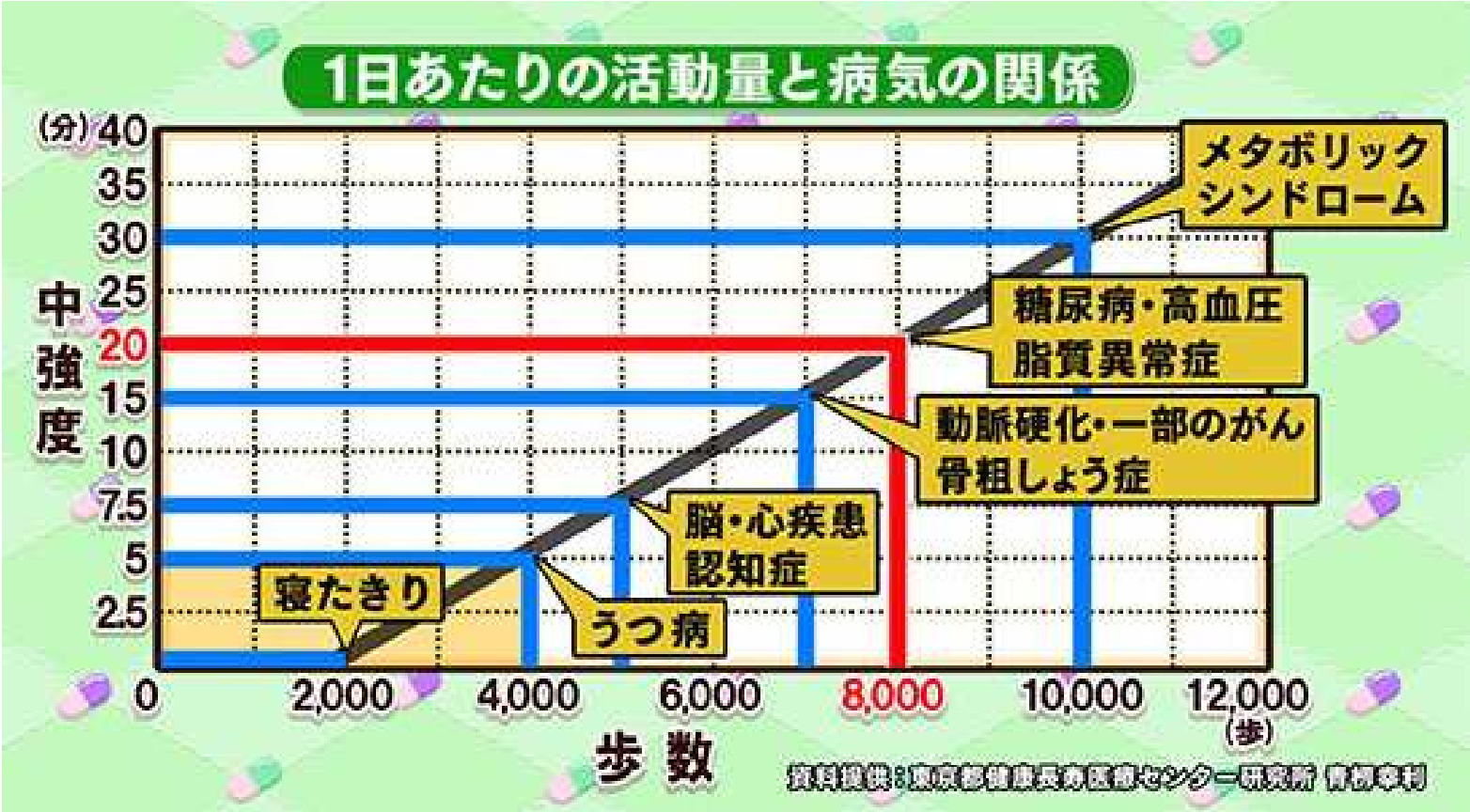
2017年新春　1日8000歩　早歩き20分　健康walk
新春の西神戸近郊を巡る

2016秋の検診結果の評価表が送られてきて「こら　あかん!!」と
運動不足解消がまず第一と主治医も言う
新春の近場毎日Walk　気分は好奇心いっぱいの探検気分
知らなかった景色や古い道など色々　毎日の出会いが楽しみに!!



中強度のwalkとは　：　速歩き、犬の散歩、山歩きなど

1日あたりの運動量の目標がTVに示されていたのを見て、目標値の目安も判った。
風来坊の気楽さ　ちょっとやってみるかと　デジカメ片手の新春の近場毎日Walk
気分は好奇心いっぱいの探検気分　三日坊主にならずに　何とか続いています。
体重は少し下がりましたが、効用は未だこれから。

新春の西神戸界隈　知らなかったことが随所に。　気に入った景色をスライド写真に。
毎日はちょっと時間的にきついのですが、何とか　続けたいと

1日8000歩Walk　周辺地図

新春　もうこんなに美しく水仙が咲いていました　　2017.1.1.　妙法寺車の郷で

我が家の庭の蝋梅も美しい　2017.1.1.

我が家の庭の蝋梅も美しい　　2017.1.1.

2017年新春　１日8000歩　早歩き20分　健康walk
新春の西神戸近郊を巡る

1. 2017.1.2.午後　久しぶりに白川峠を越えて　新春の白川の集落の中を北に歩く
2. 2017.1.3.　長田の森の長田神社へ初詣
3. 2017.1.9.　須磨の海を見たくて足慣らし　西六甲の端　横尾道から旗振り山へ
4. 2017.1.10.夕　夕日が美しい冬　夕日のポイントを探して 妙法寺 緑が丘へ
5. 2017.1.11.　「神戸柳原十日戎」の残り福を授かりに
6. ２０１７.１１２.夕　西六甲の縦走路を見渡せる丘　高塚山から総合運動公園へ
7. 2017.1.14.　ラグビー観戦して 神戸御崎公園から長田まで歩く
8. 2017.1.14.夜　妙法寺 車の里　車大歳神社の翁の舞
9. 2017.1.17.　鵯越の墓園から明石海峡を眺める
10. 2017.1.18.　2017年新春 健康walk　多井畑厄神へ

抜けている日も　雨でない限り、近くの妙法寺駅や名谷駅周辺往復walkをやっていました

1日8000歩Walk　2017.1.2.

2017.1.2.午後　久しぶりに　白川峠を越えて
新春の白川の集落の中を北に歩く

白川JCT
山伏山神社
石抱きカヤ
藍那古道
しあわせの村
白川
大歳神社
白川の郷
入口
夫婦岩
神戸三木線
東白川台
名谷ニュータウン　白川台
白川峠
© 2016 ZENRIN
徳川道沿いに広がる白川の郷
新春 白川の社&巨樹を訪ねる
夫婦岩
東白川台
白川台

神戸三木線　白川峠を北側へ下り、右手奥への古い山あいの街道筋に沿って　白川の郷が広がっている。
今日は　久しぶりに村の中に入って　新春の大歳神社　そして　村の中心部の分岐にある大きな樹を見に行こう。

峠から神戸三木線を下ったところ、北側に集落が見えだしたところに、県道16号と神戸三木線の県道22号の2つの標識が建っているところが　北側に広がる白川集落の入口。
北へ県道16号に入る。 県道ではあるが、白川集落の細い生活道路。 でも　古くからの街道筋である。　 六甲の裏側を藍那を通り、明石へ抜ける西国街道の裏街道　六甲越の徳川道の一部(藍那古道)。東側に広がる集落の中　白川と伊川の合流点を北渡り、山裾にぶち当たって　街道は伊川に沿う山際を東に向かう。 右には白川峠をトンネルで抜けた高速道路がみえる。

(photoはgoogle earthなどインターネットより)

(photoはインターネットより)

六甲越してきた徳川道(藍那古道)が白川郷を抜け、太山寺・明石へと続く
西神戸　白川郷　　2017.1.2.

