私の「街道トレイル＆へんろトレイル」
スルーハイク遊学紀行総括編

［吉田松陰・日本廻国六十六部・童財善子]もどきの一気通貫歩き旅

［身の丈本分全う雲に乗った遊学紀行］

個別報告書補完メモ帳

2024（令和６）年９月

山形県山形市内在住（大沼　香（かおる））

【Henro total-report No01】「スルーハイク遊学紀行」のこと

その１；後記のとおり、ここ 15 年間（61 歳～75 歳）で実施して来たスルーハイク遊学紀行歩き旅－－－全 24 件、正味実歩行距離 15,692km、実歩行泊数 512 日間――－については、『前半、街道トレイル』と『後半、へんろトレイル』に大きく分類し、別途個別に報告書を作成していますが、それらに係り、全般的・共通的、補完的な観点から整理したものです。

その２；そもそも歴史街道・歴史古道スルーハイク［吉田松陰・日本廻国六十六部・童財善子]もどき遊学紀行に目覚めた背景は以下のとおりです。

私は、今は廃校となった新庄工業高等学校電気過程を卒業した 1968（昭和 43）年、４月１日付けを以って、電気エネルギー産業の民間企業東北電力（株）に入社した、41 年長勤務した 2009(平成 21)年６月に満 60 歳で定年退職した。２年６か月毎に職場を変わり、16 個所の職場を経験し、住まいは自宅の他 12 個所に及び、家族共々では８個所の住み替えで転勤し、その間、技術部門から事務部門まで広範な職種に従事し、現場でのお客様に直接対峙・対応する仕事からバックヤードの管理部門まで多岐に亘りました。　また、社内の人のみならず郷に従えで、地域を含め、数多の様々な人達と交流を図って来ました。

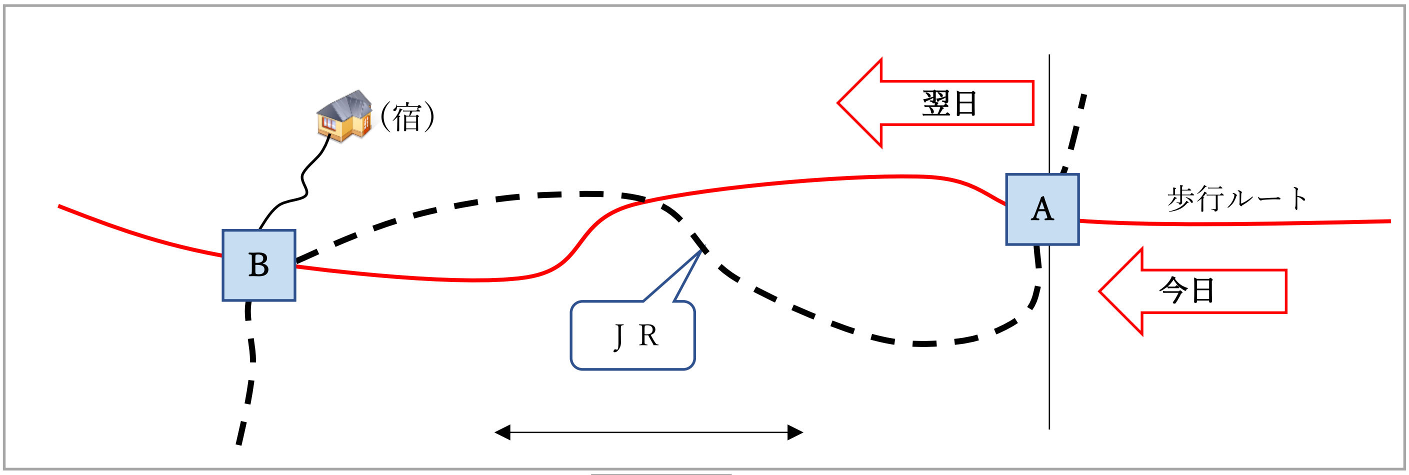
戦後の第１次ベビーブーム世代は「団塊の世代」としての会社生活は、高度成長期を経験し、仕事漬けの日々で、私の生活暦には休祭日はありませんでした。サービス労働という言葉はあったにせよ、休日なしの仕事をむしろ誇りに思いました。そうした中でのストレス解消は登山でした、当時はいわゆるピークハントでした。そして、還暦間近になったら『歳』ということでしょうか、歴史や神社・仏閣に自然と興味が湧いて来ました。関連する書籍を購入し読む中で、その中に登場する歴史上の人物に纏わる名所・旧跡を訪ねながらそれらを繋ぐ『歴史の街道・古道』を歩きたい、歩いて繋ぎたいと念ずるようになったのです。こういう事情が直接の切っ掛けとなりました。

その３；もの・ことには始めと終わりがあり、言葉には『阿吽』があります。私は仕事上においては起承転結できちんと収まらないと気が済まない性格でしたから、両端の基点（起点）間を一気通貫で繋ぐ――いわゆる「スルーハイク」に拘って取り組んで来ました。

私のいう『スルーハイク』とは、計画した『街道・古道』ルート全体において、その両端に現地スタート基点（客観的な始点・起点）と現地ゴール基点（客観的な終点・起点）を設定し、その間を次の３要件を以って一気通貫（連続の連日連泊歩行）で貫（完）歩する（した）歩き旅を言います。

- ❑１；その基点から基点までの区間ルート上で動力交通機関（乗り物）を使わない。
- ❑２；その基点から基点までの区間ルート上に歩かない空白部を設けない。
- ❑３；その基点から基点までの間にいかなる理由の休息日をも取らない。

当該❑２の意味は、例えば図―１において、今日の行程上、つまり歩く距離と時間からＪＲ線Ａ駅まで歩き、そこで打ち切って、そこからかなり離れた場所の宿まで一時的にＪＲ利用を図ったとしても、翌日は前日の終点Ａ駅に戻って、そこから徒歩の再スタートを切ることです、そのようにしました。例えば、ルート上にＢ駅があったとしても、翌日は、Ａ～Ｂ間を省略してＢ駅からスタートしたのではない（Ｎｏｎ）ということです。



図－１

その４；「現地における基点から基点までの正味」という表現をする場合は、行き（往き）の自宅から現地スタート基点までの行程と、帰り（復（かえ）り）の現地ゴール基点から帰宅までの行程は含んでいません。つまり、現地スタート基点から現地ゴール基点までの目的内徒歩行動に係る部分を指します。

・・

＜留意点＞

☑１；表題件名の構成は、次頁《目次》図(表)－２のとおりです。
☑２；図・図(表)はパート毎に付定・完結しています。
☑３；定年退職以降のものを整理したものです。本書（個別報告書）記載以外に北アルプス、立山連峰などの登山縦走も行っているが、これは参考的に別記しております。
☑４；人を指す「人、人間、相手、他人」の文字を多用しているが、もちろん、「私」を含んで使っています。

・・

《 目 次 》

図(表)－2

題　　目		頁	
【Henro Total-report No01】「スルーハイク遊学紀行」のこと・目次		1－3	共通的事項
【 〃 No02 】スルーハイク遊学紀行の全貌	1．全体集計	4－6	
	2．「前半、街道トレイル」の記録	7－11	
	3．「後半、へんろトレイル」の記録	12－20	
	4．その他の歩き旅（参考）	21－26	
【 〃 No03 】歩くルートの決定と記録		27－31	
【 〃 No04 】へんろ順礼（へんろ抖擻行）の証		32－41	
【 〃 No05 】	他に誇れる独自の取組み	42	
	1．『大香ブランド老魂サブタイトル』の設定	43－44	
	2．亡き家族供養を見える化	45－46	「後半、へんろトレイル」に主眼をおいた内容
	3．遊び心の験担ぎと縁起物 『聖水、アオキ葉』持参	47－53	
	4．シンクレティズム具象化の自由白衣を持参	54－56	
	5．独自の御経を読誦・奉納	57－58	
	6．地元の社寺に仁義を切ったお参り	59－62	
	7．順番「貫中久」順礼	63	
	8．「阿吽・起承転結」で円環成就	64－69	
【 〃 No06 】［松陰・六部・善財童子］もどきのこと		70－71	
【 〃 No07 】「遍路転がし」と長大札所間		72－80	
【 〃 No08 】「高野山町石道」		81－84	
【 〃 No09 】二大霊場（四国 & 西国）一覧		85－89	
【 〃 No10 】歴史古道等利活用の整備と誘客提案	（1）山形県への提案	90－98	
	（2）発展的提案	99－102	
	（3）保全の在り方	103－105	
【 〃 No11 】お勧めの・一押しの歴史古道		106－112	
【 〃 No12】スルーハイク遊行中に浮かんだ替え歌		113－119	
【 〃 No13】スルーハイク遊行中に浮かんだ詩と短句		120－125	
【 〃 No14】むすび		126－127	

（end）

【Henro total-report No02】　「スルーハイク遊学紀行」の全貌

以下のような取り組みが出来たことを幸運なことと嬉しく思っています。

2009(平成 21)年 6 月に私は 41 年長奉職した会社を定年退職しました、東日本大震災は 2 年近く後の 2011 年(平成 23 年)3 月 11 日（金）に発生したことから、業務中の被災は経験しませんでした。

そして、新型コロナウイルス感染症は 2020(令和 2)年 1 月 15 日(水)に確定診断がなされましたが、へんろトレイル最後の年 2019(令和元)年の翌年でした。

つまり、2010(平成 22)年から 2019(令和元)年までの丁度 10 年間は、私にとってはいわば無風状態でした。この間に好きな歩き旅トレイルを思う存分に楽しむことが出来ました。本当に良かったと心から喜んでいます。

【No02－１】１．全体集計

後期高齢者 75 歳突入 2024(R6)年現在の図(表)－1 のとおりである。

図(表)－1

実施期間	年　齢	区間数	現地における 基点から基点までの正味	
			実歩行 累積距離数	連泊累積日数
【前半、街道トレイル】 2010(H22)年～2014(H26)年 （前半 5 年間）	61 歳～65 歳	１４	6,952 ㎞ (31.4km/日)	221 日間
【後半、へんろトレイル】 2015(H27)年～2024(R6)年 （後半 10 年間）	66 歳～75 歳	１０	8,594 ㎞ (30.0km/日)	291 日間
15 年間の総計	61 歳～75 歳	２４	15,546km (30.6km/日)	512 日間

内訳は次頁以降に記述するが、全体の動きは図(表)－2 のとおり。

なお、横書きと縦書きを混在しており、縦書きの部分の時間推移は左から右へ移動する。

図(表)－２a

	「前半、街道トレイル　その１」					「後半、へんろトレイル　その１」				
経過	１年目	２年目	３年目	４年目	５年目	６年目	７年目	８年目	９年目	10 年目
年	2010 (H22)	2011 (H23)	2012 (H24)	2013 (H25)	2014 (H26)	2015 (H27)	2016 (H28)	2017 (H29)	2018 (H30)	2019 (H31)(R 元)
国の動き	↓大敗 鳩山退陣、菅内閣が発足。参院選で民主 小惑星探査機「はやぶさ」が地球に帰還	↓野田政権発足 菅首相が条件付き退陣表明、３カ月続投 東日本大震災、原発事故で甚大被害	山中教授にノーベル医学生理学賞 第 46 回衆院選で自公圧勝、政権奪還	参院選で自民圧勝、「ねじれ」解消 ↓東京開催決定 2020 年夏季五輪・パラリンピック、	日本人３人にノーベル物理学賞 御嶽山が噴火、57 人死亡６人不明 衆院選で与党圧勝	安全保障関連法が成立 集団的自衛権の行使を可能にする	オバマ米大統領が歴史的な広島訪問 天皇陛下、退位の意向示唆	森友・加計・日報、政権揺るがす 自民大勝、民進が分裂 天皇退位、2019 年４月末衆院選で	西日本豪雨、北海道地震、災害相次ぐ オウム松本元死刑囚らの刑執行	消費税 10 %に、軽減税率導入 ↓時代が始まった 天皇陛下は５月１日に即位され、令和の
私の動き	④旧下田街道(+箱根神山) ③大峰奥駈道 ②旧山宮街道 ①旧塩の道(秋葉古道)：途中リタイヤ	⑦－ⓑ旧中山道(+千日回峰行道) ⑥－ⓐ旧日光道中(往復) ⑤旧熊野古道(+旧西高野街道)	⑨旧塩の道(秋葉古道)：①リベンジ ⑧－ⓒ旧甲州道中（２分割／下り）	⑫－ⓒ旧甲州道中（上り） ⑪－ⓔ旧奥州道中 ⑩－ⓓ旧東海道 57 次(+旧鳥羽・姫街道)	⑭旧羽州街道 ⑬旧北奥ルート	Ⓐ四国　第１回目へんろ	（町内会の三役対応により不可）	ⒷⒸ四国　第２回目へんろ	ⒹⒺⒻⒼ長崎遊学 Zig zag 紀行 四国　第３回目へんろ	Ⓘ四国　縦Ｖ横一　登山へんろ Ⓗ西国三十三所観音霊場順(巡)礼

図(表)－２b

	「後半、街道トレイル　その２」									
経過	11 年目	12 年目	13 年目	14 年目	15 年目					
年	2020 (R2)	2021 (R3)	2022 (R4)	2023 (R5)	2024 (R6)					
国の動き	菅首相誕生　新内閣発足 コロナ感染拡大　緊急事態宣言	岸田文雄氏　首相就任 第３２回夏季五輪東京大会 （１年遅れ）	旧統一教会　政治問題化 安倍晋三・元首相が死亡	自民党裏金疑惑が表面化						
私の動き	コロナ禍（巣籠）	コロナ禍（巣籠）	西川町「高清水通り」調査活動	西川町「高・清フレンドリー古道調査」 ↓活動 西川町「高清水通り」調査活動	Ⓙ四国　第４回目へんろ 西川町「高・清フレンドリー古道調査」 ↓活動					

(end)

