



歩こう会

「HSC 歩こう会」のご案内、新入会員募集

2024年6月例会案内

■28期・16期 学年合同班

花と遺跡と飛行機と健脚祈願

■27期・15期 学年合同班

緑あふれる公園巡り・荒牧バラ公園・
昆陽池公園・瑞ヶ池公園

■26期 学年合同班

神戸市立森林公園「あじさい見に行こう」

■25期 学年合同班

大阪公立大学付属植物園「森林浴」



2024年(令和6年)6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。
- コロナ禍もほぼ収まり、ウォーキングを通じて仲間を増やしたい。
- 健康維持・増進のためウォーキング、ハイキングを考えているが、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تهはいかがですか？

1. HSC「歩こう会」の概要

①月1回、メンバーと一緒に、歩きます。

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会費は「無料！」です。ただし、「入会金 500 円」のみ徴収します。



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89名（2024年3月時点）ですが、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→ウオーターステーション琵琶→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→天手門→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 ▼

熊野 智（くまの さとる／会長）

メールアドレス g-kumano@mb3.suisui.ne.jp

※お手数ですが、**メールにて**ご連絡ください。

4. 入会ご希望の方は

氏 名（フリガナ）					
期・学科（○印）	<u>期</u>	園芸	健康	国際理解	ひとまち 学科
電話番号（携帯）					
電話番号（自宅）					
メールアドレス					
（例会案内等をメール添付でお送りします。）					
緊急時の連絡先	氏名：	電話：	関係：		

上表の内容（各項目）を、熊野（会長）まで、メールで送信していただければ結構です。

次のページから、H S C「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、楽しみに！



「歩こう会」28期 2024年6月度例会案内

花と遺跡と飛行機と健脚祈願のハイキング

▷とき：6月22日(土)・・・予備日なし

▷集合：9時40分 JR猪名寺駅(JR宝塚線)改札前

▷解散：12時40分ごろ 服部天神宮(最寄り駅は阪急宝塚線服部天神駅) 行程7～8キロ

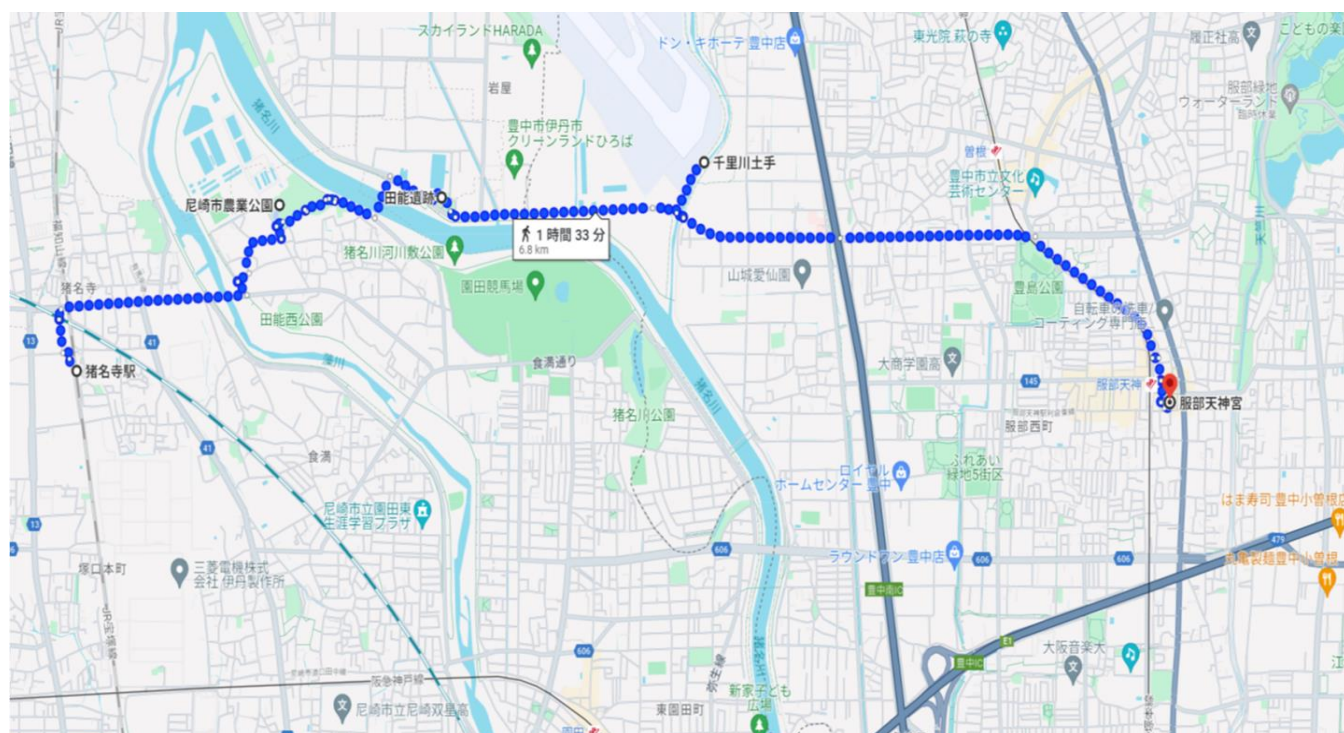
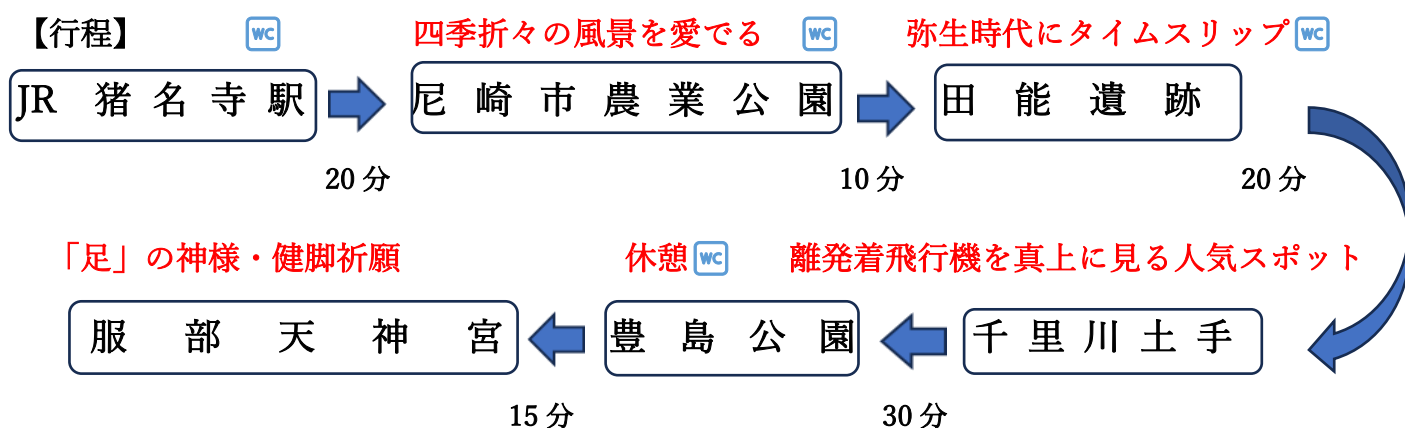
▷持参品：健康保険証写し、携帯電話、シニアカレッジの名札

