

森の会ニュース

NO.202.2025年12月15日

発行責任者:法里 四出多、編集:平岡 正和・森田 英二・矢崎 明弘・内藤崇多

2025~2026 シーズンイン

12月早々冬将軍到来

今年の冬は平年並みの予

想で雪が期待できそう

野沢温泉スキー場にはす
でに雪が沢山積もってい
ます

*注¹
シニアは楽なスキーを、
若者はそれなりのスキー
を楽しみましょう

(注1 後期高齢者)

春はふきのとう
夏はビール
秋はさんまのわた
冬は挽きたての
コーヒー
この苦さ、
大人の幸せ



森の会 「日帰りスキー」を計画しました

今シーズンは、「グランスノー奥伊吹スキー場」や「余呉高原リゾートヤップスキー場」等の近郊スキー場への日帰りスキーを計画しました。

詳しくは2ページに掲載

2025～2026シーズン

スキーツアーのご案内

野沢温泉正月スキーツアー

日時：2026年1月2日(金)～5日(月)
現地集合・現地解散

場所：野沢温泉スキー場
宿舎：宮の脇



蔵王温泉スキーツアー

日時：2026年1月18日(日)～23日(金)

場所：蔵王温泉スキー場
宿舎：ペンションぼくのうち



近郊日帰りスキー

*現地集合・現地解散（車乗合せを計画）

日時：2026年2月6日(金)
場所：余呉高原リゾートヤップスキー場

日時：2026年2月18(水)
場所：グランスノー奥伊吹スキー場

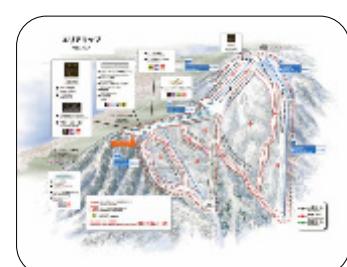
日時：未定
場所：びわ湖バレイスキー場

マップコースガイド



奥伊吹スキー場

びわ湖バレイスキー場



関西ブロック 初滑り・指導員養成研修

日時：2025年12月19日(金)～21日(日)
18日(木)出発 2.5泊

場所：志賀高原一ノ瀬スキー場
宿舎：ホテル山楽

スキー協中央研修会

日時：2025年12月 6日(土)・7日(日)
場所：熊の湯スキー場

京都スキー協 指導員雪上研修会

日時：2026年1月17日(土)・18日(日)

場所：ハチ高原スキー場
宿舎：ホテルプラトーコロナ

京都スキー協主催 ジョイナススキーツアー

日時：2026年2月14日(土)・15日(日)

場所：ハチ高原スキー場
宿舎：ホテルプラトーコロナ



野沢温泉納会スキーツアー

日時：2026年3月19日(木)～22日(日)

場所：野沢温泉スキー場
宿舎：まるじ



12月の初滑り楽しめで す

11月15日 ワクシング会

森田さんに教わりながら田中さんと、あーだこーだといいつつ楽しくワックスがけをしました。

(内藤栄子)



シネマとランチの会

(法里 日出子)

今年度の総会でスキーシーズン以外でも会員が参加出来て親睦が図れる行事の一つとして企画しました。

皆々に予定があり日程の調整は中々困難な中、平日と土日に設定してみました。

今後興味のある映画やランチのお店有れば是非リクエストお願いします。

もちろんランチのみの参加も大歓迎です。

第1回 9月29日(月)

映画 「遠い山なみの光」

二条TOHOシネマズ

ランチ 「いっきゅう」 参加者5名



この映画は戦中戦後を長崎で被爆し、自分自身に目覚めて据から逃れて英国に渡った女性を描いたカズオイシグロさんの原作でした。

ヒューマンミステリーで難解でしたが、時代を背景が違う1人の女性の一生が、余りにも違う同時代を生きた私の母親と重なりました。

(法里)



ハイキングと合同企画 11月22日(土)

毘沙門堂紅葉狩り

ランチ「Cafe monogataru」

参加者4名

参加者7名



健脚組とは別にゆっくり散策組で疎水～毘沙門堂～ランチにショートカット毘沙門堂は拝観して中の襖絵や廊下から見る紅葉の庭園をゆっくり見られて良かったです (法里)



ランチはとっても素敵なお店で美味しかったけど、OPEN間もないため従業員は大変そうでした。
(法里)



ピザを3人でシェアしたけれど、ボリュームがありお腹ポンポン！！
美味しかったけど…1時間待つ間に歩いて温まっていた体が冷えた～！！ (内藤)

第2回 10月29日(水)

観覧 「民藝誕生100年-京都が紡いだ日常の美」
京セラ美術館

ランチ「河道屋養老」

参加者7名



木食の像は、なだらかな曲線が美しく、顔は必ずしもその像の顔にかなつたものでないものもあり、ユーモラスな顔や怖い顔など様々で、陶器手向けの作家だと思っていた人の家具や彫り物を、初めて見て驚いたり感心したり。

なかなか数を揃えた立派な民藝展でした。

朝は寒かったのですがお天気に恵まれて、帰りの道中も気持ちよかったです。久し振りにお目にかかれた方もあり、楽しかったです。

(丸谷)



今日の「民藝誕生100年-京都が紡いだ日常の美」は中々見応えがありました。

京都を起点に、庶民の日常身近な器や家具や織物に、美を感じて深めていった人々の関わりと情熱が良く伝わってきました。

民藝は人其々好みの分かれる所だと思いますが、一時民藝に魅せられた私は、その発祥が京都の地だった事を知り、日常の美に敏感な京都の人と風土に納得でした。

(法里)