【No02－２】２.「前半、街道トレイル」の記録

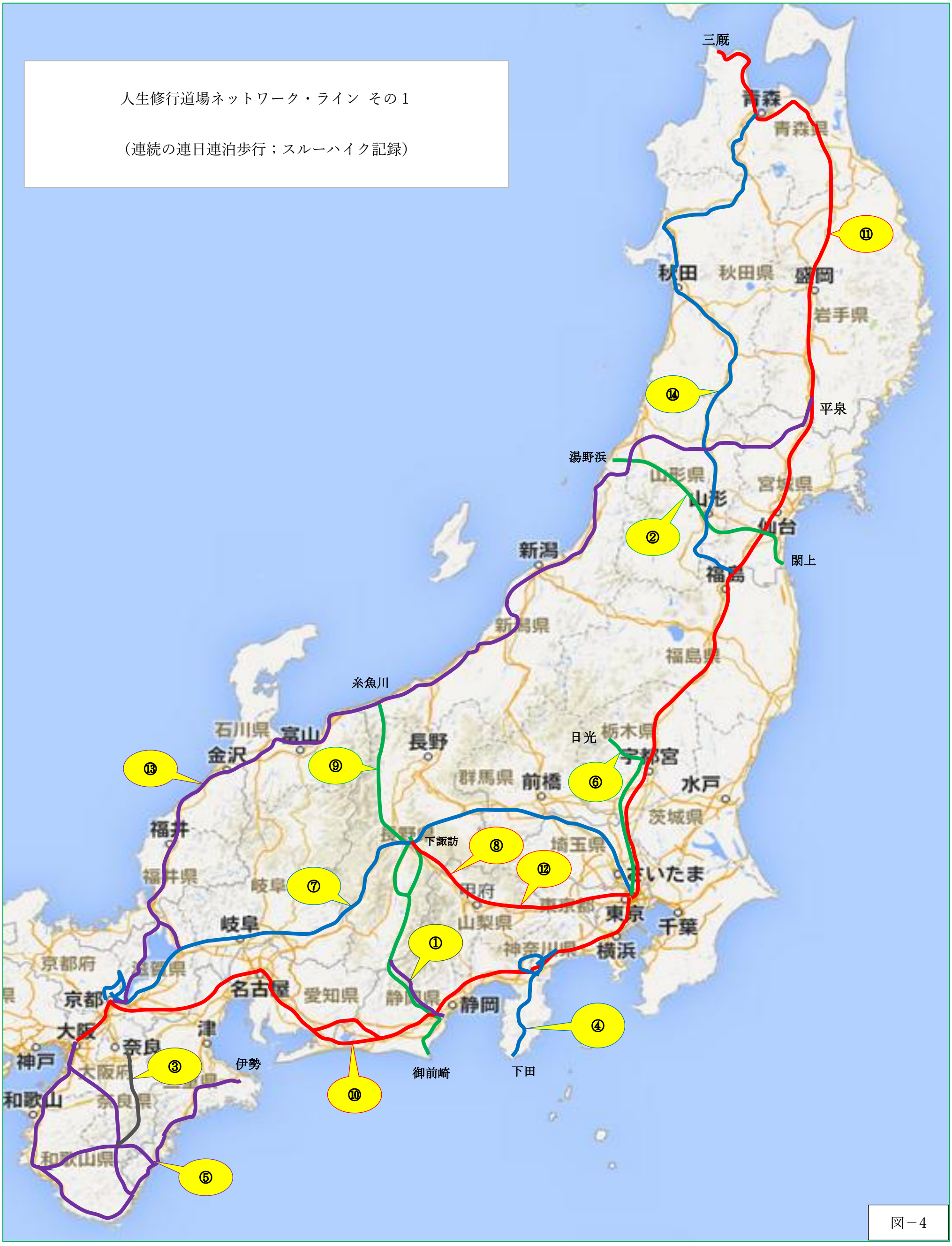
図(表)－３は、前半５年間の「人生修行道場ネットワーク・ライン　その１」(歩行軌跡／図－4)を集計・抽出したものである。**大阪より東側日本を歩いた記録である**。

図(表)－3				
実施期間	年　齢	区間数	現地における基点から基点までの正味	
			実歩行累積距離数	連泊累積日数
2010(H22)年～2014(H26)年（前半５年間） 春・夏・秋の３S	61 歳～65 歳	１４	6,952 ㎞ (31.4km/日)	221 日泊

後記図(表)－5 中、14 区間の実践歴は、各区間において、現地に入り歩き始めのスタートを切ったら、最後の歩き終わりまでは、諸々の用事足しを含めて一切の動力交通機関は使っていない。その区間内はこの吾が足だけで歩点を繋いだものである。

人生修行道場ネットワーク・ライン　その１

（連続の連日連泊歩行；スルーハイク記録）



図－４

(注) 次頁以降の名称に『旧』を冠したのは、廃道化した道を探求しつつ昔からの旧街道・古道筋を歩いたためである。

（注）図(表)－5・6の通番は、前頁の「ネットワーク・ライン　その１」(図－4)の番号と一致する。

図(表)－5

私が実践したスルーハイク結果の「前半、街道トレイル」記録の内訳

実施年	年齢	通番	スルーハイクの基本名称	始基点→終基点	実歩行距離		歩行のみの正味期間	歩行のみの正味日数	［大香ブランド老魂サブタイトル］（大言壮語の大義名分）
2010（H22）年	61	①	旧塩の道（秋葉古道）：途中リタイヤ	相良→水窪	１０６	km	5/25(火)～5/28(金)	３連泊４日間	［初挑戦－木っ端微塵の一つ星］（途中リタイヤ／後付け）
		②	旧山宮街道	閖上→湯野浜	２０８	km	7/27(火)～8/2(月)	６連泊７日間	［太平洋・日本海マリッジ大作戦］（日本第１運河開通)太平洋⇒日本海
		③	大峰奥駈道	吉野→熊野	１２０	km	9/24(金)～9/29(水)	５連泊６日間	［神変大菩薩(役行者小角)と同行二人］
		④	旧下田街道(+箱根神山)	下田→小田原	１８４	km	12/16(木) ～ 12/25(土)	７連泊８日間	［吉田松陰の義憤と共に護送を警護&外輪周回から生命起源の奥底潜入］
2011（H23）年	62	⑤	旧熊野古道(+旧西高野街道)	伊勢→(全道)←天満橋	８４９	km	4/6(水)～5/5(木)	２９連泊３０日間	［天照大御神・大日如来と私の天地人熊野巡拝行］
		⑥	ⓐ旧日光道中(往復)	日本橋⇔日光	２８８	km	6/14(火)～6/22(水)	８連泊９日間	［徳川将軍家社参行列に特別参加］
		⑦	ⓑ旧中山道(+千日回峰行道)	日本橋→京都	７０７	km	11/1(火)～11/22(火)	２１連泊２２日間	［和宮降嫁の尽忠報国（報告）1・2ミッション&比叡山千日回峰行道の讃仰体験］
2012（H24）年	63	⑧	ⓒ旧甲州道中（２分割／下り）	日本橋→大月 大月→下諏訪	２４７	km	7/25(水)～7/28(土) 8/21(火)～8/24(金)	３連泊３.５日間 〃	［亡父同伴－錦旗奪還進軍作戦］
		⑨	旧塩の道（秋葉古道）：①リベンジ	糸魚川→御前崎	６０６	km	9/27(木)～10/16(火)	１９連泊２０日間	［福島原発放射能汚染の太平洋浄化大作戦］（日本第２運河開通)日本海⇒太平洋
2013（H25）年	64	⑩	ⓓ旧東海道 57 次(+旧鳥羽・姫街道)	日本橋→高麗橋	８１０	km	5/1(水)～5/26(日)	２５連泊２６日間	［日本大動脈眺望回廊高架建造大作戦］
		⑪	ⓔ旧奥州道中	日本橋→三厩	９４３	km	9/4(水) ～10/1(火)	２７連泊２８日間	［蟻の一穴ブレークスルー東北縦断大作戦］（日本第３運河開通）東京湾⇒青森湾
		⑫	ⓒ旧甲州道中（上り）	下諏訪→日本橋	２３９	km	12/18(水) ～ 12/24(火)	６連泊７日間	［旧五街道舞台緞帳中締大作戦］
2014（H26）年	65	⑬	旧北奥ルート	京都→平泉	１,０８８	km	6/15(日) ～7/14(月)	２９連泊３０日間	［源義経逃避行ルート上書き大作戦］
		⑭	旧羽州街道	桑折→油川	５５７	km	9/14(日) ～9/30(火)	１６連泊１７日間	［六十五ハート全開－奥羽両州連結大作戦］（日本第４運河開通)吾が地元⇒青森湾
総計	―	――	１４区間		６,９５２	km	―――	２２１日間	――――――――――――――――――――

（注）名称中のⓐ～ⓓは、江戸時代の五街道をいう。

図(表)－6

通番	スルーハイクの基本名称	特　筆　事　項
①	旧塩の道（秋葉古道） ：途中リタイヤ	太平洋から日本海を目指して最初の旧街道スルーハイクの挑戦であったが、想定外の靴ずれで足の炎症激しく、静岡県浜松市水窪町で打ち切った。しかし、この取り組みがスルーハイクの先駆けとなった事からここに取り上げている。なお、道筋は書籍本に記述のイラストマップを頼りに歩いたが、道の特定に迷い時間ロスが大きかった、国土地理院地形図でなければならないと痛感した。
②	旧山宮街道	太平洋岸の宮城県閖上で海水を背負い、日本海岸は山形県湯野浜まで歩き通し、そこに注ぐという初めての挑戦を成就。スタート地で泊まった閖上は、宿はもちろん全域が、翌年に発生した東日本大震災で、津波にすっかり飲み込まれてしまった。初めての計画どおりのスルーハイクとなり、その醍醐味を味わい、今後への希望と夢が膨らんだ。旧「六十里越街道」のスルーハイクでもあった。
③	大峰奥駈道（おくがけみち）	地元のある方から「山岳抖藪の実践行となれば『役（えんの）行者・役小角（えんのおづぬ）』だ！」と言われて取り組んだもの。ユネスコ世界遺産『紀伊山地の霊場と参詣道』(2004 年・平成 16 年 7 月登録)の一部。アップダウン・起伏が激しく、山伏修行に相応しいルートであった。携帯電話の圏外が 3 日間も続くほど山奥で、また、主脈道沿いに水場がなく一番不安な山道であった。
④	旧下田街道(+箱根神山)	私が若い頃から、生き方に共感を覚えた吉田松陰の足跡を辿りたかった。下田に着いた当日から翌日午前にかけ、下田の松陰ゆかりの旧跡を訪ねた。引き続き下田スート、小田原まで歩いた後の終盤に芦ノ湖外輪の峰々を 2 日間で一周、眼前の富士山の大展望を毎日満喫した。箱根山の最高峰神山の山頂(1438m)は猛吹雪であったが、霧氷の美しさに感動した。
⑤	旧熊野古道(+旧西高野街道)	3.11 東日本大震災、全て自粛ムードの中で悩んだが、むしろ人々の供養・慰霊の旅として決行した。前記③大峰奥駈道の踏査を踏まえ、熊野三所権現を繋ぐ道そのものが世界遺産で、東の基点は伊勢神宮、西の基点を大阪天満橋とし、同遺産に登録されているほぼ全てのルートを歩いた。今に生きている神仏習合の一大聖地、九十九王子（くじゅうく）といわれる大小の社寺が連なって佇んでいた。 前回までの紙ベース地図は一切携行せず、この時に初めて GPS 機器（ガーミン社製オレゴン 450）を携帯した。計画ルートの電子化および結果の電子記録に、総合的にとても高い有用性を感じた。
⑥	Ⓐ旧日光道中(往復)	旧五街道の全ての踏破に向け、同道を整備した徳川家康が奉られている日光へ歩く事を第一歩とした。帰りは、脇往還の壬生（みぶ）通りと御成道（おなりみち）を繋ぎ、結果、往復した。杉大木の並木ロードは今も健在で圧巻であった。
⑦	Ⓑ旧中山道(+千日回峰行道)	江戸時代末期公武合体の政略結婚に翻弄された皇女和宮が、十四代将軍・徳川家茂への降嫁の旅ルートであり、悠久の趣が濃く、変化に富んだ街道であった。奈良井・妻籠・馬籠は江戸時代を特徴付ける出桁造りの建物に大勢の観光客。終盤は、比叡山から京都市内一周を含む千日回峰行道の一つを踏査した。京都府の世界遺産　１７個所中１１個所に立ち寄った。
⑧	Ⓒ旧甲州道中（２分割／下り）	父は 2006(平成 18)年 8 月 24 日(木)に満 78 歳の生涯を閉じたが、この「24」の数字に拘って、敢えて 2 回に分割して歩いた。スタート前日の 2012(平成 24)年 7 月 24 日(火)の午前中は地元山形で亡父の 7 回忌の法事を行い東京に移動した。２回目のゴール日を 1 か月後の 8 月 24 日(金)に設定した。 前半は梅雨明け後、後半は残暑の中、前後毎日が蒸し暑い猛暑日、しかし、亡父の苦労に比べれば取るに足らないことと肝に銘じ歯を食いしばって歩いた。
⑨	旧塩の道（秋葉古道） ：リベンジ	前記①のリベンジ。3.11 東日本大震災翌年、自粛ムードが続く中、原発推進に係った一人として現職時代の贖罪を晴らすべく、この時は日本海から太平洋を目指した。旧千国街道・旧伊那街道・旧高遠街道・旧秋葉街道を結んだ。火伏の神三尺坊大権現を祀る秋葉山を目指した信仰の道でもあり、とにかく、歴史的文化財の石碑・石塔の多い街道であった。
⑩	Ⓓ旧東海道 57 次 （+旧鳥羽・姫街道）	街道歩きを目指す誰もが憧れるまさに京阪を貫く大動脈ルート。ただ、現代においては、殆どが舗装された道であったが、随所に現れた富士山の雄姿を堪能させて貰った。日本橋から京都の基点三条大橋（53 次）へ、そして、さらに歩き続け大阪の基点高麗橋まで（５７次）を繋いだ。
⑪	Ⓔ旧奥州道中	いよいよ東北に目を向けて、本流・大道といえば、この道だろう。青森県は浅虫温泉の宿に東京湾海水を入れたペットボトルを置き忘れた時の、ある方の送り迎えに格別のお世話（日曜日の早朝 6 時 30 分頃）を頂いた。色んな人からの声掛けと差し入れを沢山頂戴した。台風 18 号の直撃を受けた豪雨の中を歩き、前半は雨で後半は晴れと大きく 2 分となった。
⑫	Ⓒ旧甲州道中（上り）	旧五街道歩きを一旦閉じる事とし、この行為を中締めとし、前回と逆向きの下諏訪から日本橋に向けて歩いた。最終日 24 日（火）も朝から快晴となったクリスマスイブ、東京都心（東京駅前、皇居、その周辺、銀座）の飾りと人々の往来の喧噪感と華やかさに感涙した。皇居前の警察官がカメラシャッターオンを笑顔で応えてくれた。
⑬	旧北奥（ほくおう）ルート	源義経の北國落ちのルートを辿った。「義経記、源平盛衰記」等に出て来る地名・関所、名所・旧跡、神社・仏閣など、いわゆるゆかりの地に沢山出合った。歌舞伎の勧進帳が頭を離れなかった。一番ハラハラした事は、台風 8 号の影響で、時々強い雷雨に見舞われ、中でも 7 月 10 日(木)の山形県庄内町清川から新庄市本合海までの国道 47 号線沿い最上川は路面下１メートルまで増水していた。
⑭	旧羽州街道	吾が居住地の山形を通る旧街道に付き、締め括りにする事を当初から狙っていた。導分けの神「猿田彦大神」との縁起を強く感じた。実りの秋の豊かさ（お米＆りんご）を満喫した。秋田市の千秋公園と弘前市の弘前公園は、日本庭園の拡大版の感があり、とても素晴らしかった。吾が地元山形市内霞城公園にも計画的な松の植樹を山形市に提案した。秋田県において、翌年からの四国へんろ旅トリガーとなった児玉さんと初めて知り合った。