住宅の間の細い道を下っていきます。清太橋で白川を渡る。橋を渡ったところに白川の　夫婦岩の案内板が立っていて、ここを右に進むと夫婦岩方面なのですが、さらに北へ真っ直ぐ進む。
宮前橋で伊川を渡ると道は伊川に沿って東にカーブしながら傾斜地の上へ登ってゆく。上下に分かれた道の左側の坂を上ると左手に大歳神社の石碑の建つ石段。境内へ石段を登って　あっとびっくり。

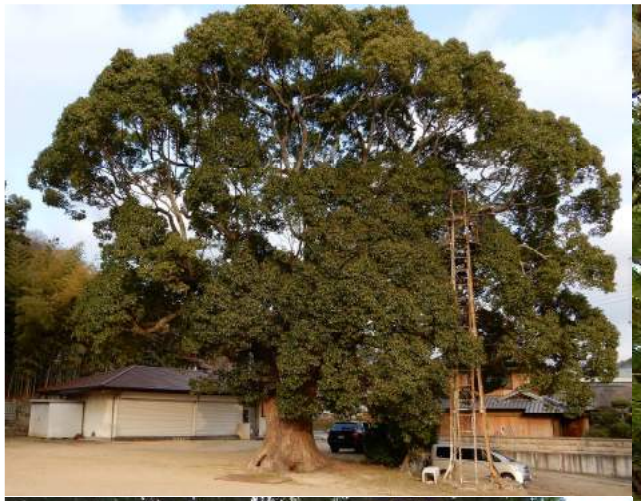
(photoはインターネットより)

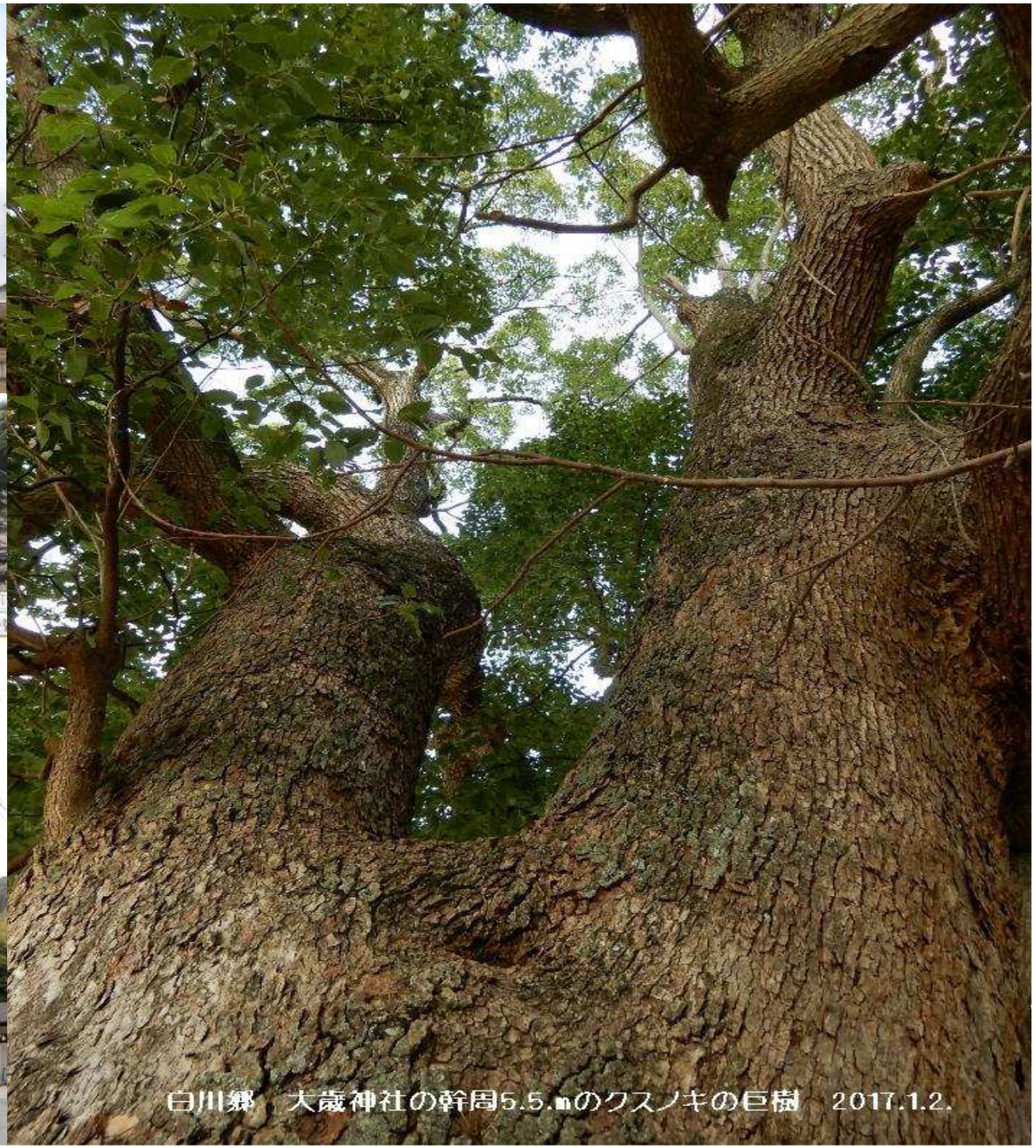
境内の端にある巨樹が飛び込んできて
ビックリ!! 坂の上 いつもは見過ごす巨樹
さすがに　古くからの街道筋の鎮守様
新春にエネルギーをもらった巨樹です
西神戸 白川の郷大歳神社 クスノキの巨樹 2017.1.2.

白川大歳神社

995（長徳元）年、この山村に疫病が大流行したので、須佐之男命を迎えて疫病退散を祈願したといわれていますが、それ以前からあったというこの郷の古い社

境内には幹周が550cmといわれる堂々とした楠の巨樹。 社殿のわきには大杉も。
いつもは通り過ぎる大歳神社の巨樹にびっくり





白川郷　大歳神社の幹周5.5.mのクスノキの巨樹　2017.1.2.

大歳神社からさらに東へ坂道を集落の奥へ　　高速道路をくぐってゆく
集落は伊川沿いなのですが、川の上の傾斜地なので川は見えない。
この白川の郷周辺は幾重にも泥や砂が重なった地層で　神戸でも有名な化石
出土地帯。　崖には幾重にも重なった地層が見える。

白川峠をトンネルで潜り抜けた阪神高速北神戸線が北へ白川の村を渡ってゆく 2017.1.2.

Google earth より

今日のwalkの目的地　石抱きカヤが海道筋のT字路に見える。
徳川道(藍那古道)はここで左手へ折れて　北の藍那に向かう。
また　まっすぐ行くとしあわせの村･すずらん台へと続く県道16号線なのですが、
ここから先は白川の郷でストップしている。　**2017.1.2.　白川郷　石抱きカヤ**

北への藍那古道への分岐　県道16号開通部の終端にある巨樹「白川の石抱きカヤ」2017.1.2.

幹周/4.5m　樹高/20m 樹齢/推定350年　裏の根元に石を抱き込んでいる

西神戸白川郷の中心部にあるカヤの巨樹（白川の石抱きカヤ）　2017.1.2.

幹周/4.5m、樹高/20m、樹齢/推定350年。根元に石を抱き込

西神戸白川郷の中心部にあるカヤの巨樹(白川の石抱きカヤ)

2017.1.2.

裏の根元で　石を炊き込み別の木も生えている

白川の石抱きカヤ　**2017.1.2.**　幹周/4.5m　樹高/20m 樹齢/推定350年

その生命力とたくましさにびっくり。

徳川道の街道筋の角　街道をゆきかう多くの旅人が目を奪われたのに違いない

この樹のすぐ北の山の中腹には山伏山神社があり、この宮への参道の入口でもある。　(今は少し東へ入ったところから奥へ上る)

石抱きカヤのすぐ横から、山伏山神社へ登る石橋が見えている。
この道が参道だったのでしょうが、奥の家への私道に見えたので、家並みが続く街道を少し東へ入って　山伏山神社の石碑のある所から　まっすぐ神社へ登りました。

白川郷 山伏山神社 2017.1.2.

白川郷 山伏山神社 2017.1.2.

白川郷 山伏山神社 2017.1.2.