熱中症対策(飲み物、タオル、帽子等)、おやつ(お弁当は不要)

▷申し込み：6月8日までに幹事さんにメールで申し込んでください。

▷連絡先：園芸・山中、健康・河村、国際A班・藤崎、B班・新納、ひとまち・織田

▷雨天は中止です。⇒6月21日の19時のNHKの予報で兵庫県南部の降水確率が午前あるいは午後50%以上の場合中止。中止の場合6月21日19時過ぎに参加者に連絡します。



◆尼崎市農業公園・・・季節の花を愛でる

尼崎市農業公園は年中無休、24 時間オープン of 公園です。

公園の名前は地味ですが、敷地面積 3 万 6000 平方メートルを誇り、園内 of 花壇では春には菜の花、夏にはひまわり、秋にはコスモスなど四季折々の花が楽しめます。季節の変わり目に郷土版新聞記事でもよく取り上げられ、「知る人ぞ知る」の穴場です。

また、ハナショウブ園にはハナショウブ約 70 種 2 万本が、ボタン園にはボタン 68 種 600 本、バラ園にはバラ 100 種 3000 本が植えられています。

◆田能遺跡（たのいせき）・・・弥生時代をしのぶ

工業用水園田配水場の建設現場で、昭和40年に偶然発見されました。弥生時代前期中頃から古墳時代初頭までの集落や人骨を伴った墓が発掘されました。田能遺跡は市民による保存運動によって遺跡の一部が保存され国指定史跡になっています。昭和45年には市民の悲願であった「田能遺跡資料館」開館を実現させました。

◆千里川土手・・・飛行機撮影の聖地



大阪国際空港の南端に接する千里川土手での着陸目の飛行機が頭上をかすめて飛ぶ姿は、まさに迫力満点！爆音が聞こえるとあっという間に目前に迫ってきます。シャッターチャンスを逃さずに。

「飛行機撮影の聖地」とも言われ、各地から飛行機の着陸を見に何時も人が集まっています。

◆服部天神宮・・・「歩こう会」にふさわしく健脚祈願を

服部天神宮は、菅原道真が足の病から回復し、太宰府まで無事到着したことにちなんで「足の神社」として知られています。「えっ、こんな所に建っているの？」と思ってしまいます。