図－7は、前記「⑭旧羽州街道」を終えた後、すなわち、この「前半、街道トレイル」完遂後の翌年、2015(平成27)年1月に地元山形新聞の取材を受け、報道された状況である。

歴史街道7000キロ歩く

山形・大沼さん 定年後、楽しみながら

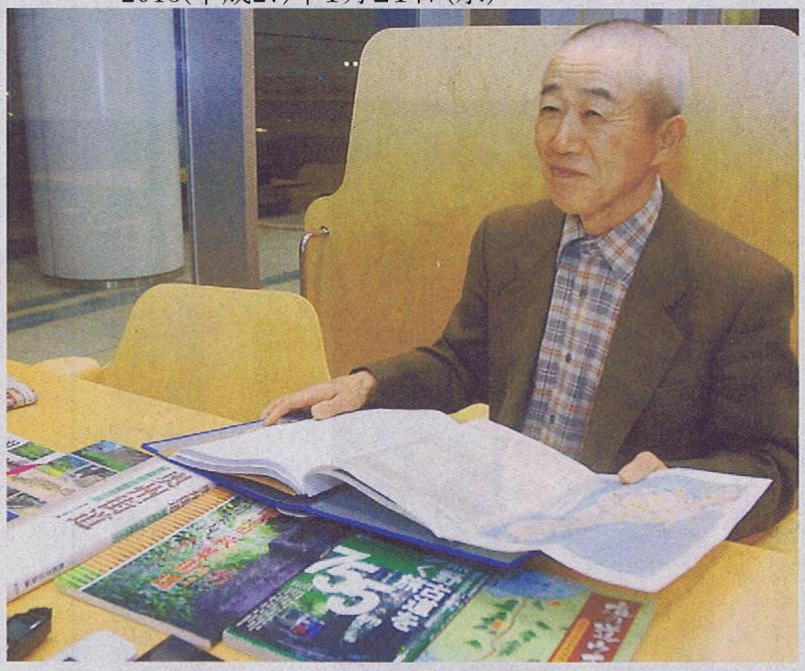
2015(平成27)年1月21日(水)

山形新聞

GPS操り、やぶ中を通ることも

「好奇心 まだ尽きぬ」

山形市上桜田3丁目の大沼香さん(65)は6年前の定年を機に、本州の歴史街道を歩く旅を楽しんでいる。衛星利用測位システム(GPS)を操り、史実に基づく〝正規ルート〟にこだわり踏破。これまでに青森～大阪間の31街道、約7千キロを歩き「好奇心はまだまだ尽きない」と意欲旺盛だ。



これまでの街道歩きについて語る大沼香さん＝山形市・山形メディアタワー

大沼さんは定年を迎える直前、書店で偶然手にした本で歴史街道を歩き通す旅に触れてロマンを感じ、「いつか自分も」という思いを温めていた。42年間勤めた会社を退職後、本格的に計画を進め、2010年に挑戦を開始した。

東海道や奥州道中など五街道をはじめ、福島と青森を結ぶ羽州街道、熊野古道などの各ルートに、1日も休まず歩く「スルーハイク」で挑んだ。重複した街道や数本を組み合わせたコースもあり、5年間で挑んだ区間は14。最長距離は京都と岩手・平泉を結ぶ1088キロで、民宿などを利用しながら30日間を歩き通した。

「昔の人たちが実際に使っていた道を歩きたい」と、さまざまな資料を調べ、大まかな道筋をGPS機に入力して携行。舗装された道だけでなく、やぶをかき分けて進み、迷うこともあったが「冒険したい気持ちが強く、困ったとは思わなかった」という。現地の人たちとの出会いも大沼さんを力づけた。

「ただ進むだけではつまらない」と、楽しみながら歩く工夫も。宮城の閖上から湯野浜を目指した旅では、スタート地点でくみ取った海水をゴールに注ぎ、〝仲人〟として太平洋と日本海を〝結婚〟させるーなど、街道に関わる架空の物語を想像。任務を遂行する主人公になりきり、険しい道のりも乗り越えた。

今後は四国八十八カ所霊場や、出羽百観音霊場巡りを計画中という。「常に向上心を持ち続けたい」と、これからの挑戦に期待を膨らませている。

図－7

３.「後半、へんろトレイル」の記録

後半 10 年間の実践状況は図(表)－8 のとおりである。

「人生修行道場ネットワーク・ライン　その２」(歩行軌跡図－9) は、**大阪より西側日本を歩いた記録**である。

図(表)－8

実施期間		年　齢	区間数	現地における基点から基点までの正味	
				実歩行累積距離数	連泊累積日数
10年間	2015(H27)年～2019(R 元)年（後半５年間　・その１） 実質は暦５年中の４年間	66 歳～70 歳	9	7,003 ㎞ (30.32km/日)	231 日間
	2020(R2)年～2024(R6)年（その後５年間・その２） 実質は暦５年中の１年間	71 歳～75 歳	1	1,591 ㎞ (26.52km/日)	60 日間
	計	66 歳～75 歳	１０	8,594 ㎞	291 日間

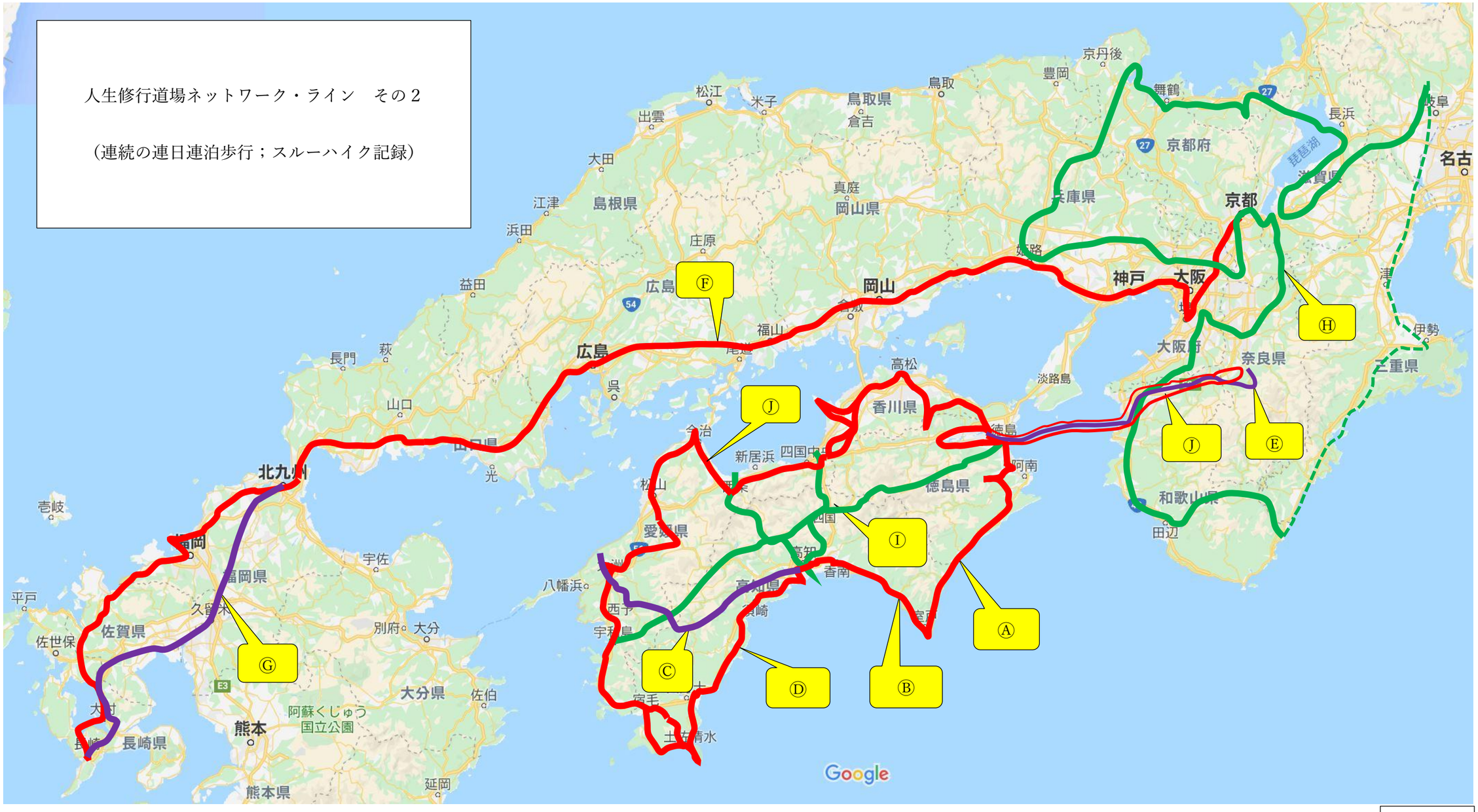
後記図(表)－10 中の 10 区間の実践歴は、各区間において、現地に入り歩き始めのスタートを切ったら、最後の歩き終わりまでは、諸々の用事足しを含めて一切の動力交通機関は使っていない。その区間内はこの足だけで歩点を繋いだ。