一の谷の戦いで、義経が鵯越を越えるために先導役を依頼した鷲尾三郎義久。
その子孫といわれる白川鷲尾一族の氏神との伝承も残る山伏山神社。
祭神は猿田彦の命。　創建は、応保2年(262)と伝えられるが、由緒は明らかではない。

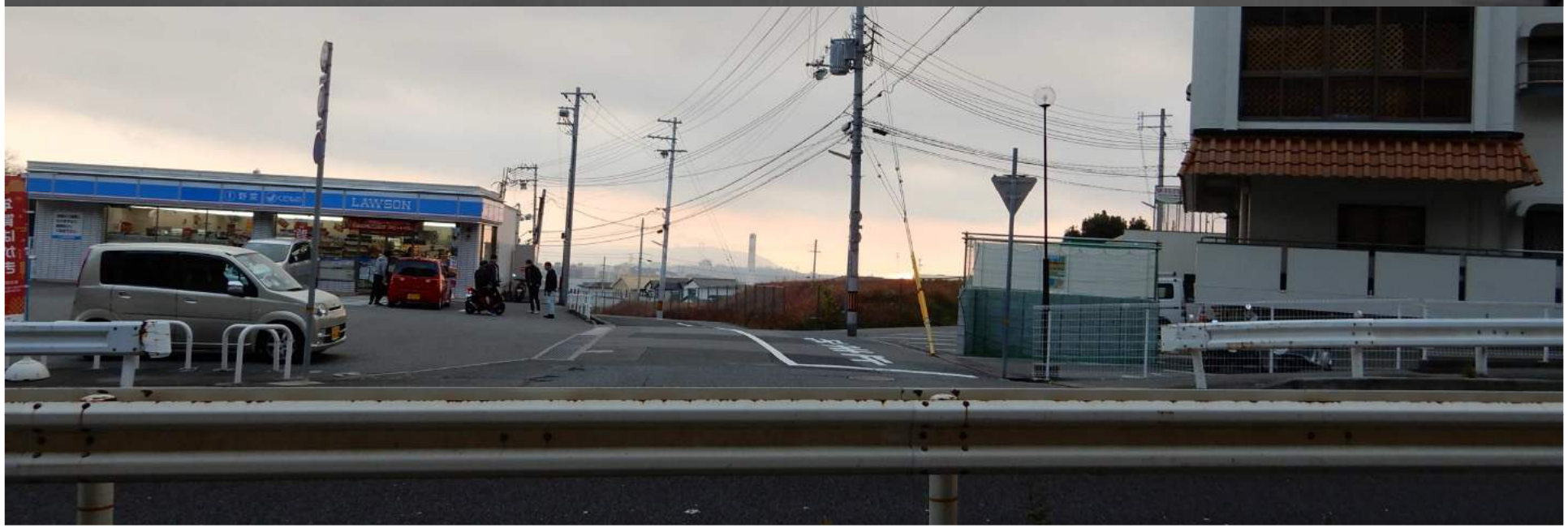
樹木の間からは南西の方向に広がる白川の郷が見渡せる
2017.1.2.　山伏山神社

帰りは伊川に沿って　集落の縁を西へ集落の入り口へ戻る　2017.1.2.

白川の集落の下　伊川沿いの道

白川峠をトンネルで潜り抜けた阪神高速北神戸線が北へ白川の村を渡ってゆく 2017.1.2.

夕暮れの白川峠　南西側　明石海峡・大橋が茜色に　　2016.1.2.



夕暮れの白川峠から眺める茜色に染まった明石大橋　　2016.1.2.夕

1日8000歩walkのスタート　新春白川の郷にある巨樹のパワーふんだんに!!
六甲越えの徳川道が白川の家並みの中の街道ということも初めて知りました。
周囲を眺めながら　ゆったりと歩くと　知らなかったことが色々見えてくる。
健康walkは別にして　面白い。　1日8000歩walk次はとのルートを歩こうか・・・・

夕暮れの白川峠から眺める茜色に染まった明石大橋　　2016.1.2.夕

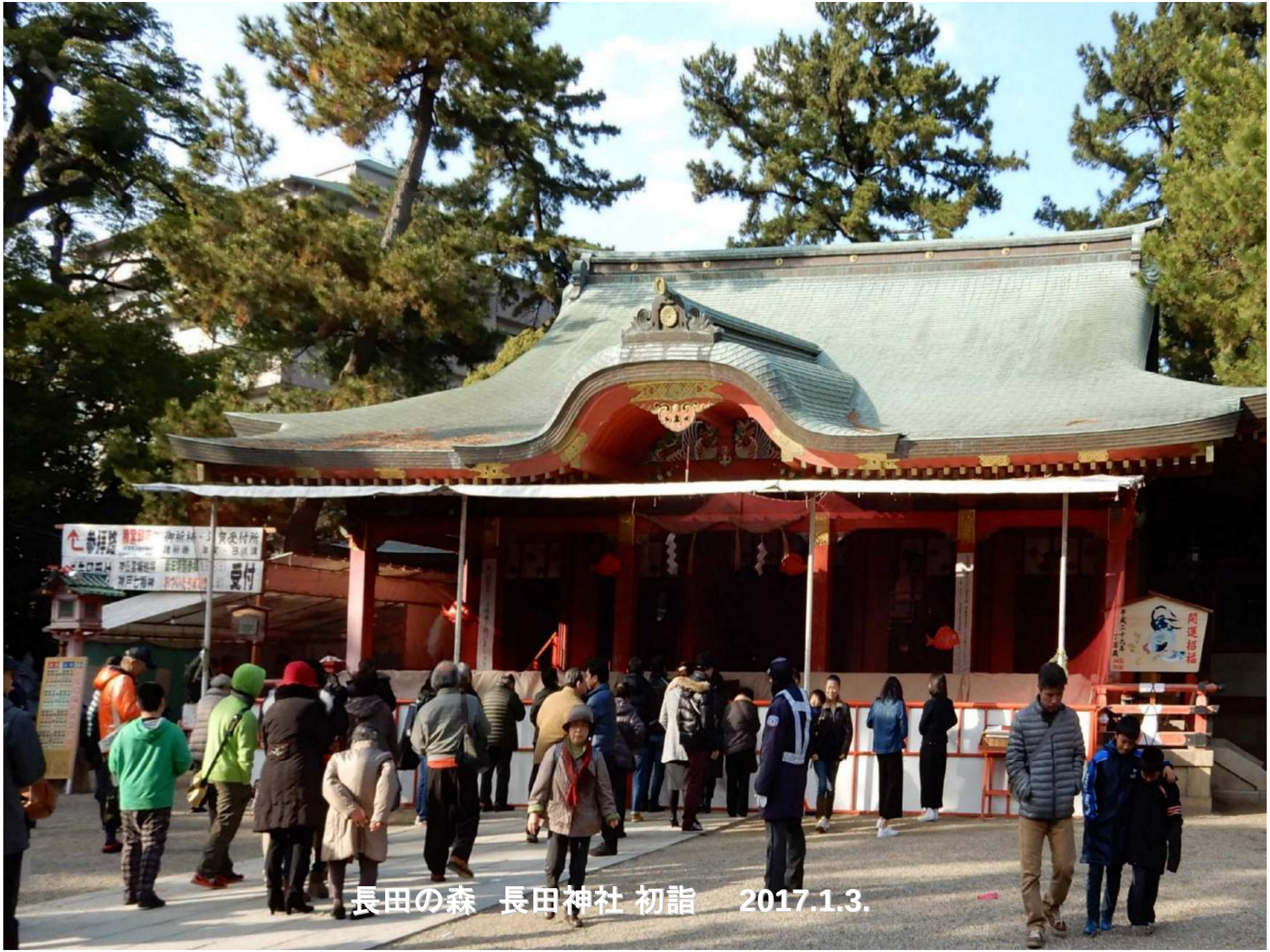
1日8000歩Walk　2017.1.3.

長田の森の長田神社へ初詣　2017.1.3.

今日は長田神社へ　歩いて行ってみる。 緑が丘から高取山の肩の峠を越えて丸山から長田の森へ
帰りは　高取山南山麓の山裾を板宿へ　よく知らぬ長田の家並みを禅昌寺に出て、妙法寺川沿いを北へ帰ってくる。　約24000歩ほどになりました。

2017.1.3. 長田の森　長田神社初詣

長田の森　長田神社 walk　高取山山裾をぐるりと巡る



長田の森　長田神社 初詣　　2017.1.3.

2017.1.3. 長田の森　長田神社初詣

1日8000歩Walk　2017.1.9.

須磨の海を見たくて足慣らし　　西六甲の端　横尾道から旗振り山へ

正月3ケ日が済んで、年初めの雑用や2017年へのPCの整理に費やしました。
この間も　薬をもらいに名谷北落合までwalkしたり、名谷や妙法寺駅　また、夕日を眺めに緑が丘の上まで歩いたり、1日8000歩walkは継続。
風邪のぶり返しを恐れていましたが、大丈夫なようなので
山歩きを確かめたくなって　いつもの旗振り山までのコースに出かけました。

横尾道より、西六甲の端　おらが山・鉄拐山・旗振り山を眺める　2017.1.9.

横尾道から眺める明石大橋　2017.1.9.　今日もやっぱりかすんでいました

バス道路を高倉台の街をおらが山の登り口へ　　2017.1.9.
小雨が降る曇天でしたが、雨もあがり、青空がのぞき始め、正面に旗振り山が見えている

おらが山の登り口から縦走路へ登ってゆくと明石大橋が遠望　2017.1.9.

新春　澄み渡っていると思うのですが、今日もまた　くっきりとした大橋が見られなかった

南東側　須磨の海をバックに　左端に高取山・横尾山が重なり　須磨海岸の山々

横尾道から西六甲縦走路へ　高倉台おらが山からの展望

2017.1.9.　左：大阪湾　中央: 旗振り山への縦走路　右: 明石大橋･播磨灘

南西側　左端　明石海峡から名谷のニュータウン・高取山と横尾山が重なって見える

ちょうど潮が良いのか　沢山の船が　須磨の海を明石海峡に向かう　2017.1.9.　おらが山より

縦走路を旗振り山へウバメガシの林の中を抜けてゆく　2017.1.9.