スポーツ選手も数多く訪れるとのこと。この1年健脚健康で生活できることを祈願しましょう。



緑あふれる公園めぐり荒牧バラ公園・昆陽池公園・瑞ヶ池公園

1.開催日：2024 年6月 22日（土）（予備日はありません）

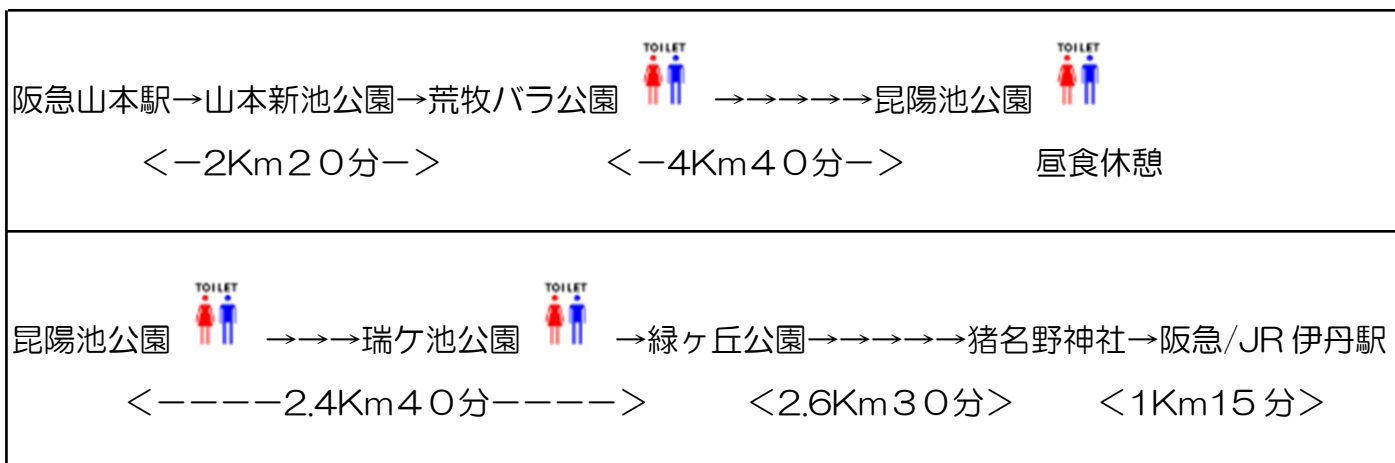
（前日19時前のNHK天気予報で、神戸市の降水確率が午前午後どちらかが

50%以上の場合は中止です。連絡は19時過ぎに各班長から参加者に連絡します。）

2.集合場所：阪急電車「山本駅」 改札前

3.集合時間：10：00

4.歩く距離：約11.0km ・所要時間：約4.5時間（昼食・休憩を含む）



5.解散予定時間：猪名野神社 14：30頃

6.持ち物：マスク・弁当、飲み物、雨具・健康保険証写し等

7.参加申込の締切：6月15日（土）迄に各班長から学年代表に連絡をお願いします

●緊急連絡先：

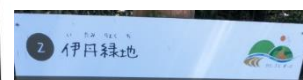
（幹事）園芸 平松 080-1445-8805

hiramatsu410@biglobe.jp

（副幹事）園芸 大野 090-3923-2722

（副幹事）園芸 田川 090-5908-6129

《6月例会のコース》



～神戸市立森林公園 ” あじさい” を見に行こう～

ご注意

担当：B班 前田・宮城・白江

※改札出て右へすぐの旧みなと銀行前

再度ドライブウェイを歩行。三宮行きのバス停もあります。

解散

※②北鈴蘭台駅行き

運転免許証・健康保険証等、該当の方は、必ずご持参ください。

反省会を実施します。鮮度抜群のビール居酒屋です。予約が必要のため下記報告をお願いします。

所要 10 分 往路： 北鈴蘭台駅発：11：05 復路： 森林公園駅発： 13:50、14：20、14：50

健康 :蒲田 090-7363-9388 国際 竹中 090-5061-0771



「HSC 歩こう会」25期6月例会案内

担当：園芸学科

森 林 浴

開催日時：6月22日(土) 【予備日6月23日(日)】

前日の午後7時前のNHK天気予報で兵庫県南部降水確率50%以上の場合、予備日に延期

予備日も同様の場合は中止

行き先：大阪公立大学附属植物園

集合場所：京阪交野線私市改札口前

集合時間：10時

解散時間：13時30分&14時30分

反省会：なし

持ち物：弁当、飲み物、保険証、雨具等

行程：京阪私市駅→駅前公園→天野川→大阪公立大学附属植物園(入場料350円)



***注意*交通量の多い狭い道 6分程度歩くと到着**

園内行程：入園受付→各人ガイドツアー申し込み(無料1時30分より1時間)→今週のみどころ散策

→昼食→13時30分定例ガイドツアー1h→14時30分頃退園解散→京阪私市駅

※ガイドツアー先着順のため参加できない部員や参加したくない部員は13時30分で解散※

アクセス：数種類のルートがあるので安く速いルートJR大阪駅以降を表示

JR環状線京橋鶴橋方面行大阪駅9時02分発→京橋9時9分着→

京阪本線特急出町柳行乗り換えJR北口改札出京阪中央口入

京橋9時19分発(2番線)→枚方市駅9時33分着

交野線私市行普通乗換ホーム階段下り6番乗場枚方市9時45分発→私市9時58分着

緊急連絡先：北口09040358174 馬越09056734435

出欠通知：締め切り6月15日(土)当日、予備日、各反省会の出欠通知を出席幹事長宛て

または、このメールに返信

ガイドツアー：団体予約の受付なし、1日約30組のみ