その２は、コロナ禍等により行動抑制、71 歳～75 歳は４回目四国へんろのみの実績である。

2015(H27)年＜66歳＞　～　2024(R6)年＜75歳＞までの10年間の記録

人生修行道場ネットワーク・ライン　その２

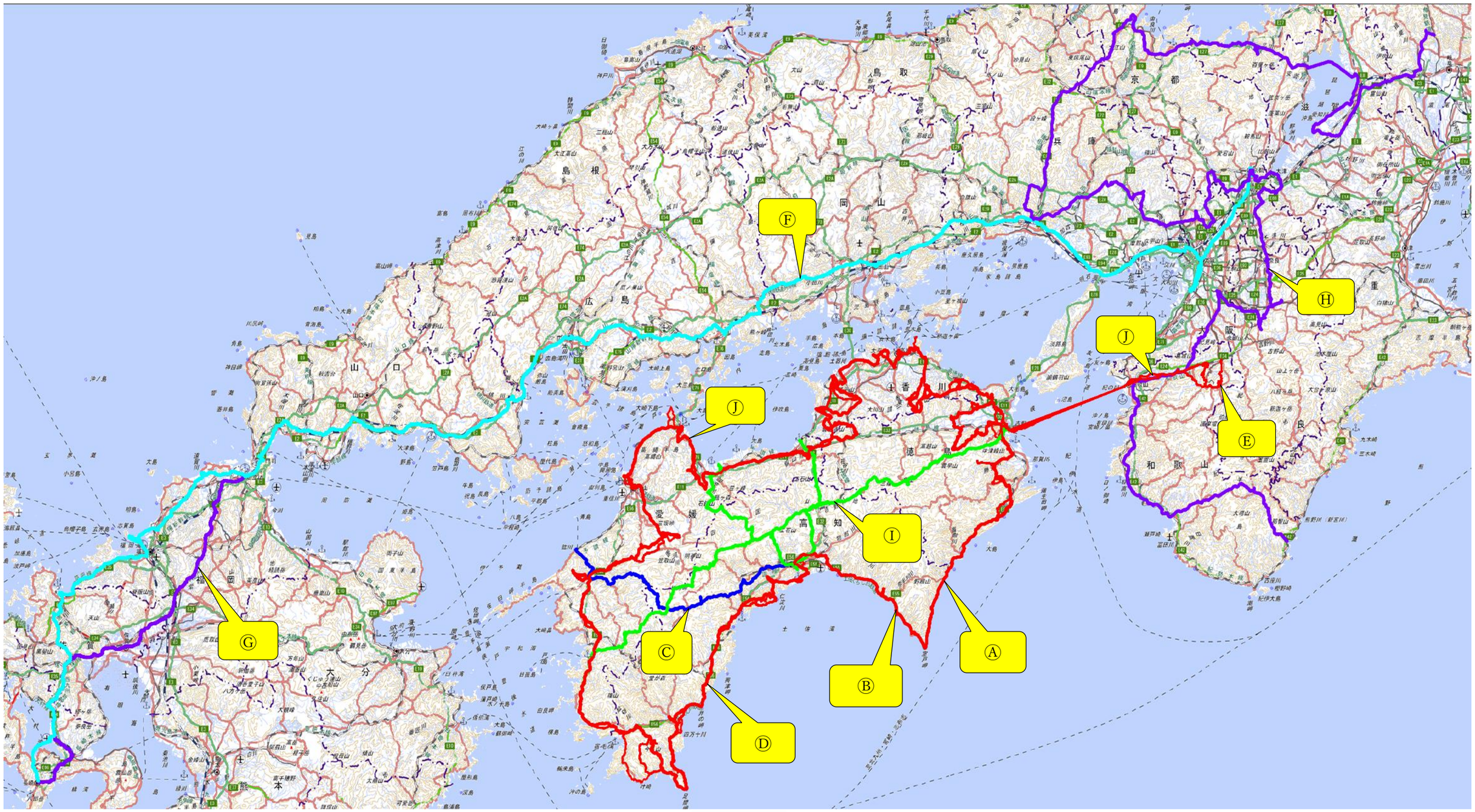
（連続の連日連泊歩行；スルーハイク記録）



図－9a

（注１）吹き出し内の英文字は、次ページ以降、図(表)内表記と一致する。

（注２）図－９ａに対応するＧＰＳトラックログ（歩行足跡）について次頁図－９ｂに抽出した。



図－9b

図(表)－10～12 は前記「人生修行道場ネットワーク・ライン　その２」の内訳である。

図(表)－10

私が実践したスルーハイク結果の「後半、へんろトレイル　その１」記録

実施年	年齢	スルーハイクの基本名称			始基点→終基点	実歩行距離		歩行のみの正味期間	歩行のみの正味日数	［大香(だいこう)ブランド老魂(ろうこん)サブタイトル］（大言壮語の大義名分）
		大括り	通番	ルート件名						
2015 (H27)年	66	四国　第１回目へんろ	Ⓐ	四国内へんろ道	通し・順打ち（108 か寺霊場） ｛１番→88 番→ １番 別格 20 霊場差込｝(周回)	1,446	km	4/1(水)～5/13(水)	42 連泊 43 日間	［四国 108 霊場一筆書き　＆ 霊土採取大作戦］
この 2016（H28）年も歩き旅を行いたかったが、町内会（自治会）の三役対応により不可となりました。										
2017 (H29)年	68	四国　第２回目へんろ	Ⓑ	四国内へんろ道	通し・逆打ち（88 か寺霊場） 88 番→１番→88 番（周回）	1,262	km	4/4(火)～5/14(日)	(40 連泊)41 日間	［四国 88 霊場一筆書きの逆打ち　＆ 岬巡り大作戦］
			Ⓒ	坂本龍馬脱藩の道	高知→伊予長浜	178	km	（引き続き）～ 5/21（日）	(5 連泊) 6 日間	
			小計		―――	1,440	km	―――	46 連泊 47 日間	
		四国　第３回目へんろ	Ⓓ	四国内へんろ道	通し・順打ち（88 か寺霊場） １番→88 番→１番（周回）	1,199	km	4/3(火)～5/16(水)	(43 連泊)44 日間	［無限無窮(６８６９；むげんむきゅう) 再活大作戦］
			Ⓔ	高野山への道	１番→徳島港→(ここはフェリー) →和歌山港→高野山→（橋本）	123	km	（引き続き）～ 5/21（月）	(4 連泊) 5 日間	
			小計		―――	1,322	km	―――	48 連泊 49 日間	
2018 (H30)年	69	長崎遊学 Zigzag 紀行	Ⓕ	長崎への道	京都→長崎 （日本二十六聖人殉教の道）	910	km	10/7(日)～11/2(金)	26 連泊 27 日間	［ちょうちんフットライト(footlights) 大作戦］
				（長崎界隈散策）	―――	―――	―	11/3(土)～11/4(日)	――――	
			Ⓖ	旧長崎街道	長崎→小倉	234	km	11/5(月)～11/11(日)	6 連泊 7 日間	
			小計		―――	1,144	km	―――	(32 連泊)34 日間	
2019(H31～R 元)年		Ⓗ	西国三十三所観音霊場順(巡)礼		１番→33 番(・・・→１番)(※)	1,071	km	4/2(火)～5/7(火)	35 連泊 36 日間	［西国へんろハート作図 －両眼（両面眼力）培養大作戦］
2019 (R 元)年	70	Ⓘ	四国　縦Ｖ横一登山へんろ	縦Ｖ(たてブイ)	東予港→高知港→川之江港	580	km	10/15(火)～11/5(火)	21 連泊 22 日間	［冠カップ・メトロノーム作造大作戦］
				横一(よこいち)	宇和島港→徳島港					
総　計	――	――	１０区間			7,003	km	―――	231 日間	――――

(※) Ⓗ33 番華厳寺で満願後、伊勢神宮（内外宮）、ならびに長野善光寺に移動して参拝した。

図(表)－11

通番	スルーハイクの基本名称	特　筆　事　項
Ⓐ	四国内へんろ道 <四国　第1回目へんろ>	過去5年間の歴史街道スルーハイク旅を一つの区切とした時に、次の5年間の取り組みの一番目に挙げたのが四国へんろである。事前調査の中で、「本札88か寺霊場」に加え、「別格20か寺霊場」を知り、計108か寺霊場がネットワーク化されていることに気付いた。そこで初めての四国へんろ挑戦だが、108か寺霊場“順打ち”へんろを実践した。無我夢中だったが雰囲気そのものに魅了されてしまった。次の所期の目標（8点）を全て完遂した。①四国四県のランドマーク（県庁と県庁所在地市役所と同地のJR中央駅）に立ち寄る。②全て歩き切る（宿へも含めてスタートからゴールまで一切の動力は使っていない)。③歩行軌跡を一筆書き（1番から最後まで番号順に、ルート足跡を交差させない）する。④歩行軌跡を閉局（別格20か寺を差込、本札1番→88番→1番）する。⑤全札所108か寺本堂前から採土する。⑥真水（菩提寺は石行寺の神滝）とアオキ葉（吾が庭のもの）を背負う。⑦荷物を背負い切る。(参拝時も背負う、預けない）⑧アルコール類を一切摂取しない。
Ⓑ	四国内へんろ道 <四国　第2回目へんろ>	本札88か寺霊霊場“逆打ち”へんろ（88番→1番→88番）を実践した。次善のねらいとして「四国出っ張りの岬攻め」を敢行した。四国の地形において、西端にはⒶ佐多岬、東端にはⒷ蒲生田岬、南側でⒸ足摺岬（南端）とⒹ室戸岬（準南端)、北側ではⒺ竹居観音岬（北端）とⒻ大角鼻岬（準北端）であるが、ⒶⒷは前年自家用車で踏査済、今回は残りのⒸ～Ⓕの4個所を踏査して来た。1回目と同じへんろ道を通ることが多かったが、向きが変わるとがらりと風景が変わり、初めてのような感覚になりとても新鮮であった。
Ⓒ	坂本龍馬脱藩の道	江戸時代幕末の幕藩体制の崩壊から明治初頭にかける激動の中で、若い命を賭して短い生涯を終えた若き志士達の活躍には感動せざるを得ない。中でも長州の吉田松陰と土佐の坂本龍馬の生き方に感銘を受けている。龍馬が脱藩した時に駆け抜けた道（旧街道）が気になっていたことから、上記Ⓒへんろの全てを終えた後、高知市に移動した。そこから龍馬との共歩きを観想しながら伊予長浜まで歩いた。へんろ道とは違い、一部に、殆ど歩かれていないと思われる所や倒木やザレ道となっている所もあり、やがては廃道化してしまうのだろうと案じながら歩いた。
Ⓓ	四国内へんろ道 <四国　第3回目へんろ>	過去のへんろ2回の偶数（陰）で終わるのは、とこかに中途半端を感じたことから3度目のへんろ。本札88か寺霊霊場を“順打ち”へんろ（1番→88番→1番）を実践した。過去2回は納経帳に御朱印を貰ったが、今回は納経軸（掛け軸）を背負いこれに御朱印を貰った。4県の「一の宮神社」―――大麻比古神社（阿波・徳島県)、土佐神社（土佐・高知県)、別宮大山祇神社（伊予・愛媛県)、田村神社（讃岐・香川県）―――にも立ち寄り参拝し御朱印を貰った。靴の交換、整形外科受診、眼鏡紛失のハプニングに遭遇した。
Ⓔ	高野山への道	上記「Ⓔ3回目の四国へんろ」の結願後、お礼参りとして高野山に参詣するのが習わしとなっている。上記Ⓔへんろは1番に戻って全てを終え、引き続き高野山を目指した。1番→（歩き）→徳島港→（フェリー）→和歌山港→（歩き／旧大和街道＆町石道）→高野山までの4泊5日間の行程となった。へんろスタートから49日目の5月21日(月)、奥の院大師御廟に参拝した。お大師様が山麓の母のために通ったという憧れの“町石道”は素晴らしい古道であった。
Ⓕ	長崎への道 （日本二十六聖人殉教の道）	「長崎と天草地方の潜伏キリシタン関連遺産」の世界文化遺産登録を知り、「日本二十六聖人」のことに触れ、その人達が歩いた「長崎への道」を知った。居ても立っても居られなくなり、まずは妻と長崎へ行って来た。「日本二十六聖人記念碑（ブロンズ像）・同記念館」や「信徒発見」奇跡の地－大浦天主堂などを訪ねたらどうしても二十六聖人が歩いた京都から長崎までの殉教道をスルーハイクしたくなり、その2週間後に敢行した。キリスト教徒が残酷な仕打ちを受けた歴史を学んだ。 広島通過時には平和記念公園、長崎の地では平和公園に立ち寄り、「折り鶴（作詞・作曲者は梅原司平さん)」を歌って奉納し、慰霊・鎮魂のまことを捧げた。
Ⓖ	旧長崎街道	上記「Ⓖ長崎への道」を終え、自宅への方向として、本街道を歩くこととした。九州における初めての歴史街道・歴史古道スルーハイクであり、小倉で「Ⓖ長崎への道」に合流し終えた。格別困難な場所はなかった。長崎は江戸時代における鎖国体制下の唯一の開港だったことから京阪、江戸との人・物の交流の道であった。それ故に名立たる・著名な歴史上の人物（シーボルト、吉田松陰、坂本龍馬、西郷隆盛、乃木希典、伊能忠敬・・・）が往来した。
Ⓗ	西国三十三所観音霊場 順礼	2019年は平成から令和への改元の年、節目の年である。どこを当てるか思案中に“やはり”となったのが、観音巡礼の原形、吾が国最古の巡礼道場と言われる「西国三十三か寺観音霊場」である。寺院の伽藍（建物）は巨大なものばかりであった。5月1日の改元の当日は、福井県小浜市区域の日本海沿岸を歩いた。記念に平成最後の宿と令和最初の宿の女将さんから御朱印としての自署（サイン）を白衣に貰った。納経軸（掛け軸）を背負い、各寺から御朱印を貰った。1番から順打ちし33番で満願、その後伊勢神宮（外宮）まで電車移動、外宮から内宮まで歩き、内宮から那智勝浦まで電車移動した。そこから再度1番青岸渡寺まで歩き、円環成就を以って大満願を果たした。さらにバスと電車を繋ぎ長野県長野善光寺にお礼参りの参拝、ここに全てを終了した。
Ⓘ	四国　縦Ｖ横一　登山へんろ	これは四度目の四国入り。過去3回の四国歩きへんろにおいて、チャンスを覗っていたが、天候不順に付き断念していたもの。1つ目は石鎚山、2つ目は旧土佐北街道（参勤交代北山道)、3つ目は四国カルスト台地、4つ目は剣山の登山をメインとした。また、次の5個所の港の潮水（海水）を汲み上げて、地元から背負った真水に混合した。瀬戸内海側の東予港と川之江港、太平洋側の高知港、西の宇和島港（豊後水道接）ならびに東の徳島港（紀伊水道接）からである。旧土佐北街道山中の土砂大崩落地への挑戦においては、吾が身から湧き出るフロンティア・スピリットと、ルート・ファイティングの醍醐味を味わった。

図(表)－12

私が実践したスルーハイク結果の「後半、へんろトレイル　その２」記録

実施年	年齢	スルーハイクの基本名称 大括り	通番	ルート件名	始基点→終基点	実歩行距離		歩行のみの正味期間	歩行のみの正味日数	［大香(だいこう)ブランド老魂(ろうこん)サブタイトル］（大言壮語の大義名分）	
2020(R2)年～2021(R3)年	71～72	コロナ禍（巣籠）									参考とし、スルーハイク遊学紀行にはカウントしない。
2022(R4)年	73	西川町「高清水通り」調査活動			2022（令和４）年６月26日（日）初調査　～　報告発表　2023(令和5)年３月12日（日）於西川町交流センター						
2023(R5)年	74	西川町「高・清フレンドリー古道調査」活動			2023（令和５）年７月/31日（月）発調査　～　報告発表　2024（令和６）年１月28日（日）於西川町交流センター						
2024(R6)年	75	四国　第４回目へんろ	Ⓙ	四国内へんろ道	通し・順打ち（108か寺霊場 {88番→1番→88番 / 別格20霊場差込}(周回)	1,424	km	4/10(水)～6/11(火)	現地対応は 62連泊63日目間 実質は 3日間滞留に付き 59連泊60日間	［終息前夜祭 四国へんろ逆順大作戦］	
				高野山往復	１番→高野山→１番 徳島港～和歌山港間はフェリー	167	km				
			小計		―――	1,591	km				
総　計	――	――	1区間			1,591	km	―――	60日間	――――――	

Ⓙ	四国内へんろ道 <四国　第４回目へんろ>	75歳にして行った今回の遊学紀行・スルーハイク歩き旅は、70歳2019(R元)年「四国　縦Ｖ横一　登山へんろ」以来５年ぶり、四国へんろとしては69歳2018(H30)年３回目へんろ以来６年ぶりの取組みとなった。同じ108か寺対象の１回目四国へんろ66歳2015（平成27）年においては43日間で回ったが、今回は54日間を要し11日間も上回った。今回は逆打ちで先回の順打ちとは異なるといえども日数が掛り過ぎという思いである。９（75-66）年間経過したが、体力・スタミナの衰えは感じなかったものの、靴擦れを患った時の気持ちの向き合いで問題を感じた、１回目の時とは異なり、慎重というか何か弱気を感じた。ただ、時間を要した分だけ、ゆとりを持って境内観察を行うことができ、また、行き交う多くのへんろ仲間と、ハイク途中で、宿で思う存分会話・対話することが出来た。また、この四国へんろの報告とお礼参りに高野山を往復したが、75歳の誕生日をその高野山の中枢部で迎えることが出来たのは有意義であった。