勢揃松

冬の縦走路　落ち葉が幾重にも積み重なって敷き詰められている場所も　2017.1.9.

六甲連山が明石海峡に落ちる縦走路の西端　摂播国境の旗振り山　　2017.1.9.

雑木林の中に光が差し込み　電波塔が見えると摂播国境の旗振り山　家から約１２０００歩で頂上
風邪が治らず、ハイクを自重していたが、快調に頂上へ　大丈夫のようだ

旗振り山頂上　すっかり晴れて明石海峡が輝いている　2017.1.9.

旗振り山から　南東側　須磨の海を海峡へ向かう船群　2017.1.9.

旗振り山から　南東側　須磨海岸・神戸市街地遠望　2017.1.9.

旗振り山から　南西側　雲間から漏れる日差しに光り輝く明石海峡　2017.1.9.

新春　須磨の海を明石海峡に向かう船群　2017.1.9.

新春　日差しに光り輝く明石海峡　2017.1.9.

午後4時　自宅に帰った時にはすっかり日差しも弱まり、若草山にはお月さんが見えました　2017.1.9.

午後4時　西の空は茜色に　今日は往復約23000歩に
坂道を変えるのがちょっと嫌に　2017.1.9.

美しいシルエットの須磨アルプスのすく横に淡路島・明石大橋が顔を見せ、
そのすぐ横　播磨灘に夕日が落ちてゆく

緑が丘最上部「風早バス停」付近から眺める夕暮れ　須磨アルプス・明石海峡の夕暮れ　2017.1.10.

夕日が美しい冬　夕日のポイントを探して
2017.1.10.夕　妙法寺 緑が丘より
緑が丘最上部「風早バス停」付近から　明石大橋のすぐ隣 播磨灘に落ちる夕日　2017.1.10.夕

緑が丘最上部「風早バス停」付近から播磨灘に落ちる夕日　2017.1.10.夕

妙法寺 緑が丘最上部「風早バス停」付近から眺める夕日　2017.1.10.夕

須磨アルプス・明石大橋のすぐ隣の播磨灘沈む　まんまるの夕日を眺
められました。 今日の健康WALK 約8000歩でした　2017.1.10.
緑が丘最上部「風早バス停」付近から播磨灘に落ちる夕日　2017.1.10.夕

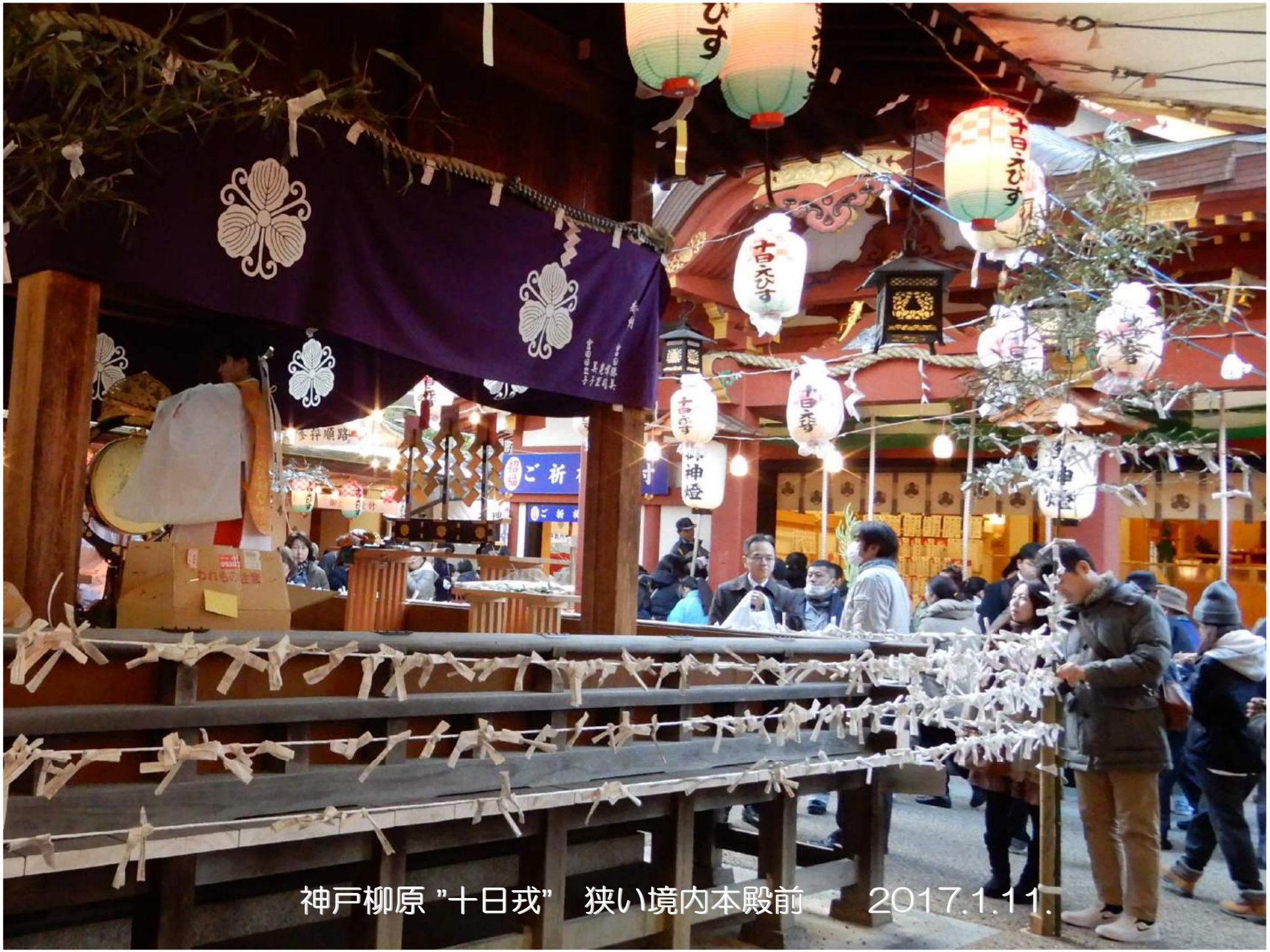
１日8000歩Walk　2017.1.11.

2017.1.11.　「神戸柳原十日戎」の残り福を授かりに

関西では１月１０日は”えべっさん(えびす祭り)”
１月１１日の午後　久しぶりに兵庫駅近くの柳原の蛭子*神社*へ残り福を授かりに。
もう何十年ぶりでしょうか?　兵庫駅前から神社前までJR沿いに出店がびっしり。
若者たちもいっぱいで にぎわっていました。
本家の西宮戎・大阪は今宮戎そして尼崎は倉持戎　なつかしい”えべっさん”です。
「えべっさんは 耳が悪いから よう鈴振って」の声に　昔よくそう聞いたなぁと。
長田神社のちょっと東より　寄り道せず直行したので自宅から往復約20000歩ほどでした。

神戸柳原十日戎　兵庫駅からJR南側沿いの道には神社まで出店がいっぱい　2017.1.11.

歩行者天国になった柳原蛭子神社前の交差点　2017.1.11.



神戸柳原 ”十日戎”　狭い境内本殿前　　2017.1.11.

