

# 令和4年度 **白寿**56号よさこいクラブ土佐



黒沢湿原は、暑い一日でしたが、山野草が暑さを忘れさせてくれます。「ハイキンポウゲ」

黒沢湿原の夏の花



キキョウ（桔梗）



黒沢湿原のサギソウ！

乱獲により消えていた群生を  
小学生の手助けを得て植生・保護！

## 目次

- ① 瓶ヶ森& UFOラインハイキング（いの町・石鎚山系） 5月7日 . . . 2ページ
- ② 第9回「よさこいクラブ土佐」ゴルフ杯(スカイベイゴルフクラブ) 5月16日 . . 3 //
- ③ 天狗高原ハイキング（四国カルスト「津野町」） 7月11日 . . . . . 4 //
- ④ 黒沢湿原ハイキング（徳島県） 8月4日 . . . . . 5 //
- ⑤ 仁淀川一斉清掃（老人週間「全国一斉清掃」） 9月20日 . . . . . 6 //
- ⑥ 四国山岳植物園「岳人の森」ウォーキング（徳島県） 9月27日 . . . . . 6 //
- ⑦ しまなみ海道サイクリング（愛媛県今治市） 10月8日 . . . . . 7 //
- ⑧ 第9回よさこいクラブ高知ゴルフカップ（錦山カントリー） 10月25日 . . . 7 //
- ⑨ 梶ヶ森県立自然公園ハイキング（大豊町） 10月29日 . . . . . 8 //
- ⑩ 県外研修「倉敷美観地区」大原美術館等（岡山県） 11月15日 . . . . . 9 //
- ⑪ 健康ウォーキング「栗林公園&まんのう公園」（香川県） 12月2日 . . . . 10 //
- ⑫ グラウンドゴルフ大会（土佐公園鳴川グラウンド） 12月19日 . . . . . 11 //
- ⑬ ニューススポーツ競技会（新居コミュニティセンター） 1月24日 . . . . . 11 //
- ⑭ 単位老人クラブ紹介コーナー、役員名簿、事務局 . . . . . 12 //



①瓶ヶ森林道「UFOライン」&瓶ヶ森ハイキング令和4年5月7日参加者22名



瓶ヶ森への登山口



ちょっと休憩し、ゆっくりと空を眺め！新鮮な空気を！

日ごろの運動不足を解消しようと計画、山頂まで元気に登った皆さんは？



瓶ヶ森「UFOライン」からの眺め！



この花の名前は「イシツチザクラ」バラ科！



瓶ヶ森「女山」から下山途中！



瓶ヶ森山頂まで登った15名の皆さん勢ぞろい



「女山」頂上にて、周囲の山々を眺めながら休憩



②第9回よさこいクラブ土佐ゴルフカップ（スカイ・ベイ）令和4年5月16日 32名参加



優勝：上村健一80（北原）、準優勝：武政誠一91（春野）、三位：桑名尚86（塚地）  
（ハンディー、隠しホール等有）コロナ禍の中“延期”の大会もやっと開催！ “女性メンバー”2名も参加



作戦を練り直しをして “さあ”これからだー！



型にはまって“様になっているダロー”



プレーのスタート時に少しお邪魔して、  
“ボールを打つ瞬間”をとらえました！  
“打つ姿はプロ級並みです”



入賞した3名（優勝：上村健一）



ハイ！行ってくるよ！



③天狗高原ハイキング 津野町 令和4年7月11日 参加者26名



今年は早い段階での梅雨明けが発表されたので、急遽23日予定を11日に変更実施！出発時は大雨で心配！“何とか雨に合わずに” 天気にはいつも頭が痛い！



午前中は、自由にセラピーロードを散策



午後は、  
“五段高原”へ出発⇒

折り返し地点！↓



“フクリンササユリ”



“ハンカイソウ”が一面に咲き乱れて！



④徳島県“黒沢湿原ハイキング” 令和4年8月4日 参加者34名



湿地入口から  
続く木製の遊  
歩道をゆっく  
り2時間かけて  
散策！

入り口で迎えてく  
れた“ノリウツギ”



出発前・ガイドの説明を聞き  
ながら！2班に分かれて出発



暑い夏の日元気に出発しましたが、途中三方が標高600m余りの山々に囲まれた湿原をハイキング！



←「サギソウ」  
三好市池田町漆川の標高550  
mに咲くサギソウ（ラン科）  
子供達が2月に球根をポット  
に植え付けて苗600本を・・  
6月に移植したものです。