以下の図(表)－13・14は、４回分四国へんろのみを抽出したものである。

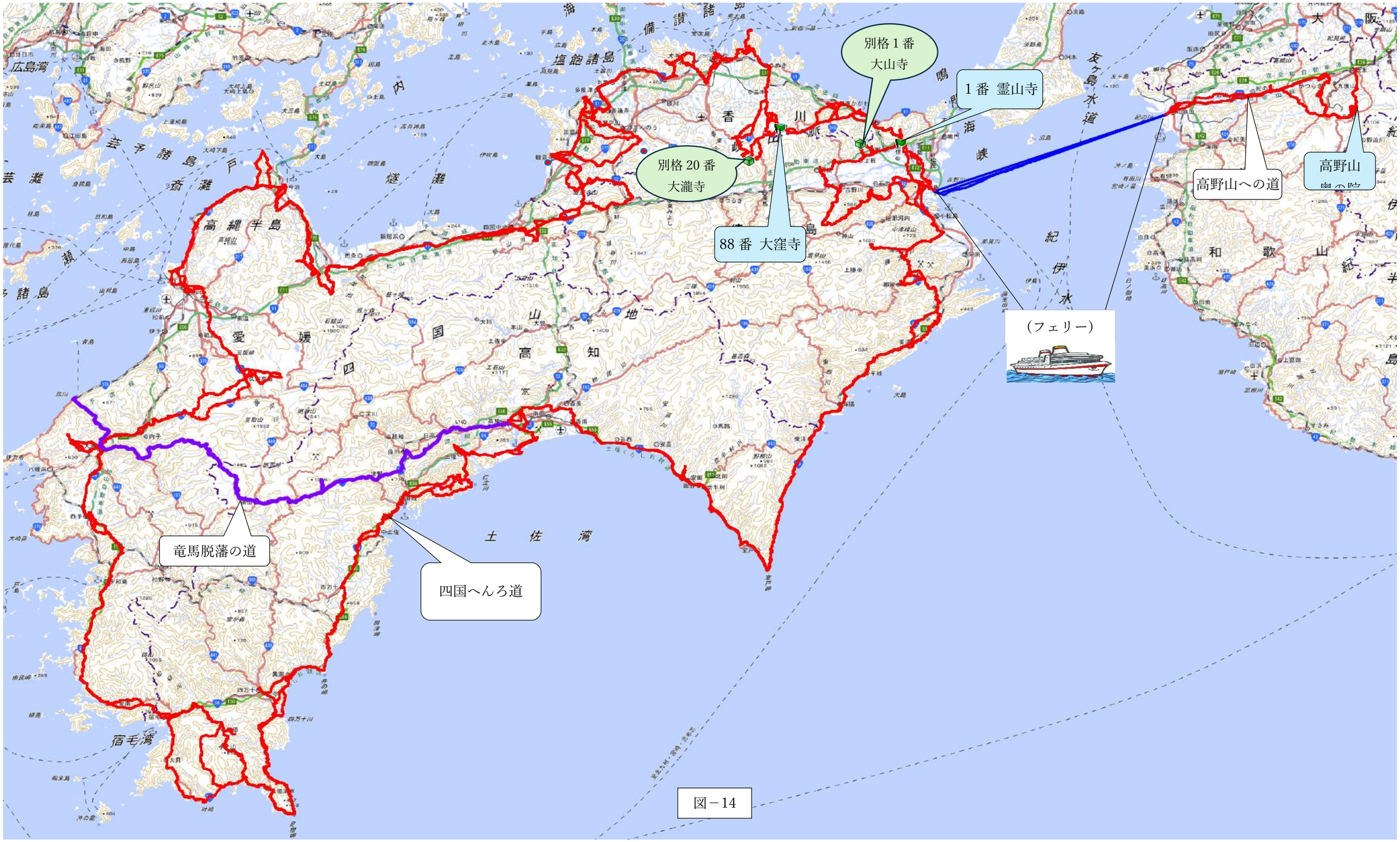
4回に渡った四国へんろ対応（4周回分）

※；1回とは、1度のへんろ旅で対象の全札所（108か寺、または88か寺）を打った（巡礼した）ことをいう。したがって、4回とは、別年毎に4周回したものであり、全札所を打つ1周分を4回に分けた、あるいは、1周するのに4年掛かったということではない。

			項　目		日　程	door-to-door 全日数	現地対応日数	四国内札所のみ（108 or 88）対応を抽出				
								日数	合計距離	1日当り距離	時間	平均時速
1回目	百八・順打ち	66歳	前行程	自宅発 高野山に挨拶	2015（平成27）年 3月30日(月)	47日間						
				移動日	3月31日(火)							
			本番行程	現地 108か寺参拝	4月1日(水)～5月13日(水)		43日	43日	1,446km	33.6km	9時間42分	3.5km/h
			後行程	高野山に報告	5月14日(木)							
				自宅着	5月15日(金)							
			備考	意を決して初めての四国スルーハイクへんろ、初回ながら欲張って本札88か寺と別格20か寺の計108か寺を通し・順打ちで参拝した。88番から1番に大坂越で戻った。								
2回目	八十八・逆打ち	68歳	前行程	自宅発	2017（平成29）年 4月3日(月)	49日間						
			本番行程	現地 88か寺参拝	4月4日(火)～5月14日(日)		47日	41日	1,262km	31.2km	8時間55分	3.3km/h
			(特別行脚)	「坂本龍馬脱藩の道」ウォーク	5月16日(火)～5月21日(日)							
			後行程	自宅着	5月22日(月)							
			備考	本札88か寺のみの通し・逆打ちに挑戦、札打ち終了後、1番から88番に大坂越で戻った。5月15日(月）の移動日をおいて、「坂本龍馬脱藩の道」トレイルを敢行した。								
3回目四国へんろ	八十八・順打ち	69歳	前行程	自宅発	2018（平成30)年 4月2日(月)	51日間						
			本番行程	現地 88か寺参拝	4月3日(水)～5月16日(水)		49.5日	44日	1,199km	27.3km	8時間36分	3.2km/h
			(特別行脚)	高野山参り	5月17日(木）～5月21日(月) 5月22日(火）の午前							
			後行程	自宅着	5月22日(火）の午後							
			備考	本札88か寺のみの通し・順打ち、88番から1番に戻り、引き続き高野山奥の院まで歩いた。								
4回目	百八・逆打ち	75歳	前行程	自宅発	2024（令和6）年 4月9日(火)	65日間		（註）				
			本番行程	現地 108か寺参拝	4月10日(水)～6月2日(日)		63日間	60日	1424km	26.4km	8時間22分	3.1km/h
				高野山往復	6月3日(月)～6月9日(日)							
				1番→88番	6月10日(月)～6月11日(火)							
			後行程	自宅着	6月12日(水)							
			（註）現地63日中、内3日間は滞留日に付き、実質の現地対応は60日間									
			備考	本札88か寺と別格20か寺の計108か寺の通し・逆打ち、1番で満願後、高野山奥の院まで歩きにより往復し、四国に戻り、引き続き88番に戻った。								
総計			－－－	－－－	－－－	212日間	202.5日	188日	5,331km	－－－	－－－	－－－

四国へんろのみ（４回分重畳）を抽出

～ＧＰＳトラックログ（足跡軌跡図）～



図－14

以下図－15の記事は、４回目四国へんろ帰宅後の 2024(R6)年７月 22 日（月)取材を受けたものの記事である。

（金曜日） 地域 山形新聞 2024(R6)/8/16(金) 第49926号 （12）

ワイド地域 プラス+PLUS

人生、歩みは止めない

大沼さん75歳、四国霊場４巡

全国の各街道も踏破

山形市上桜田3丁目の大沼香（かおる）さんが75歳の節目に、自身4周目となる四国霊場歩き遍路を4～6月に敢行した。今回は88カ寺と別格20カ寺の計108カ寺を逆の順番で行脚した。66歳から四国遍路を始め、これまで計188日間に5331キロ歩いたことになる。「遍路の魅力を多くの人に伝えたい」と思いを語る。

大沼さんは、定年を機に2010年から本州の歴史街道を訪ね、14年までに青森―大阪間の31街道、約7千キロを歩いた。各ルートを一気に進むスルーハイクが大沼さん流で、18年には京都―長崎間の各街道約1144キロを34日間かけて旅した経験もある。四国遍路を始めたのは15年。88カ寺と、別格を加えた108カ寺について、順番通りの順打（ジュン）ち、逆からの逆打ちでそれぞれ巡った。

今回は4月9日～6月12日の期間に実質60日間歩き、高野山（和歌山県）にもお礼参りした。うるう年に逆打ちを行うと他年の3倍のご利益があるとされ、約6キロの荷物を背負い、1日平均で8時間半、27キロを歩き続けた。最初の頃は靴擦れに悩まされといい、「剣山を刺されたかのような痛みが次々と別の所に襲ってくる。それが2週間もすると不思議と落ち着く」と語る。

同じ宿になった人たちと一期一会の交流を深め、中には山形市から訪れていた男性もいた。「先入観を持たず、バランスよく生きることに気付かされた」と振り返る。「家族から『何か変わったの？』と聞かれる」と笑うが、「家族の理解があってこそできること」と感謝の思いを口にした。

10月に講演の依頼があり、四国遍路をテーマに経験談を交えて語る予定だ。今後は「西川の月山古道の調査・研究を深め、街道の旅や遍路での体験をまとめた本も出したい」と意欲は尽きない。（柳沢明子）

四国歩き遍路の際に身に着けていた白衣を前に旅の思い出を語る大沼香さん　＝山形市

図－15

やましん歌壇

応募規定

やましん歌壇への投稿は、郵便は**作者の住所、氏名、年齢、電話番号**を、他紙への二重投稿はお断りします。山形新聞社編集局　やましん歌壇係。

布宮　雅昭選

射干の花一面群れて円仁の入定窟へと吾を誘ふ　山形市　折原　広子

【評】立石寺に開祖である慈覚大師円仁が入定したと伝えられている洞窟がある。作者が訪れた折、ちょうど射干の花が盛りであった。その射干の花が、作者を入定窟へ誘っているようだという。心豊かな歌である。

約束のメダカの卵は孵化すれど病の妹は逝きて還らず　山形市　志鎌　久子

【評】メダカは、妹さんが飼っていたのであろう。それを作者に託されたのである。そのメダカの卵は無事孵ったが、妹さんは亡くなってしまったという。悲しみにつながるメダカの思い出である。

長井地方に江戸の世からの里料理孫に教える老い妻励む　長井市　渡部紀二六

【評】長井地方に、江戸時代から伝えられている里料理があるという。奥さんがその料理を孫に伝えようと奮闘している。伝統が、受け継がれうれしいことである。どんな料理なのか興味もそそられる。