神戸柳原 ”十日戎”　狭い境内本殿前

本殿には招福マグロに灘の酒がびっしりと並んでいました

マグロの奉献はやっぱり今はやりなんだと…

神戸柳原 ”十日戎”　残り福を授かりに

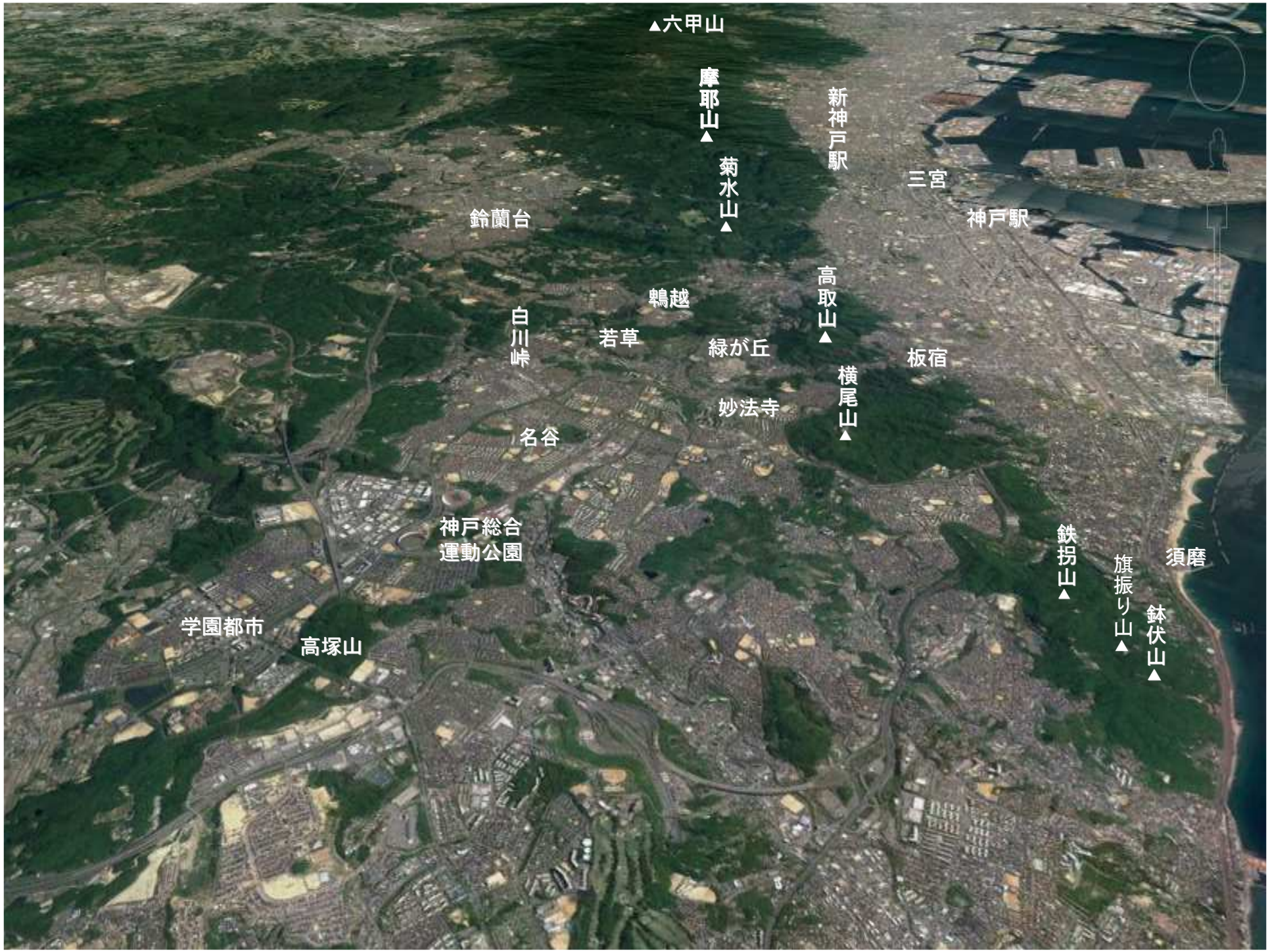
神戸柳原 ”十日戎” 夕方続々と人が詰めかける中　帰途に　2017.1.11.夕

2017.1.11. 「神戸柳原十日戎」健康walk 約20000歩ほどでした

１日8000歩Walk　2017.1.12.

神戸総合運動公園に隣接する小高い丘　高塚山
２０１７年１月１２日　この南側に住む息子宅の帰り　この高塚山の尾根筋を越えて運動公園へ　　そして家まで歩くことに　2017.1．12.夕

歩いてびっくりしたのですが、雑木林に覆われた小高い丘全体が　最近幾つものウォーキングコースによく整備された。展望所も尾根筋にはいくつもあり、さえぎるものもなく、旗振り山から遠く六甲山頂まで　西六甲縦走路の山々が全部見渡せる絶好の場所。　周辺の展望にはここが一番と。また、近くの人によれば　ここからは朝の日の出・夕の日没　どちらも見られる絶好のポイントだと。


▲六甲山
摩耶山▲
菊水山▲
新神戸駅
三宮
神戸駅
鈴蘭台
鵯越
白川峠
若草
緑が丘
高取山▲
板宿
横尾山▲
妙法寺
名谷
神戸総合
運動公園
学園都市
高塚山
鉄拐山▲
旗振り山▲
鉢伏山▲
須磨

神戸学園都市

高塚山ハイキングコース案内板

◆ハイキングコース収集データ

距離：3170m　高低差：80m
時間：約50分　カロリー：270kcal
歩数：4550歩

◆高塚山ハイキング道の歴史

- 2000年前からの古道で、江戸末期には西国往還付替道として整備された（柳川道）。
- 転法輪寺（垂水区中山）と太山寺（西区前開）をつなぐ参拝道でもあった。
- 昭和初期からハイキング道として利用され、昭和47年「太陽と緑の道」として再整備された（昭和56年、ニュータウン開発により通行止めになる）。
- 平成20年11月から高塚山を愛する会と地域住民有志にて、ハイキング道復活整備を開始し、その後多くのウォーキングファンに利用されている。

◆高塚山の説明

- 標高186mで、かつては里山であった。
- 南は明石海峡大橋、淡路島等の眺望が眼下に広がり、北は雄岡山、丹岡山等の広大な山並みが一望できる。
- 山頂に地域守護神の高塚稲神社があり、元旦の初詣とご来光拝礼には大勢の参拝客で賑わう。
- ハイキング道は夏でも涼しく、木漏れ日を受けながら森林浴が楽しめる。また、四季折々の自然のすばらしさを満喫できる。
- かつては海底であったり湖底であったりした時代があり、貝殻や樹木の化石が出土する。
- 6世紀後半の古墳群が存在していた。また高塚山断層があるとされている。
- 地下に新幹線や神戸淡路鳴門自動車道が通っている。

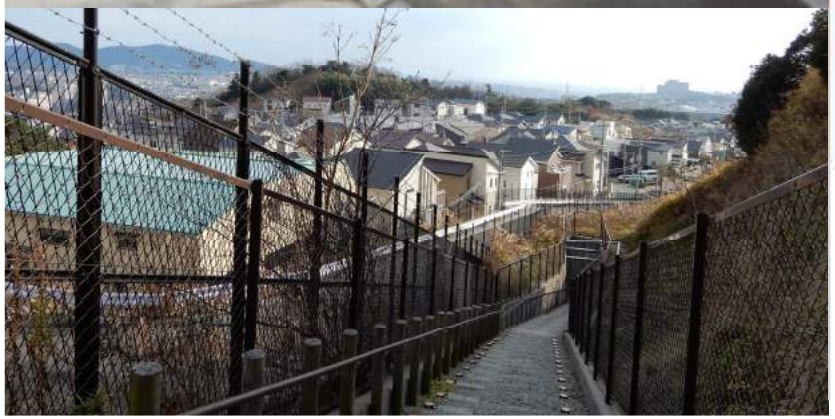
◆ヒロコバ丘の説明

- 6.5ha（平地1ha）の広大な山肌に、四季折々の花が楽しめるよう、平成23年から、地域住民とともに、桜、梅、百日紅、紅葉などおよそ1000本の植樹を進めており、達成は平成27年の予定。
- 標高148mで、周囲を巡回しながら360度の眺望が楽しめる。

◆案内板の製作について

この案内板は下記有志が共同で、平成26年3月に製作したものです。

- 高塚山を愛する会の会員を中心とする地域住民有志（ハイキング道整備）
- 流通科学大学 スポーツ健康マネジメントコース 大島ゼミ（距離や歩数、消費カロリー等のデータ）
- 平成24年度神戸芸術工科大学卒業生 佐藤未来（図案デザイン）
- 神戸芸術工科大学 クラフト・美術学科 安森ゼミ（案内板木部制作）
- 神戸芸術工科大学 ビジュアルデザイン 倉ゼミ（案内板グラフィックデータ）
- 神戸研究学園都市大学交流推進協議会 共同研究交流助成金（製作費）



高塚山癒しの森林内の散策道マップ
駅
県道
神戸市営地下鉄学園都市駅
神戸市営地下鉄総合運動公園駅
神戸外大／
グラウンド
ジェームス山
自動車学院
北出入口
桜並木
北展望台
第１沢オアシス
第１高台オアシス
大径木のスギ
ケヤキ
第２高台オアシス
大径木のコナラ
第２高台オアシス　大径木のヤマモモ
第２沢オアシス
大桜
第３高台オアシス
オオルリ
第４高台オアシス
至西出入口（垂水学園都市線県道）
竜神社
南出入口トンネル
★南入口のトンネル
西出入口
森のコンサート会場
ゴルフ練習場
小東山手
中央公園
小東山手１丁目バス停
垂水学園都市線県道
ヤマダ電機
南展望台
明石海峡