池や沼に生える多年草の水草  
スイレン科「ヒツジグサ」↓





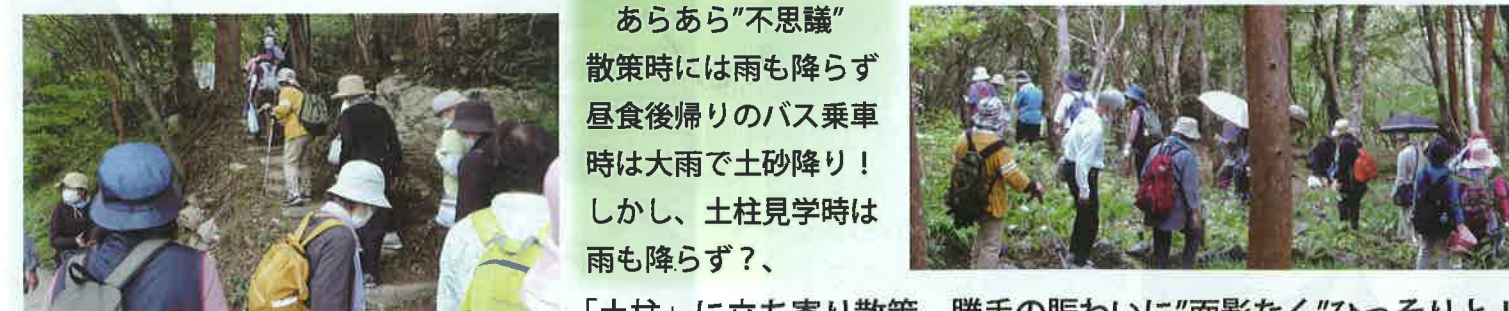
⑤仁淀川一斉清掃 老人週間「社会奉仕の日」 令和4年9月20日 参加者6名



⑥四国山岳植物園「岳人の森」徳島県 令和4年9月27日 参加者25名



標高約1,000mの希少な高山植物をシャクナゲをはじめ多くの絶滅危惧種を保護育成！



アケボノソウ（リンドウ科）



⑦サイクリングしまなみ海道&耕三寺 令和4年10月8日 参加者21名



来島海峡大橋で途中休憩しながら雄大な景色を！観潮船からの眺めも素晴らしい！



⑧第9回よさこいクラブ高知 ゴルフカップ 令和4年10月25日 参加者38名



優勝：羽方英文85（高岡）、準優勝：松岡博昭86（新居）、三位：坂本清敏89（北原）  
（ハンディ、隠しホール等有）





⑨ 梶ヶ森県立自然公園ハイキング 大豊町 令和4年10月29日 参加者25名



落差20m「龍王の滝」

“龍王の滝”は、県立自然公園7合目に位置し、源流は頂上付近で湧き出しており不思議な水としても有名！



頂上1,399mから2km程度下ってハイキング、梶ヶ森山荘にてティータイム、休憩の後帰途に就く！



⑩ 倉敷美観地区&大原美術館 県外研修 令和4年11月15日 参加者38名



参加希望者が多く、10名程参加できなかった残念！



撮影会や結婚式の前撮りがあちこちで！



若い二人に負けず私達も“健康で元気いっぱい”の姿をパチリ！・・大原美術館前にて・・





⑪健康ウォーキング「栗林公園&まんのう公園」令和4年12月2日 参加者34名



栗林公園内の散策では“若い二人が結婚式の”前撮りをするのを見て、足取りも軽く！楽しく！



鯉のエサを投げ”楽しむ” 昔を思い出しながら！ 橋の上では、“前撮り中”



まんのう公園広場で、繰り広げられるイルミネーションを見ながら！”素晴らしい”と感嘆！



⑫グラウンドゴルフ大会 鳴川グラウンド 令和4年12月19日 参加者30名



男性の部：優勝：瀧本豊51②2-11 準優勝：松岡善郎59①2-9 三位：森川順一61 2-14  
女性の部：優勝：堅田久美58①2-11 準優勝：古味茂子63①2-7 三位：山崎文子64①2-9



練習の成果を出して今日一日ガンバルゾー・・・開会式に集合した皆さんです。 “入賞”した皆さん

⑬ニュースポーツ競技会(新居コミュニティセンター) 令和5年1月24日 参加者19名



競技会へのエントリー19名の皆さんと事務局 輪投げ”「意外と思うところへ行きません！」





## 単位老人クラブの紹介

新居地区「花いっぱい運動」"保育園の子ども達"と交流



いずまゆうとぴあ"徳島県「岳人の森」にて



サークル「ニュースポーツ部」



高石地区"愛媛県「小田深山溪谷」研修



高石地区"大豊町「定福寺&夢来里」研修



戸波しあわせ会「子ども達との交流会」



令和4～5年度の役員は！ 会員数721名（男性196名、女性525名）令和4年4月1日現在

会長：土居啓之、副会長：廣瀬興亜、廣瀬文代(女性委員会)、松岡善郎(若手委員会)  
レクレーション部長：(兼)松岡善郎、理事：(新居)久保孝嘉、(高石)土居啓之  
(高岡)石元康之、(蓮池)遠近伝、(波介)海地芳子、(北原)渡辺勇夫、(戸波)廣瀬興亜  
会計：明神慶子(波介)、 監事：瀧本豊(新居)、中平美代子(北原)

お問合せ先：土佐市老人クラブ連合会事務局（土佐市社会福祉協議会）

TEL 088-852-2145 FAX 088-852-3194