円朝に面差し似たる仏壇の祖母の遺影の前にて二席　秋田県八郎潟町　三浦　政博

戦終え一つの林檎を齧り合い笑ってた父母よ林檎供える　山形市　斎藤　仲司

鈍色の空より時に陽が射して座禅組む足に木洩れ日ゆれる　山形市　朝倉　正敏

孫娘と約せし蔵王龍野岳登山未だ見ぬ歌碑に孫の目光る　上山市　羽島　多男

老いたりと隣の媼は免許証返納したと徒歩に畑行く　大江町　柳川　次郎

集いくる生まれも育ちも違う人違えばこそに華厳の仲間　山形市　大沼　香

旅の夢谷風前に泡と消えてゐる坊主力及ばず　河北町　阿部　伸子

この夏の冷やし中華のリクエスト完全マスターの薄焼きたまご　酒田市新橋　佐藤志津子

通学路舗装とライン完成す子らの挨拶元気さわやか　朝日町　海野　寛

井上　管子選

朝霧の上がりて朝日連峰が「登ってこいよ」と老いの身誘う　朝日町　菊地　幸子

【評】若い頃何度も登った朝日連峰なのだろう。「登ってこいよ」は「また登ってこいよ」と言っているのだ。親しみを込めて山に言わせた言葉に懐かしさがある。

浜千鳥魚を攫ひて飛び立てば穏やかにして海の修羅あり　山形市　折原　広子

【評】鳥が魚を攫うのは一瞬の出来事。海面は波も立たない穏やかさでも、獲物の魚には修羅場である。美しい風景と共にある弱肉強食の摂理を修羅と言った。

去年逝きし犬がしつぽを振つてゐる盆に帰省の子らの花火に　上山市　新寺　登

佐藤　幹夫選

朝露に濡れて撓めるメヒシバの差し交す穂のかすかにそよぐ　村山市　佐藤　晃平

【評】繁茂力の旺盛なメヒシバの細い茎が仲びて穂をひらくのは旧盆の頃。群れ立つ茎の撓みの美しさに魅かれ、露の光くまで目を凝らして実存する。

二十歳なる曾孫に背負はれ盂蘭盆の墓を拝む九十九歳　長井市　高橋　こ代

【評】二十歳になった曾孫の背に負われて墓前に立つ九十九歳の合掌を、夏空が見守っているようだ。読み返す程に「拝む」姿の尊さに圧倒される歌。

空青し稲の緑の真ん中をさやけく走る左沢線の二輌　東根市　杉生美穂子

【評】開業100年を超す左沢線を「ざ

り満月覗く　新庄市　泉　芳子

台風の掠め過ぎたる朝空に秋を知らせて鱗雲あり　村山市　斉藤　隆夫

居合する弟の動画の迫力を息つめて見る四十九日忌　朝日町　児珠　純子

根っからのスポーツ音痴がテレビ視て五輪選手に指示の声上ぐ　白鷹町　海老名慎一郎

世も変り何の役にも立たぬけど迷信を孫に伝え聞かせる　上山市　羽島　多男

わが村の盆公演の薪能に帰省の客ら身じろぎもせず　長井市　渡部紀二六

一席目座布団までの距離のあり出囃子に押され「人」の字を呑む　秋田県八郎潟町　三浦　政博

ほうき草むかしは畑にこんもりと今はカフェでコキアと名乗る　天童市　佐藤裕紀子

いいにおいと得意満面三歳児じいじのくるまはしんしゃなんだよ　米沢市　村上美千代

お日様の白き光の散らばれる歩禅行場に七色の虹　山形市　大沼　香

指につまめり　東根市　松　馬鈴薯　月を見るこころ失せしも処暑の夜

４.「その他の歩き旅」

以下の参考－１～３は、前記「前半、街道トレイル」、ならびに「後半、へんろトレイル」以外の特筆すべき記録である。

参考－１；出羽三山界隈

月山には幾度となく登っているが、月山を経由した特筆すべきハイクのみを取り上げる。

１つ目と２つ目は、羽黒山と月山と湯殿山の三山を、古道筋を歩いて繋いだ記録である。

３つ目は、月山 弥陀ヶ原の中の宮御田原参篭所（前泊）を起点として、月山～湯殿山～「道智道」～黒鴨（山形県白鷹町）までの古道筋を歩いて繋いだ記録である。

４つ目；山形県庄内町北月山荘を起点に「(仮称）御浜池古道」を周回ハイクした記録である。

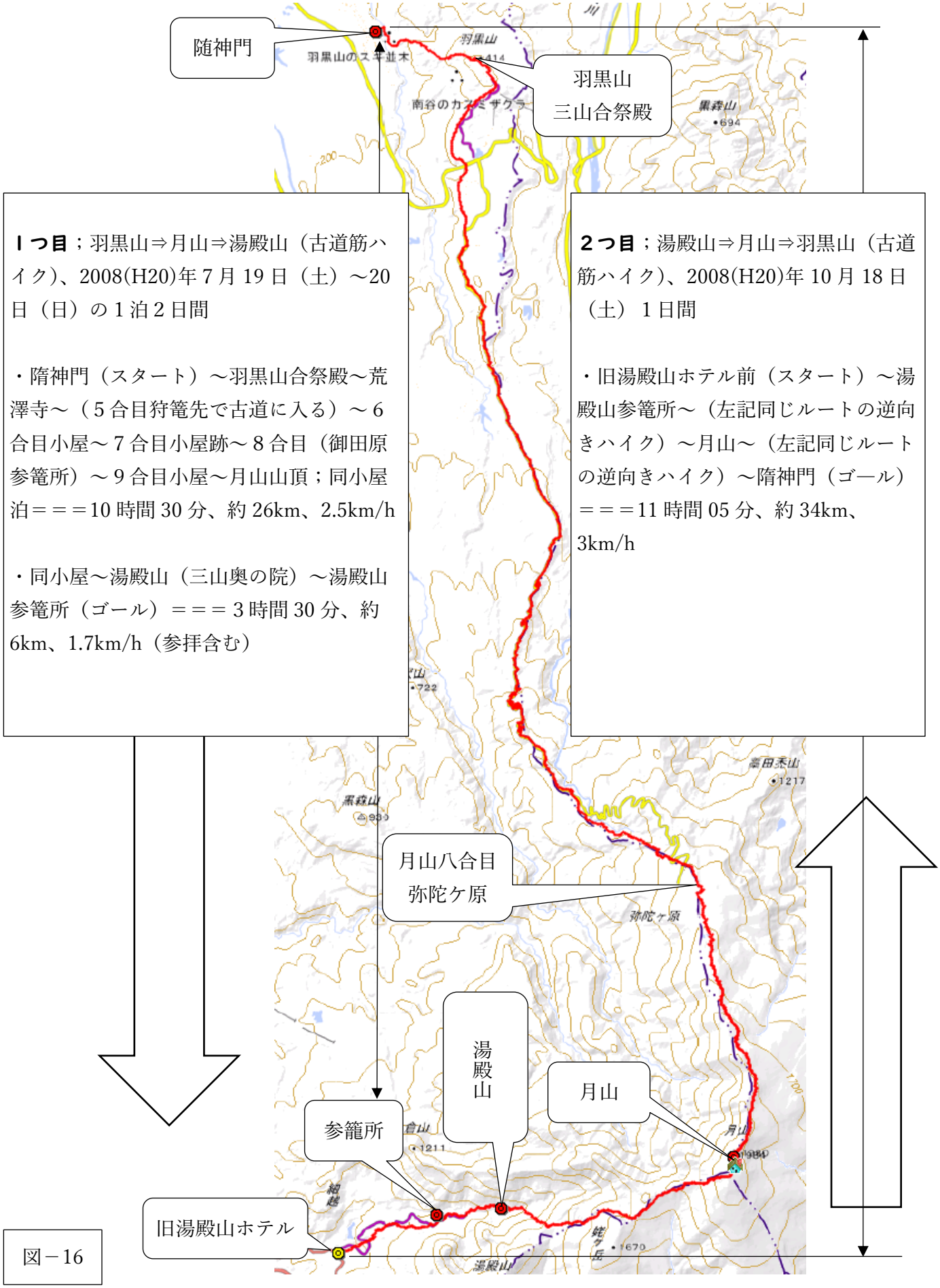
なお、出羽三山の秘所中の秘所とされる月山東西補陀落（ふだらく）や（羽黒山）阿久谷（あくや・あこや）や三鈷沢（さんこ）にも行っており、別記取り纏めている。

参考－２；山形県内と隣接県境の歴史街道・古道ショートハイク

参考－３；北アルプス縦走等

参考－４；日本の旧街道・古道を網羅した書籍

〖　参考－１　〗出羽三山界隈



１つ目；羽黒山⇒月山⇒湯殿山（古道筋ハイク）、2008(H20)年７月 19 日（土）～20 日（日）の１泊２日間

・隋神門（スタート）～羽黒山合祭殿～荒澤寺～（５合目狩篭先で古道に入る）～６合目小屋～７合目小屋跡～８合目（御田原参篭所）～９合目小屋～月山山頂；同小屋泊＝＝＝10 時間 30 分、約 26km、2.5km/h

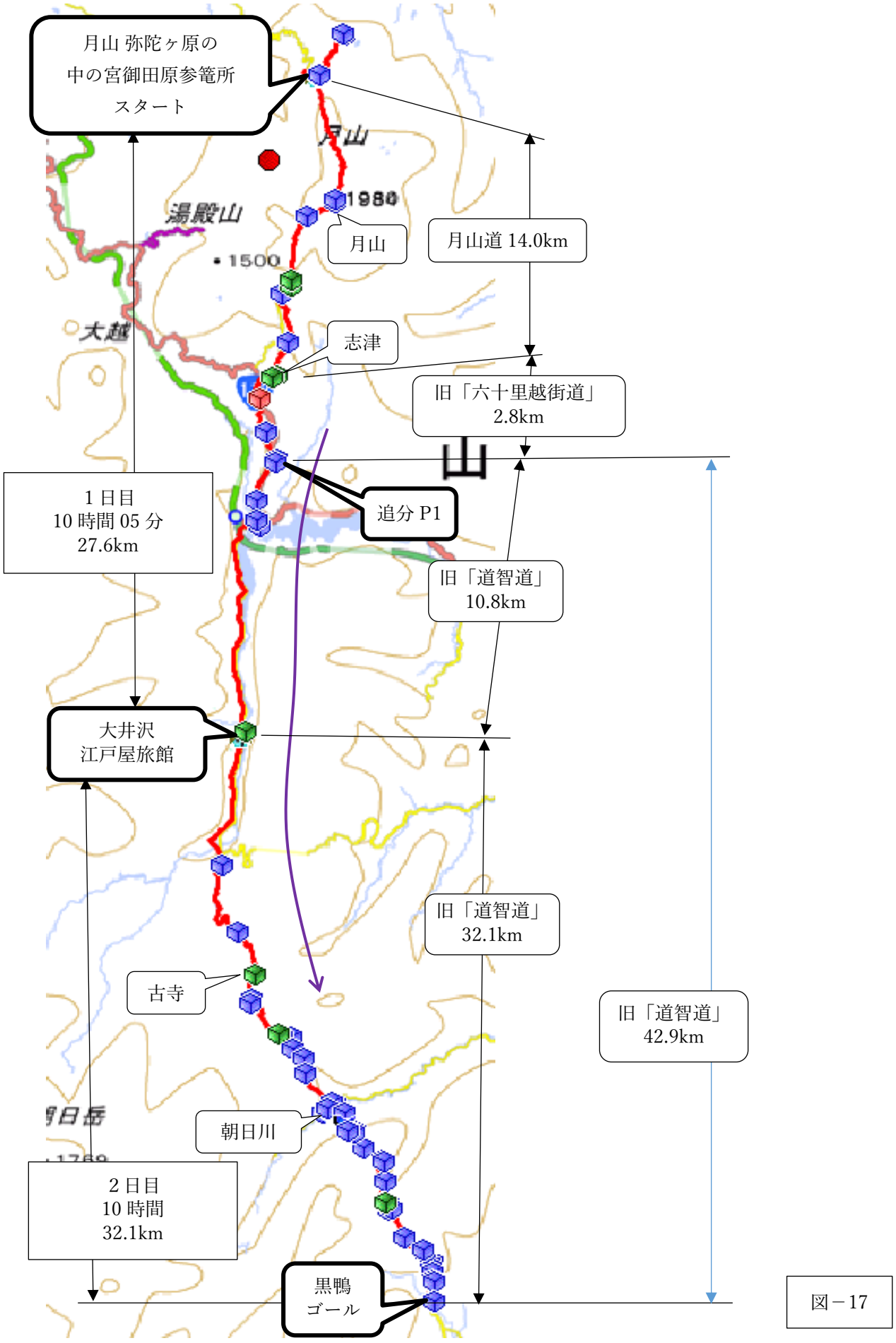
・同小屋～湯殿山（三山奥の院）～湯殿山参篭所（ゴール）＝＝＝３時間 30 分、約 6km、1.7km/h（参拝含む）

２つ目；湯殿山⇒月山⇒羽黒山（古道筋ハイク）、2008(H20)年 10 月 18 日（土）１日間

・旧湯殿山ホテル前（スタート）～湯殿山参篭所～（左記同じルートの逆向きハイク）～月山～（左記同じルートの逆向きハイク）～隋神門（ゴール）＝＝＝11 時間 05 分、約 34km、3km/h

図－16

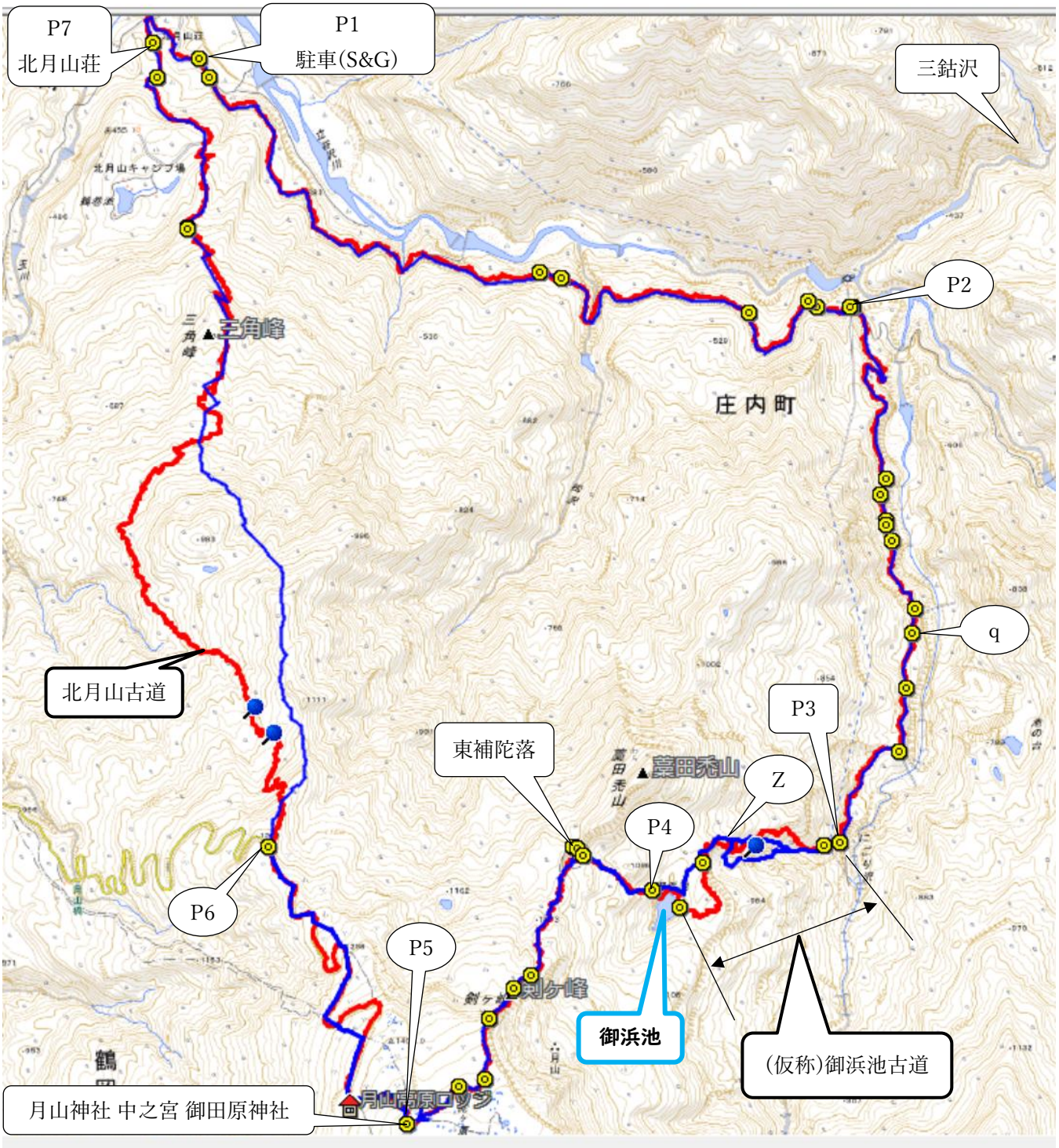
3つ目；「道智道」ハイク、2017(H29)年8月26日(土)～8月28日(月)2泊3日間



