

山開きシーズン到来

山々の新緑が広がり、本格的な登山シーズンが始まりました。市内では、5月19日に片曾根山と大滝根山が、26日には高柴山が山開きしました。この日を待ちわびた大勢の家族連れや登山愛好家などが、山道を登り、雄大な景色や新鮮な空気を満喫していました。残念ながら鎌倉岳、移ヶ岳、五十人山、日山(天王山)は、放射線による安全が確認されないため、山開きが見送られました。

片曾根山山開き

好天に恵まれた5月19日、片曾根山が山開きしました。山頂は木々の緑が鮮やかで、真紅のヤマツツジが咲き始めました。風もなく、小鳥のさえずりが心地よい穏やかな陽気は、絶好のハイキング日和となりました。

山頂の片曾根神社では、午前10時から登山者の安全

とシーズン中の無事故を祈る安全祈願祭が行われました。大滝神社の神主による神事が行われ、船引町観光協会長を兼務する冨塚市長、猪瀬市議会議員、関係者が玉串拝礼しました。主催者あいさつでは、冨塚船引町観光協会長が「本日の山開きを迎えるにあたり、ライオンズクラブ、ロータリークラブ、ボランティア

の皆さんには、清掃活動や環境整備にご尽力いただいたことを感謝申し上げます。多くの登山客の皆さんが、片曾根山に来て良かったと思えるように観光協会一丸となって努力します」と話しました。

式典終了後は、山頂広場で鬼五郎幡五郎太鼓の勇壮な演奏と鬼の面を着けた迫力のパフォーマンスが披露され、多くの登山客を魅了しました。

お昼には、眺めの良い場所シートを張り、持参したお弁当を広げる光景があちこちで見られました。登山客からは「空気が澄んでいて気持ちいい。景色が違って開放された気分になる」などの声が聞かれました。

登山ダイエット

日頃運動不足を感じている方、一年前と比べて体重が2〜3kg増えた方、また、休日には家で過ごしてしまう方、ぜひ山登りに挑戦してみてはどうでしょうか。

登山は平地を歩くより時間を感じず、美しい景色を楽しみながら想像以上にカロリーを消費させます。

ウォーキングと比べるとゆっくりのスピードで進む登山ですが、高低差がカロリー消費に効果的です。さらに有酸素運動の効果で、休憩中や登山後まで脂肪が燃え続けます。自分のペースで無理をしないことが大事ですが、ダイエット効果は抜群です。また、登頂したときの爽快感は格別で、ストレス解消にも最適です。



市内の山を掲載した登山ガイドマップを無料で配布しています。本庁の窓口や各行政局、各出張所に置いてありますので、ご利用ください。



▲登山客のリクエストに応え、鬼の面を着けて演奏

▲午前10時から片曾根神社で行われた安全祈願祭

▲登山客に記念品と天然水、観光パンフレットが配られました



雄大な景色をバックに太鼓の重低音が響き渡りました