垂水区小東山手1丁目の登山口から見た高塚山

この階段が高塚山ハイキング道の南入口

山頂の展望所
南側の展望が素晴らしい

旧称グリーンスタジアム神戸も見える

山頂の高塚竜神社

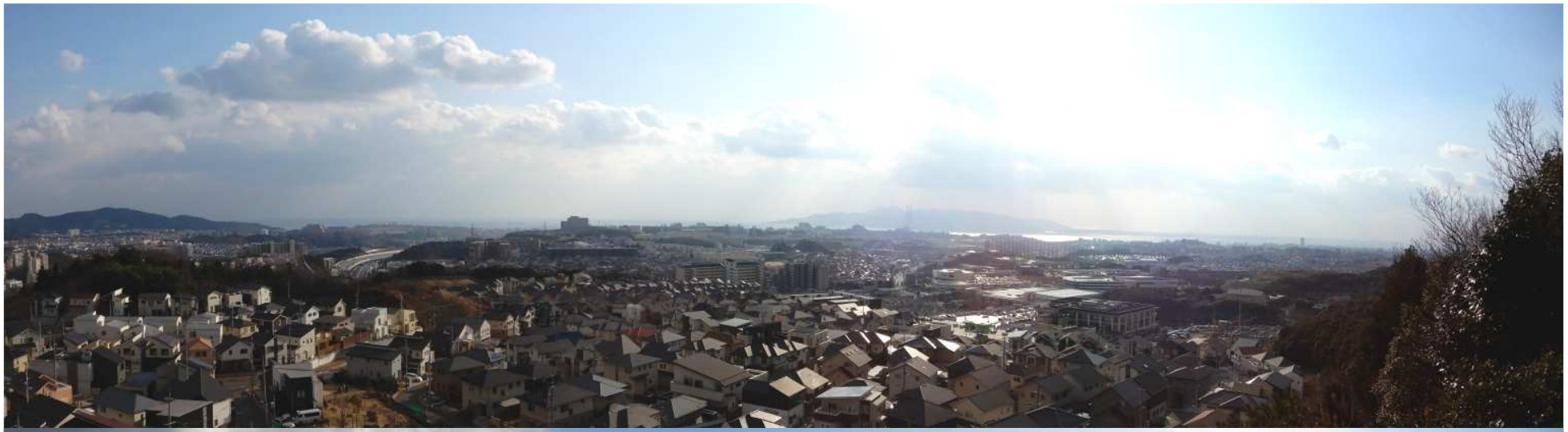
竜神社裏の基石

小東山手の住宅地のすぐ上に見える高塚山の南展望台に上ってみる。
住宅地ができて、道も整備され、だれでも登れる展望台という。 興味深々で展望台へ
そこから北へ　運動公園への健康ハイク。
誰でも行けると聞くので　雑木林の中の尾根筋行けば何とかなるだろう。
高塚山の南入口より階段を上って高塚山へ　2017.1.12.
小東山手の住宅地の背後左端に西六甲の端旗振り山が見えている

金網越しに名谷のニュータウンの向こうに高取山そして横尾・栂尾山から高倉山の西六甲の山々が
手に取るよう。　さえぎるもののない視界全体に南側の大展望がみえそう。
前々から　西六甲縦走路全体が見渡せるポイントを探していたのですが、瓢箪から駒
嬉しい期待が高まる

10分も登れば展望台。 孫たちが登るというのも
この場所のようだ。 2017.1.12. 高塚山南展望台へ

登りきると明石海峡・淡路島を正面に　さえぎるものがない西神戸沿岸部の展望がパッと開けた。
探していた西神戸全体を見渡せる展望スポットはここやと　　2017.1.12.高塚山南展望台



高塚山南展望台から眺めるさえぎるもののない大展望　2017.1.12.

高塚山南展望台から眺める大展望【1】　南東側　西六甲縦走路の山々

高塚山南展望台から眺める大展望

高塚山南展望台から眺める大展望【2】　南西側　明石海峡・淡路島

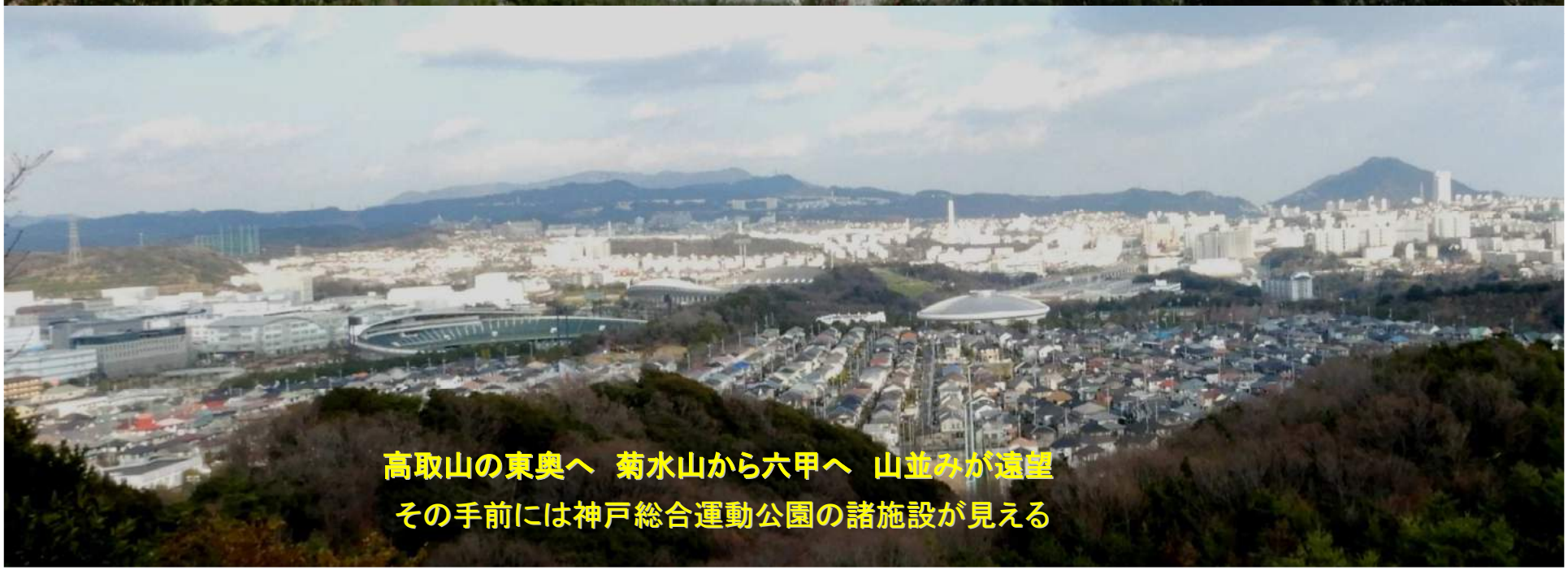
少し霞んでいますが、真正面に広がる 明石海峡大橋 と 淡路島　2017.1. 12. 高塚山南展望台より

少し霞んでいますが、真正面に広がる 明石海峡大橋 と 淡路島　2017.1. 12. 高塚山南展望台より

西六甲縦走路の山々【1】 南東側 西六甲の西端 高倉山から鉄拐山･旗振り山

西六甲縦走路の山々【2】南東側　鉄拐山　須磨アルプス(横尾山)　栂尾山

西六甲縦走路の山々【3】南東側　高取山の東奥へ　菊水山から六甲へ　山並みが遠望



高取山の東奥へ　菊水山から六甲へ　山並みが遠望
その手前には神戸総合運動公園の諸施設が見える

東の六甲連山・西六甲縦走路　そして西の明石海峡・淡路島から播磨灘へ　まったく遮るもののない大展望
展望台に上ってきた近くの人によれば　この高塚山南展望台は
「夜明けの朝日　昼　輝く明石海峡の海　海に沈む夕日」と一日中いても飽きない場所だという

展望台の北　隣接して　赤い鳥居の高塚龍神の社があり、　そこから北へ
雑木林の中の尾根筋によく整備されたハイキングコースが整備されている

この高塚山の尾根筋へは　北・西の入口や運動公園から入り、龍神の社の記憶もあるのですが、こんなによく整備され、展望が開けた南展望台や南入口があるなど全く知りませんでした。

30分ちょっとの散策　うれしい散策路を見つけられたとルンルンで
思いながら、学園都市の北入口へ出てきました　　2017.1.12.

高塚山の北入口のすぐ東は　オリックスバファローズの独身寮と練習場。
まもなく大阪に移るのですが、若きイチローが過ごした部屋が今も残る。
入口にいるフアンに声をかけると「今　T-岡田が帰ったとこや」と

オリックス バフアローズの青涛館前　2017.1.12.