図－17

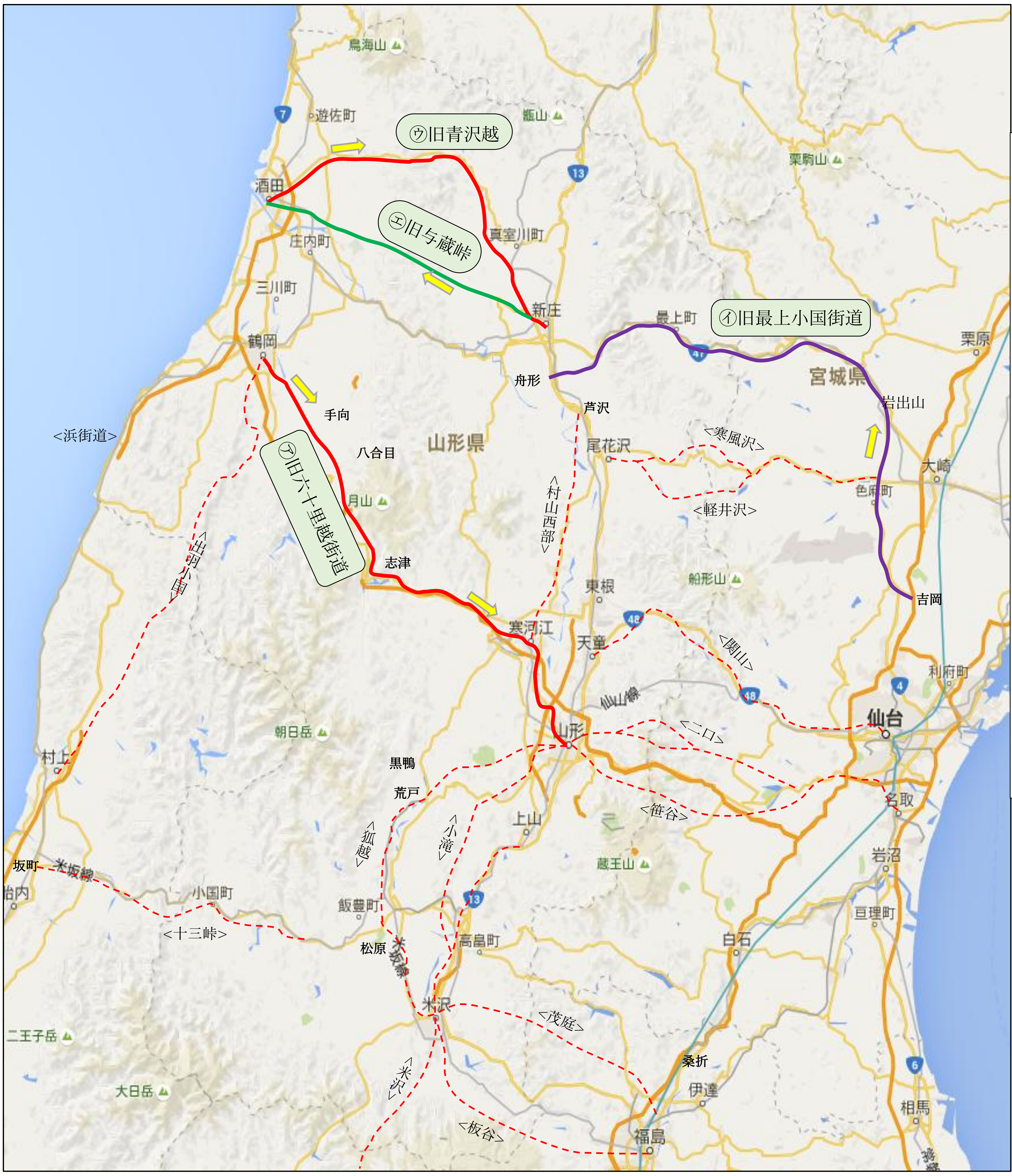
４つ目；「(仮称）御浜池古道」ハイク、2022(R4)年７月 10 日(日)

Ｐ１スタート～Ｐ２～Ｐ３～Ｐ４～Ｐ５～Ｐ６～Ｐ７～Ｐ１（ゴール、周回）
スタート６：20～ゴール 18：20（12 時間)、23.4km



図－18

〖　参考－２　〗山形県内と隣接県境の歴史街道・古道ショートハイク



実施した古道ルートは実線で表示しています。点線は他の古道の存在である。

図－19a

図(表)－19a 中の㋐～㋓の４件の内訳は同ｂのとおりである。

図(表)－19b

実施年	年齢	通番	歴史古道の名称[※1]	区間（始基点→終基点）	実歩行距離		歩行のみの正味期間	日 数
2010 (H22)年	61	㋐	旧六十里越街道	山形県鶴岡→山形県山形	101	km	6 月 25 日(金)～6 月 27 日(日)	2 連泊 3 日間
2012 (H24)年	63	㋑	旧最上小国街道	宮城県吉岡→山形県舟形	93	〃	6 月 23 日(土)～6 月 26 日(火)	3 連泊 4 日間
		㋒	旧青沢越街道	山形県酒田→山形県新庄	75	〃	9 月 14 日(金)～9 月 16 日(日)	2 連泊 3 日間
2013 (H25)年	64	㋓	旧与蔵峠	山形県新庄→山形県酒田	71	〃	7 月 1 日(月)～7 月 2 日(火)	1 泊 2 日間

（※1）名称に『旧』を冠したのは、廃道化した道を探求しつつ昔からの旧街道・古道筋を歩いたためである。

＝＝

〘　参考－３　〙北アルプス縦走等

図(表)－20

実施年	年齢	件　名	区間（始基点→終基点）	正味期間	日　数
2010 (H22)年	61	北アルプス行き[※3]	新穂高温泉登山口→槍ヶ岳[※2]→西岳→大天荘岳→常念岳 →蝶ヶ岳→上高地	9 月 9 日(木)～9 月 12 日(日)	３連泊４日間
2010 (H22)年	61	越後三山行き	越後三山森林公園→駒ヶ岳→中ノ岳→八海山→同公園	10 月 21 日(木)～10 月 24 日(日)	3 連泊 4 日間
2011 (H23)年	62	剣岳・立山連峰 （北アルプス） 山行き	馬場島登山口→剣岳→立山（雄山）→浄土山（南峰） →五色ヶ原→薬師岳→太郎平→黒部五郎岳→ 三俣蓮華岳→双六岳→西鎌尾根→槍ヶ岳→槍沢→ 上高地	9 月 24 日(土)～9 月 28 日(水)	4 連泊 5 日間
2012 (H24)年	63	北アルプス行き	中房温泉→燕岳→西岳→槍ヶ岳→南岳→上高地	9 月 4 日(火)～9 月 7 日(金)	3 連泊 4 日間

（※2）槍ヶ岳には３回挑み、３回共に快晴下山頂に立った。

（※3）北アルプスについては、後立山連峰（南の三俣蓮華岳から白馬(しろうま)岳まで）の縦走を課題としていたが実現は絶望となった。

・・・

以上はあくまでも会社退職以降2010(H22)年～2024(R６)年までの15年間の記録である。それら以外の単発の山行きは多数あるが、殆どは日帰りのため省略した。

＝＝

〘　参考－４　〙日本の旧街道・古道を網羅した書籍

図－21の２冊を紹介する。

図－21

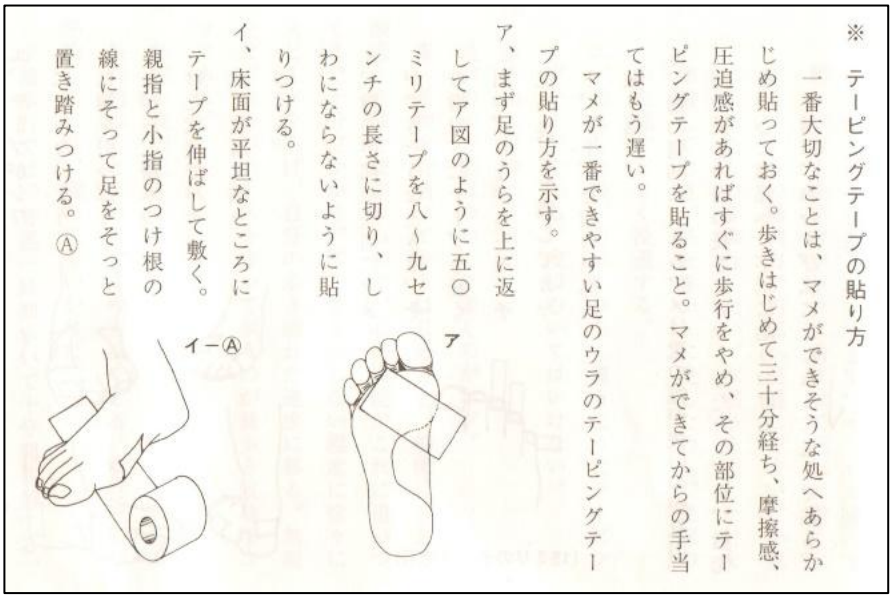
（end）

１．案内書

四国八十八所霊場参詣の移動手段・方法はどうであれ、計画・実践に必携の２冊子（ガイドブック）を紹介する。様々なものがある中で、定番と言えば「(社団法人）へんろみち保存協力会」編纂発行のものであり、これはとても有用である。現地では交通手段の如何を問わずほぼ100%は持参しているのではないだろうか。

❑[1] 解説編／図(表)－1

遍路を計画する時のお役立ち情報が掲載されている。目次を拾うと、巡拝プランの立て方、遍路用品と取扱上の留意点、装備品と携行品などについて分り易く解説されている。歩き遍路で一番悩まされる足豆・靴擦れ対策についてもきちんと載っている。


※　テーピングテープの貼り方

一番大切なことは、マメができそうな処へあらかじめ貼っておく。歩きはじめて三十分経ち、摩擦感、圧迫感があればすぐに歩行をやめ、その部位にテーピングテープを貼ること。マメができてからの手当てはもう遅い。

マメが一番できやすい足のウラのテーピングテープの貼り方を示す。

ア、まず足のうらを上に返してア図のように五〇ミリテープを八～九センチの長さに切り、しわにならないように貼りつける。

イ、床面が平坦なところにテープを伸ばして敷く。親指と小指のつけ根の線にそって足をそっと置き踏みつける。Ⓐ

イ－Ⓐ

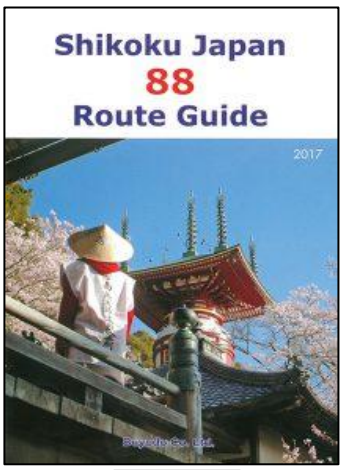
ア

図(表)－１

❑[2] 地図編

その１；表紙は図(表)－2ａで、国土地理院地形図に準拠したものである、同図ｂは英語版で、同図ｃは日本語版である。遍路道のルートは本より、もちろん車道、コンビニ・病院、宿泊施設（同図ｄ）等の必要な諸情報が満載である。ただ、日本語地図で残念なのは東西南北表示があべこべ、つまり、紙面の上が北方角とは限らず、これが使い難い、勘違いし易いものである。**宿の情報を一覧に整理し掲載している**ことが最大の特徴である。　移動に係る交通手段はどうであれ四国遍路するものにとっての関心事は「ルートと宿」だが、道の通行止めとその解除、宿の廃業と新規営業の情報が「へんろみち保存協力会」のＨＰにおいて随時更新されている。　なお、同協会で発行している前出英語版（私は購入済）は全てのページが紙面の上が『北』となっている。日本語版も改善するように同会に意見は述べたが、出来ない屁理屈をタラタラと並べ立てていた、どこかの役所と酷似の様相である。

図－２ａ



図－２ｂ

図－2c

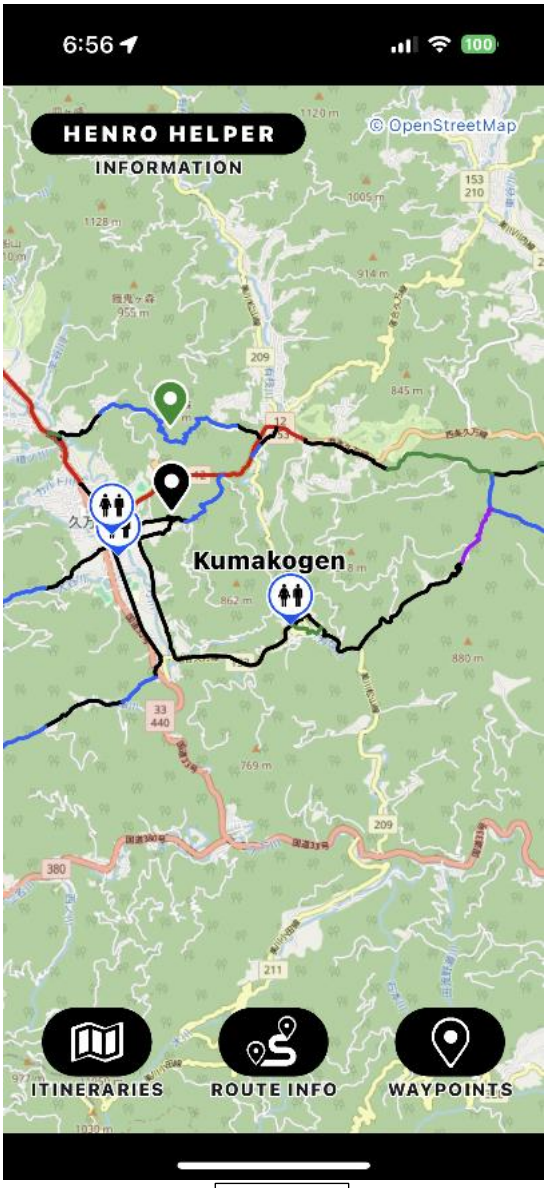
地図番号	指定番号	A距離	B距離	名　　称	電話番号	〒	所　在　地
58-1	46	72.0	－	医王山　浄瑠璃寺	089-963-0279	791-1133	松山市浄瑠璃町282
66-1	60	－	7.9	石鉄山　横峰寺	0897-59-0142	799-1112	西条市小松町石鎚2253
98-1	卍	7.9	8.0	石鉄山　極楽寺	0897-59-0011	793-0211	西条市大保木4-36
98-1	1	8.0	0.3	泉　　屋	0897-59-0955	793-0215	西条市西之川乙42-2
98-1	2	8.0	0.3	温泉旅館京屋本店	0897-59-0335	793-0215	西条市西之川甲106
98-1	駅	－	－	石鎚登山ロープウェイ山麓下谷駅	0897-59-0331	793-0215	西条市西之川甲下谷81
98-1	卍	0.2	0.8	64奥石鉄山　前神寺	0897-59-0354	799-1112	西条市小松町石鎚成就
98-1	3	0.8	4.0	石鎚山日の出屋旅館	0897-59-0143	799-1112	西条市小松町石鎚417
98-1	4	0.8	4.0	石鎚山白石旅館	0897-59-0032	799-1112	西条市小松町石鎚417
98-1	5	0.8	4.0	玉　屋　旅　館	0897-59-0415	799-1112	西条市小松町石鎚417
98-1	6	4.8	－	石鎚神社頂上山荘(5月～11月初旬)	0897-55-4168	793-8555	西条市西田甲797
98-1	7	－	－	関　門　旅　館	0897-59-0607	799-1112	西条市小松町石鎚2-2
96-A	卍	4.0	21.3	石鎚神社頂上社		799-1112	西条市小松町石鎚
				(石鎚登山ロープウェイ利用)			
66-2	63	21.3		密教山　吉祥寺	0897-57-8863	793-0072	西条市氷見乙1048
64-1	59		17.3	金光山　国分寺	0898-48-0533	799-1533	今治市国分甲4-1-33
98-2	⑩	17.3	2.3	西山興隆寺	0898-68-7275	791-0500	西条市丹原町古田4657
98-2	卍	2.3	1.5	梵音山　久妙寺	0898-68-7280	791-0504	西条市丹原町久妙寺193
98-2	⑪	1.5	3.6	生木地蔵正善寺（いきき）	0898-68-4190	791-0503	西条市丹原町今井141-1

