ご回答ください。

出欠アプリURL <https://kanji.lww.com/e/7177j4>

出欠アプリ→

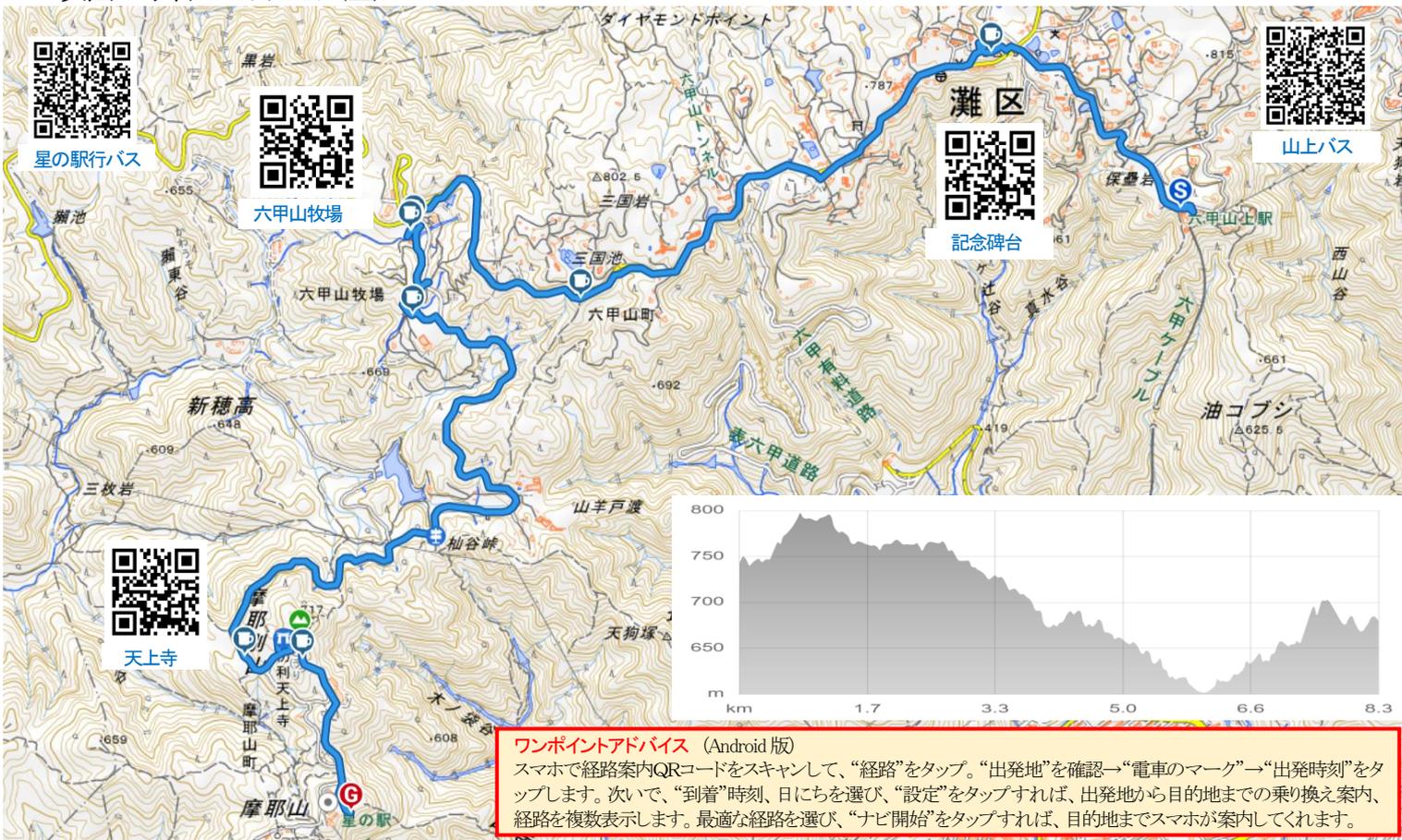


六甲ケーブル下迄  
経路案内→



雨天 前日の午後7時前 NHKの天気予報で、兵庫南部の降水確率が午前、午後いずれかが50%以上の場合は予備日へ延期します。予備日も同様の場合は中止します。

次回の予告 9月24日(土)





# 歩こう会 25(13)期学年 7月例会 報告書

実施日 : 2022年7月23日(土) 実施時間:10:00~16:00 参加者:15名 天候:曇りのち晴れ  
 コース : 六甲ケーブル下駅→同上駅→記念碑台~六甲山牧場(昼食、散策)~切利天上寺~  
 オテル・ド・摩耶~掬星台~星の駅→摩耶ケーブル駅→JR三ノ宮駅前(解散)  
 歩行距離約7km 歩行約4時間(休憩・昼食含む) 凡例 ~:歩行 →:バスなど ⇒:鉄道など

突然、六甲ケーブルが故障運休した。メンバーが駅窓口で、割安切符(六甲・まやレジャーきっぷ)購入時知ったもので、時刻は午前8時を過ぎていた。急遽変更も出来ず、予定通り集合。幸い、ケーブル山上駅まで代替バス運行があり、予定より少し遅れて同山上駅到着。その為、山上駅から記念碑台まで山上バスを利用し、記念碑台から歩行開始。

車道に沿って舗装された歩道を六甲山牧場に向かって歩く。六甲山上は標高700m前後で、気温は平地より5度ほど低く、快適！ 同牧場内で一時解散し、昼食や散策、名物のソフトクリームをほおぼる。切利天上寺で眺望を楽しんだ後、六甲山縦走路を経て掬星台に至る。掬星台からの絶景は素晴らしい。その後、予定通り進み、JR三ノ宮駅前で解散し懇親会へ。皆さん大満足でした！



記念碑台



六甲山牧場



天上寺



天上寺



掬星台