地下鉄総合運動公園で　グランドの後ろに高塚山の山並み　日没近し　2017.1.12.夕

自宅近くに帰った時には　もう　夕暮れ
息子の家からも高塚山越えで帰ろうと歩き出したのですが、こんな素晴らしい展望台が高塚山にあるとは･･･。　探し当てた展望ポイントに満足感いっぱい。
一度よく晴れた日の日没近くに登ってみたいと。学園都市－高塚山－総合運動公園－自宅まで　今日の健康ハイク約12000歩でした　　2017.1.12.

１日8000歩Walk　2017.1.14.

1.14.　健康walk　ラグビー観戦して 神戸御崎公園から長田まで歩く

夜は家内と妙法寺車の里　大歳神社の重要無形文化財「翁の舞」を見に行くことに

ラグビーワールドカップ2011の南アフリカ共和国代表　ジャックフリーが　2017.1.14.
ラグビートップリーグ最終節 サントリーサンゴリアス戦（於ノエビアスタジアム神戸）を
以って現役引退し、コベルコ スティーラーズを離れる。
試合では　いつもバックスから大声を出して士気を鼓舞して、相手のラインを突破してゆく。
また　スクラム周辺にも果敢に飛び込んでゆく。
この闘志あふれるプレースタイルが好きで、ここ数年ラグビー観戦に通った。
そのフーリーが引退する。この試合はぜひとも見たい。

**寒波襲来の1.14.ですが、ラグビー観戦して、神戸御崎のノエビアスタジアムから板宿周辺まで歩けば
1日8000歩も達成できると。**

ラグビーワールドカップ2011の南アフリカ共和国代表　ジャックフリー

Kobelcoスティーラーズでチームを鼓舞し　闘志あふれるプレーをいつも見せてくれた。
そのジャツク　フーリーが今日の試合を最後に引退し、日本を離れる

今日はフーリーの姿を追ってみることに
ジャック　フリー　の トップリーグ最終戦
サントリー/神鋼戦　2017.1.14.　神戸

ジャック　フリー　の トップリーグ最終戦
サントリー/神鋼戦　2017.1.14.　神戸

相手ラインの中へ飛び込んでゆくフーリー
ジャック　フリー　の トップリーグ最終戦
サントリー/神鋼戦　2017.1.14.　神戸

ジャック　フリー　の トップリーグ最終戦
サントリー/神鋼戦　2017.1.14.　神戸

仲間に担ぎ上げられて　場内を行くジャック フーリー
トップリーグ最終戦　サントリー/神鋼戦のあとで　2017.1.14.　神戸

仲間・神戸の観衆に愛された　ジャック フーリー　ありがとう!!
トップリーグ最終戦　サントリー/神鋼戦のあとで　2017.1.14.　神戸

仲間 神戸の観衆に愛された ジャック フーリー　ありがとう!!

2017.1.14.　神戸 ホームズ スタジアムで

1日8000歩Walk　2017.1.14.

妙法寺 車の里　車大歳神社の翁の舞　　2017.1.14.夜

前年の実りに感謝し、その年の豊作を祈る新春の伝統行事

妙法寺 車の里　車大歳神社の翁の舞　2017.1.14.夜　アウトライン

毎日周辺の里を歩く中で、walk を兼ねて　周辺の新春行事にも出かけているのですが、
久しぶりに私の住む住宅地に隣接する車の里　新春の伝統行事　車大歳神社の「翁の舞」にも
行ってみようと。寒い夕刻　家内と二人ででかけました。
まだ、雪はふっていなかつたのですが、途中で大雪の展開に。　帰るときはどこも銀世界でした。
前年の実りに感謝し、その年の豊作を祈る車の里の鎮守大歳神社に伝わる民俗芸能の「翁舞」。

毎年 1月14日の夜に車の里の人たちによって上演される。
車大歳神社の「翁の舞」には、現在の能楽の一般的な「翁」には登場しない「父の尉」を含むもので、
かつての「翁」の様子をうかがわせるものとして、国の重要無形民俗文化財に指定されている。
　神戸市西端の須磨区の白川峠への谷筋の上部に古くからある車の集落。
　周辺は急速に市街地化が進んでいるが、元禄年間の記録によると戸数五〇ほどの小集落で、
　その当時から大歳神社は地区の鎮守であった。
　また、一般には「翁」は神聖視される特別な能の演目で、現在は舞台披きや特別な公演のときに
　上演されるのですが、中世後期から近世初頭の頃には、神事芸能として「翁」を各神社の祭礼で
　専門演技者が演じるようになっていたとされる。
　宝暦14年（1764）の記録によって、車大歳神社の翁舞もそのころまで専門演技者が演じていた
　ことがわかる。また、文久2年（1862）とされる台本が残っていることから、このころには地元
　の人びとが翁舞を演じるようになり、江戸時代中期から昭和20年（1945年）まで継続していた
　ことが判っている。

露払い、翁、三番叟、父の尉の四部で構成される古い形を残す車大歳神社の「翁舞」。
室町時代に成立したという多くの能の翁（式三番）が、千歳（露払い）・翁・三番叟（揉ノ段、鈴ノ段）
という三部構成であるのに対し、 父の尉を省略しない古い形態を伝えている。
露払いを１０歳ほどの少年が、三番叟を１２歳ほどの少年が、翁と父尉を同じ人がそれぞれ役者とし
て立ち回ります。他にも、地謡が４人、笛が２人、小鼓が２人、大鼓が１人おり翁舞を演じる。
また、舞に用いられる面は、神体として本殿に祀られている物で、翁・黒式尉・父尉の三種がある。
本番当日、宿（頭家）に神体が迎えられ、宿で稽古上げが行われる。
その後宮入りを行い、舞台（拝殿）において翁舞が行われる。

車大歳神社　2017年1月14日　翁舞

稚児　露払の舞

翁の舞

三番叟（揉ノ段）

三番叟（鈴ノ段）

父尉の舞

翁舞では、最初に露払の舞がある。
ついで太夫が面箱を開き、御神体の白尉面を着けて舞う。
そして、三番叟が一度立って舞った後、黒尉面を着け、鈴を受け取って再び舞う。
最後に、太夫が父尉（ちちのじょう）の面に着け換えて、舞を見せる。

父尉の舞がある翁舞は、上鴨川住吉神社の神事舞にも見られるが、
古い翁舞の形式を残したもので　大変珍しい。平成12年、国指定重要無形民俗文化財に指定された。

午後7時からの開始　大歳神社の境内にはたき火がたかれ、集落の人による甘酒・お神酒の接待。　寒い夜で嬉しい。　　2017.1.14.　車大歳神社で

車大歳神社本殿

車大歳神社舞殿(拝殿)

翁の舞を待つ車大歳神社の境内

「神面」三面を入れた箱を先頭に翁の舞の演者たちの宮入　2017.1.14.午後7時

翁の舞の演者たちの宮入　2017.1.14.午後7時

舞殿に座った翁の舞演者たちのお祓い　2017.1.14.

神酒をいただいた後、神面の取り出し、笛と小鼓によって約1時間の翁舞が始まる。　2017.1.14.

まず笛二管と小鼓三丁の演奏が始まって、
翁大夫の「とうとうたらり（濁ってたかも？）」の謡。
何度も何度も「よーほん、はいーいや」という掛け声が響く。

翁の舞「稚児の露払い」登場
「鳴るは滝の水」と露払い（千歳）の男の子の舞が始まる。
体全体を右に、左に向ける所作、
後は扇を前に出して拝殿をぐるりと回って拍子を踏む。

翁の舞「稚児の露払い」登場

「鳴るは滝の水」と露払いの男の子(千歳)の舞が始まる。
体全体を右に、左に向ける所作、扇を前に出して拝殿をぐるりと回って拍子を踏む。

翁大夫が　白式尉の面をつけて舞う「翁の舞」

翁大夫が白式尉の面をつけて舞う。
面をかけた後、肘を上げるようにして、少し腕を曲げた構えで舞い始める。

翁大夫が白式尉の面をつけて舞う「翁の舞」

翁大夫が白式尉の面をつけて舞う「翁の舞」
肘を上げるようにして、少し腕を曲げた構えで舞い始める。
最後は「千秋萬歳の。祝ひの舞なれば、一舞、舞はう萬歳楽」と・・・
翁大夫と地謡の祝言「萬歳楽」の掛け合いがひたすら続く。

三番叟の揉之段 &鈴之段

翁が舞い終わると次は三番叟の揉之段。
小鼓方のひとりが大鼓に持ち変え、張扇で打ち始め、稚児の男の子(千歳)が舞いはじめる。
小鼓を打っていた時とは打って変わって、気合の入った掛け声が響く。
続いて鈴之段。三番叟が黒色尉の面をつけ、鈴を持って舞う。

三番叟の鈴之段

三番叟が黒色尉の面をつけ、鈴を持って舞う。

三番叟の鈴之段

三番叟の鈴之段

三番叟の鈴之段

翁大夫が今度は父尉の面をかけて「父尉の舞」

翁大夫が今度は父尉の面をかけて「父尉の舞」

「父尉の舞」が終わり、大歳神社2017年新春の「翁舞」の終了
ふと気が付くと真っ暗な中　　雪が深々と降っていました　2017.20時

午後8時過ぎに「翁舞」すべてが終了し、本殿に神面を戻す

午後8時過ぎに「翁舞」すべてが終了し、本殿に神面を戻して、
2017年新春　車大歳神社「翁舞」が終わりました

外は大雪　2017.1.14.夜　車大歳神社「翁舞」

外は大雪　2017.1.14.夜　車大歳神社「翁舞」

妙法寺 車の里　車大歳神社の翁の舞　　2017.1.14.夜

前年の実りに感謝し、その年の豊作を祈る新春の伝統行事

2017.1.14.夜　雪の車大歳神社「翁舞」

すぐ小降りになりましたが、帰り路 踏み跡をつけながら　　2017.1.14.夜

寒波襲来　2017.1.14.夜

1日8000歩Walk　2017.1.16.