第3回 11月29日(土)

映画「てっぺんの向こうにあなたがいる」

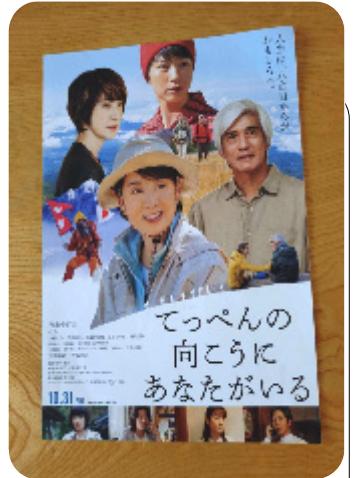
MOVIX京都 参加者3名

ランチ「酒粕吟釀玉の光」 参加者6名

今回はランチのみの参加が3名もありました。

久し振りに埼玉に移住された上ヶ原さんにも会えて、まだ仕事もされてお元気な近況など聞くことが出来ました。

(法里)



ハイキング

(内藤 栄子)

8月17日『大文字山』



歩きに行きたいと言った佐野さんを誘って大文字山へ。暑くなるので朝7時に蹴上で集合して歩き出す。

人も少なく、哲学の道を進み法然院の所から登りだす。

月待山を通って北斜面に向かう。鹿山、小鹿山に登って、熊山を経て大文字の山頂へ。ここでゆっくり昼食を食べ、その後久しぶり

に大の字の所へ降りることに…

何度見てもパッと広がる京都市内の景色に感動！！ゆっくり休憩するつもりが、雨雲が近づいてくる！！！ポツポツ…ザー。慌てて小屋に避難。雷も鳴ってドキドキ！！40分ぐらいで止む。



前日の送り火の消し炭を拾っている人がいて、話を聞くと…厄除けになるとか。2人で少し拾って、また雨が降ってきたら大変なので急いで1番近いルート、善氣山から法然院に降りる。

9月15日『大文字山』

今回も蹴上集合。法然院から善氣山に登り、北斜面に向かうが…随分下る。

その時点で「え～！あんなに登ったのに降りるの～！？」と心がメゲる…。



一番めげたのは矢吹さんかも…(笑)
暑さもあって登り始めてハアハア…最短距離で山頂に向かうこと

にする。
山頂に着いてゆっくり昼食を食べて、下山はどっちに？と相談して山科側に降りることに。

ここでいただいた冷たい梨が美味しかった！！(平岡)



11月22日 『紅葉狩りのハイキング&ランチ』

山科駅集合、1人・2人減って3人で出発
紅葉真っ盛り！！疎水辺りをのんびり歩く。



船が通り思わず手を振る。
メンバーを見て歩けそうなので、里山三山(神山、聖山、鏡山)を経てランチのお店へ…以前と違う道を降りたみたい…だけどバッチャリ店の前に降りてランチに無事合流！ピザを3人でシェアしたけれど、ボリュームがありお腹ポンポン！！

美味しかったけど…1時間待つ間に歩いて温まっていた体が冷えた～！！

その後、皆と分かれて毘沙門へ行ってからオフトレに合流しました。



神山



鏡山



聖山

オフトレ行事報告

(森田 英二)

2025年度森の会オフトレは、6月28日（森の会総会第1部として）を皮切りに、9月20日、10月11日、11月22日と4回山科地域体育館会議室・研修室で行いました。

毎回5~6名の参加（10月11日は3名）で、延べ20名の参加でした。

内容は、「古武術の動きから学ぶ身体操法」～中高年のための全身運動～びわこ成蹊スポーツ大学教授・高橋佳三監修の「古武術から学ぶ100歳まで動けるカラダ」を参考に、高橋佳三先生のビデオを見ながらのトレーニングでした。



主に股関節、肩甲骨を柔軟に使うメニューで、身体の堅い人も前屈や股割がやりやすくなったり、横から押されてもグラつかない姿勢のとり方、野球のバッティングやゴルフのスイングで爆発的な力が出せることなど、いろいろ勉強になることが多くあり、スキーのケガ予防とレベルアップに活かせる内容でした。



次のYouTubeも参考にしてください。

① 「爆発的な力が出せる股関節の使い方」<古武術>



② 重心を一瞬にして操る
<古武術式・膝抜き>



11月22日には
「スキー教程」の
ビデオを観た後、
森田さんの実技講
習を受けました
(平岡)

LINEから転載

子安ファミリーだより

11月29日・30日家族旅行で軽井沢と群馬サファリパークへ行ってきました。

サファリはライオンやホワイトタイガー・バイソン・ゾウ・ラクダ・レッサーパンダなどが近距離で見られました。草食動物や猛獣のエサやりは孫がスリルを体験しました。



写真は令和5年当時の伊勢さん

伊勢さんからの 近況報告です

皆様お元気でお過ごしのことと存じます。私はあいも変わらず畠仕事です。しかし、年毎に暑くなる気候、作付けする時期が昔と違い、迷うばかりです。虫たちも春早くから12月中頃まで活発で困ってます。各地で熊の目撃のニュースが話題になってますが、こちらでも宮川上流に来てます。猛暑で樹の実が無く、イノシシもひたすらミミズを探してます。温暖化の原因は人間にあるのにと考えさせられます。

初滑りに行ってきました

12月7日

やまびこは積雪65cm
今年の野沢温泉スキー場は、雪に恵まれそうです。

(平岡)



つなごう 支援の輪

機関紙編集担当

森田 英二、矢吹 明弘、平岡 正和、内藤英子

※皆さんからの便り、ご意見、投稿などお待ちしています。