

7月・月例研修会報告

『矢田丘陵緑陰健康ウォーク』

梅雨明けの7月22日9時過ぎに、平群駅に18名が集まった。平群駅から少し歩き住宅地を抜けると松尾寺まで木陰の道。登りの緑陰で休憩。小川の水に手をかざす。



松尾寺の境内に着くとカサブランカの花が咲き乱れていた。白・赤・黄・ピンク・紫の5色で、ユリの香りがしてとても素敵だった。ここで記念写真を撮る。



少し登り道を行くと国見展望台があり、大和青垣国定公園の山並みが一望できた。付近で昼食。

風が爽やかで気分良く休むことができた。



尾根伝いに行き、露ナシ池の下の弘法の井戸でおいしい水をいただく。



雑木林、杉林の緑陰を行く。



最後は帝塚山大学の横で解散しましたが、夏の暑い中の14kmはきつかったかもしれませんが、緑陰で初めてのコースを歩いてよかったという感想もいただきました。 (羽尻 嵩)