寒波襲来　2017.1.16.　雪が降った後の朝

寒波襲来　16日月曜日の朝も街には前夜の雪が残りました　2017.1.16.朝

寒波襲来　16日月曜日の朝も街には前夜の雪が残りました　2017.1.16.朝

１日8000歩Walk　2017.1.17.
鵯越の墓園から明石海峡を眺める
1月17日　寒波も去って　鵯越の墓園から明石海峡を眺める　2017.1.17.

1日8000歩Walk　2017.1.18.

2017年新春 健康walk　　多井畑厄神へ　2017.1.18.

ぽかぽかと温かくなった1月18日　一日早いのですが、厄神さんへ出かける
摂津・播州国境にある古い多井畑厄神まで　往復約2時間20000歩ほどか
蝋梅・紅梅が咲く街角を　子どもたちが元気にかけてゆく

元気に街中をかけてゆく子供たち　2017.1.19.　友が丘で

古い山陽道・西国街道が通っていた多井畑厄神の前
平安時代以前須磨の海岸沿いは険しくて通れず、須磨から北へ迂回して　多井畑を西へ
そんな歴史の面影が今も残っています

多井畑厄神 「厄神さん」　2017.1.18.

本殿の奥　山の頂上部にある「疫神塚」
770年(神護景雲4年)6月に疫病が大流行し、それを鎮めるために五畿内(大和、山城、河内、摂津、和泉)の国境10ヶ所に疫神を祀り、疫祓いが行われました。
多井畑厄除八幡宮は古山陽道の摂津と播磨国の国境に位置していたため、
その一つとして疫神が祀られたと伝えられています。

多井畑厄神の東側に広がる奥須磨公園　2017.1.18.

1日8000歩Walk　周辺地図

新春に大きなエネルギーをもらった巨樹です
西神戸 白川の郷大歳神社 クスノキの巨樹 2017.1.2.

相手ラインの中へ飛び込んでゆくフーリー
ジャック　フリー　の トップリーグ最終戦
サントリー/神鋼戦　2017.1.14.　神戸

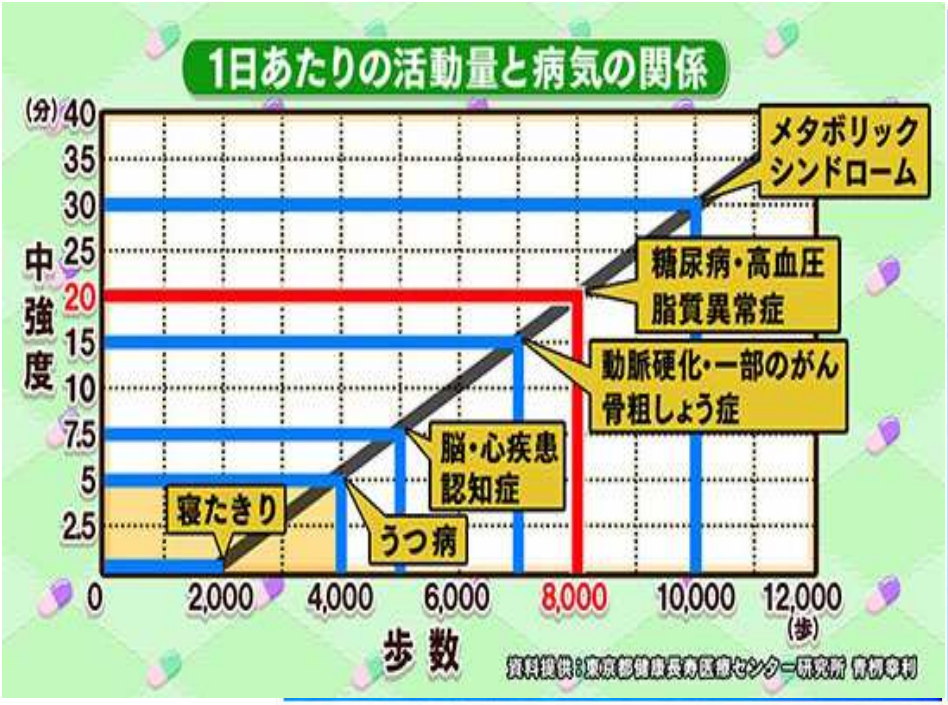
仲間・神戸の観衆に愛された　ジャック フーリー　ありがとう!!
トップリーグ最終戦　サントリー/神鋼戦のあとで　2017.1.14.　神戸

2017年新春　1日8000歩　早歩き20分
健康walk　近所を巡る

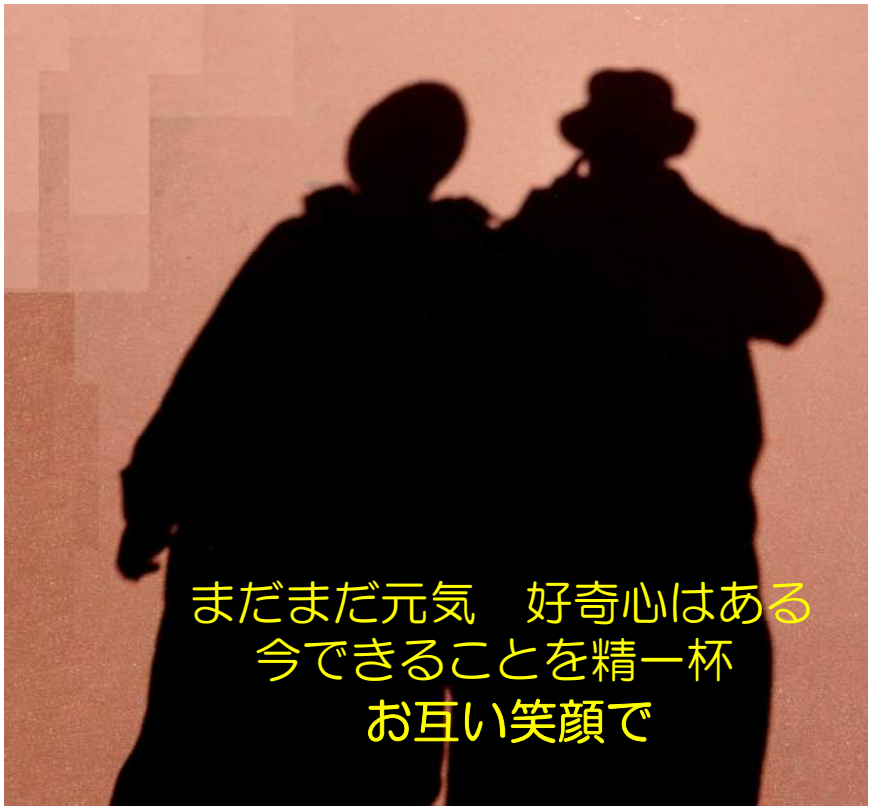
知らなかった景色や古い道など色々　毎日の出会いが楽しみに !!

思い立って始めた新春 の毎日8000歩の健康walk　合わせると 約150000歩100km越えにもなりました。 ひとまず多井畑厄神walkで デジカメ アルバムの終点に。
近くに楽しいwalking コースを幾つも見つけることができました。
これからもそんなコースを四季折々に足の向くまま気が向くまま歩こうと思っています。
近場にも 気が付かなかった景色が幾つもあると。
まあ 何とか1ケ月続けられたので 続けられるでしょう

2017.1.19.　Mutsu Nakanishi



仲間がいる　仲間の元気を活力に!!
無理せず　元気に前向いて



寒波襲来　寒さ厳しい時節　体調管理にご留意ください

2017.1.25.　by Mutsu Nakanishi