

第2回ウォーキング大会（広大マスタース第12回例会）報告

「黒瀬川の散策と吾妻子の滝を尋ねる」（2012年9月23日）
「東広島健康づくりウォーキング友の会」との合同大会

広大マスタース会員 渡部和彦

晴れの予報でしたが、前日夜の雨が心配でした。幸い、天気予報通りの良い天気
で、ウォーキングには最適でした。日中の気温は、摂氏31度を記録するほどでしたが、
吹く風はもはや清々しい乾いた秋の気配。気持ち良くウォーキングを楽しめた
と思います。

今回は、「東広島健康づくりウォーキング友の会（第16回例会）」との合同大会で
した。昨年も「友の会」との合同ウォーキングを楽しみました（二神山）。

出発前のミーティングでは、吾妻子の滝について、地質学の面から、沖村先生（マ
スタース会員）の解説がありました。その中で、黒瀬川は、実は現在の流れとはまる
で別の方向に流れていたとの話に、皆ビックリ。実は地面の隆起が原因で、吾妻
子の滝付近に活断層が見られるとのことでした。地震によるものかと心配でしたが、
2000万年以上もかけてゆっくり隆起したとのこと、胸をなでおろした次第でした。

お彼岸と重なり墓参りなど、忙しい会員もおられたのではと心配でしたが、総勢
40名の参加者がありました（広大マスタース7名）。

準備体操のストレッチ、スクワット（目標30回）、四股（左右3回）、ラジオ体操
第1を行った後、5班編成で整然とウォーキングを開始した。

広大産学・地域連携センター前を出発の後、1周600mの大池の周りを歩く。途中、
100m区間の歩数の計測と、バランステストを行った。閉眼片足立ちでは、10秒が
目標でした。黒瀬川コースは、田の
稲が見事に実り、金色の美しい風景
でした。農作物も収穫の時期を迎え、
豊かな気分を味わいました。黒瀬川
には、鯉が悠々と泳ぎ、岸辺の広場
には、カモの群れが羽を休め、また
あるものは水辺に浮かび、のどかな
風情でした。吾妻子の滝では、狭い
橋の上から幾筋にも分かれて勢いよ
く流れ落ちる景色に、しばしウォー
キングの疲れが癒されました（記念
写真）。



全コース約7キロ、歩数約12,000歩。
お昼の弁当をいただきながら、歓談。「友の会」の次回（10月28日）例会の竜王
山コースを確認。竜王山には、水平方向移動による活断層があり、手で触るとズレ
の方向がわかるとのこと（沖村先生）。市民に「広大マスタース」を知っていただく
良い機会となったようです。筋肉痛は、いかがでしたか。