図－2d

その２；図－3は（株）スーパーマーケッツ「みんなのへんろ事務局」のもの、これは社会通念に合致し紙の上は北に統一されているが、縮尺は記述されているものの道の途中や要所に距離が印字されてはいない(Non)、よって非常に使い難い。

その３；図(表)－4はスマホ用アプリ「Henro Helper」、英語対応（地図は日本語記述とレイヤー）だが、リアルタイムの GPS 追跡と方位情報を使用して、希望のルートを確認出来る。ルートは、交通量の多い道（赤)、静かな道（黒)、簡単な道（緑)、中程度の道（青)、難しい道（紫）を示すように色分けされている。他に札所（寺院)、名所、トイレ、休憩所、コンビニ、宿泊施設などのウェイポイントも見られ、ネットが繋がるエリアにおいてはとても有用であろう。

図－3



図－4

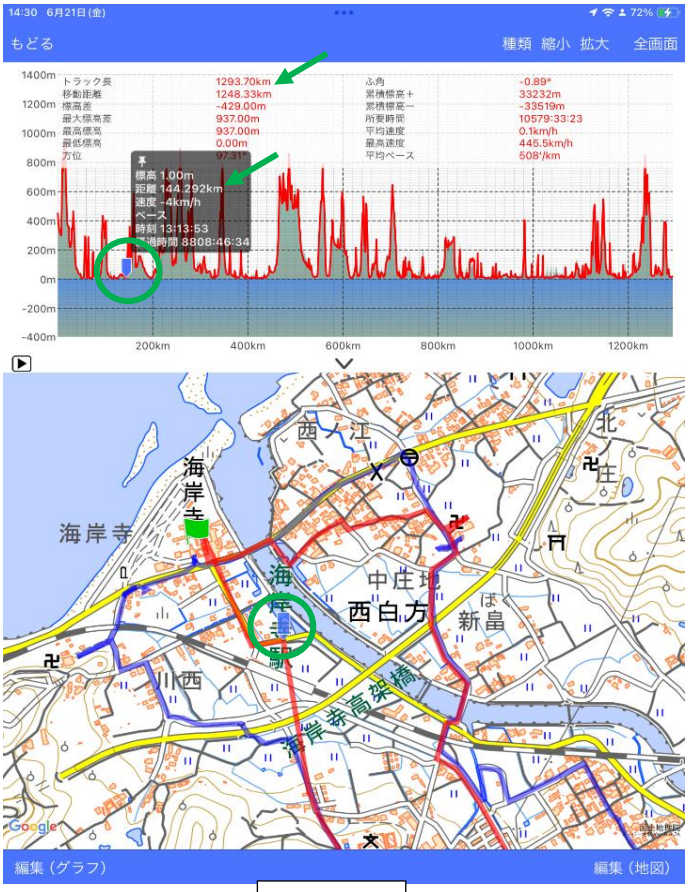
その４；他に四国遍路日本遺産協議会のものは pdf である。それぞれに両者に一長一短がある。

その５；私の場合の地図対応を記述する。４回目の私はスマートフォン（iPhone15 PRO）に「カシミール 3d スーパー地形セット／開発者 DAN 杉本氏」ソフト（有料)」をインストールし、**紙の地図は持参しなかった。**図(表)－5 は別格 18 番海岸寺周辺のトラックログ（軌跡）だが、赤色実線は計画ルート、青色実線は実際の踏査に伴い自動記録されたトラックログ（足跡）である。**いつも計画ルートを表示しているので、例えば、コンビニに、あるいは宿に入るために計画ルートを外れたとしても、容易に計画ルートに復帰出来る。だから、現地における様々な案内誘導表示は順打ち用であり、逆打ちに取っては分かり難いものの、私に取っては何の問題も無かったのだ。**

さらに、トラック上のある点を長押しすると同図 b のように表示され、全長 1273.7km の中で、その指定（長押し）した点は基点から 144.2km と分かる。１日の歩行距離を検討するにしても、宿決めを検討するにしても、とても重宝であり、使い勝手の良いアプリである。したがって、**重い荷物となる紙の地図は持たずともまったく問題がなかったのである。ただし、スマホ故障の時は言うまでもなくお手上げである。**

その６；上記紹介したへんろみち保存協力会の書籍２冊は、四国遍路に行けずとも購入を推奨する、

図－５a



図－５b

あの世で行くための諸準備にとても役立つ。（生きていてへんろに行けなかったら、あの世の極楽浄土で行けばよいのだ。）　この地図編を眺めていると、実は、行かずとも仮想遍路ワールドが脳裏に展開されて、想像が掻き立てられ歩いた気分になる。

特に昭和以降の国土開発に当たっては、それまでの山道（遍路道、古道）を迂回する両端直結開削やトンネル工事により、多くの遍路道は廃道化していた。近年、へんろみち保存協力会の努力で復元した遍路道が増えて来ているという。一方で、まだまだ復元すべき旧遍路道が眠っているとされ、さらなる努力を期待するものである。遍路道には、古い石仏や遍路墓や石材の古い道標が佇んでいた。わざわざ四国まで行った歩きへんろ人は、みんな異口同音に「そのような昔の古道を、山中の土の遍路道を歩きたいのだ！舗装道路は歩きたくない！」であった。

なお、西国三十三観音霊場域古道ルートにおいては、あまり煩雑に貼付されていなかった。「ＮＰＯ西国古道ウォーキングサポート」が整備に尽力しているようであったが、管理者から指摘されるだろうということで遠慮している、あるいは必要最小限にしているのではないかと想像して来た。

２．現地の道標・案内表示

四国内の遍路道ルートには図(表)－6のとおり、新旧、様々な道標・案内誘導表示が設置され、また様々な構造物にベタベタと貼付されていた。

矢印表示についてはおそらく公共構造物設置者にいちいち申請せずに無断貼付（無断使用）しているのではないかと想像している、設置者・管理者は見て見ぬふりだと思う。そもそも矢印表示シールは少し美観を損ねるという捉え方もあろうが、人畜に加害するものではない。人を集客する観光行政の一端

図－6

を民間の有志が担っているということだろう。道標（みちしるべ）は行動を支援する、人の命を助ける役割を担い、まさに導きの神といわれる「猿田彦大神（さるたひこ）」と表裏一体のサポーターなのだ。次頁で紹介する地図編はあるというものの、風雨の時はビニール袋に入れたとしても使い勝手は余り良くない。しかも、あらゆる分岐点に表示されているものでは無く、道路工事等の周辺は撤去されており、地図と合わせた活用支援の素材と捉えた方がよい。　貼付間隔・場所は完璧とは言い難いが、３回、４回と重ねている人の中には、これらの表示に頼り、紙の地図を持たない人もいた。

　しかし、私は、電子化計画ルートを格納（インストール）したGPS機（ガーミン社のオレゴン機、最近は地図アプリ作動のスマホ）を胸元に携行したので迷うということは無かった。同図のような現地道標は参考程度、確実性を高める補完の印として眺めた。本の少し、高額な設置費用を要する石柱の標柱はあったが、殆どはぶら下げたり、貼付シール形式の簡易なものであった、ローコストに仕上がっているはず、だから、数を沢山設置出来るのである。このような対応は観光開発（誘客）に熱を上げる昨今、よくよく参考にすべきである。

３．所感

　以上のような状況においては、殆どコースを間違うということはないはずであるが、私を含めて大方の人達は大小・長短はあれ間違うものだ。毎日がただ歩き（歩記）が仕事故に疲労の蓄積から注意散漫となるからであった。そういう時は間違った分岐点まで戻る、復元するという行為は重ねて疲労を齎すものであった。宿に入ればそういう諸々の失敗談で大いに盛り上がるのであった。

（end）

【Henro total-report　No04】　へんろ順礼（へんろ抖擻行）の証

後半へんろトレイルにおける、[*1]４回の四国へんろ、および [*2]１回の西国三十三所観音霊場へんろに係る「証」を抽出した。なお、[*3]四国縦Ｖ横一登山へんろは自由白衣のみに適用した。

本順礼に当たっては、意図的計画的に、寺院のみならず、関連所要の神社への参拝も行って来たが、後記の証のとおりである。シンクレティズムの私においては、日頃から神仏混淆・神仏習合が当たり前だからである。

１．日付の書き込み

私の経験からは大方図(表)－1のようであった。四国霊場は納経帳にも白衣にも日付を入れないということであった。入れない理由を聞いたが、納得する確たる説明はなかった。敢えて理由付けをするとすれば、巡る（参拝・納経する）順序を問わない（意味がない)、日付記入に余計な時間を要し煩雑になる、などではないかと想像している。

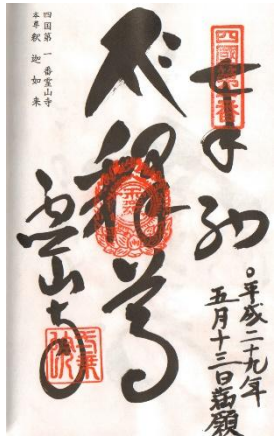
－－－	納経帳への御朱印	納経軸への御朱印
四国八十八所霊場	日付を入れない	日付を入れない
西国三十三所霊場	日付を入れる	〃
神社	日付を入れる	日付を入れる

図(表)－1

２．結願証および満願証

結願証ならびに満願証について、図(表)－2～図(表)－10のとおり。なお、同２に記載の朱印は代表的なものだけを抽出した。

納経軸(御朱印軸)　２巻――図(表)－3および図(表)－10――とも素晴らしい出来栄えに仕上げて頂きとても満足している、神仏祭壇のある小さな和室に垂下している。

四国へんろ１回目		四国へんろ２回目
本札 88 か寺納経帳表紙	別格 20 か寺納経帳表紙	本札 88 か寺納経帳表紙
					
1 番霊山寺	88 番大窪寺	別 1 大山寺	別 20 大瀧寺	88 番大窪寺	1 番霊山寺

図(表)－ 2

左手中央部の四角で囲んだ所は、「高野山奥の院」御朱印用の指定場所です。

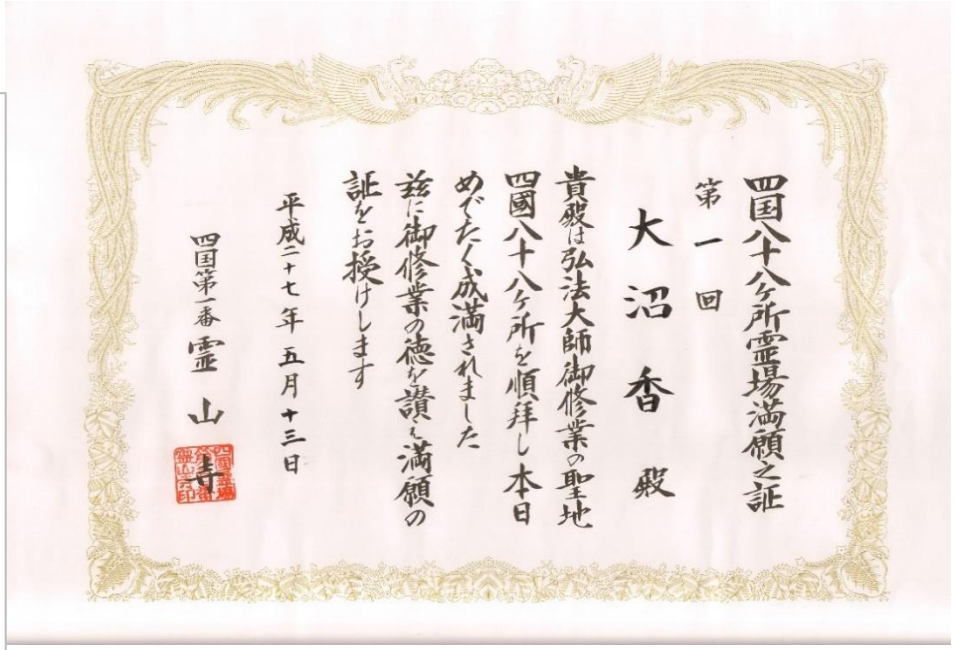
図(表)－3

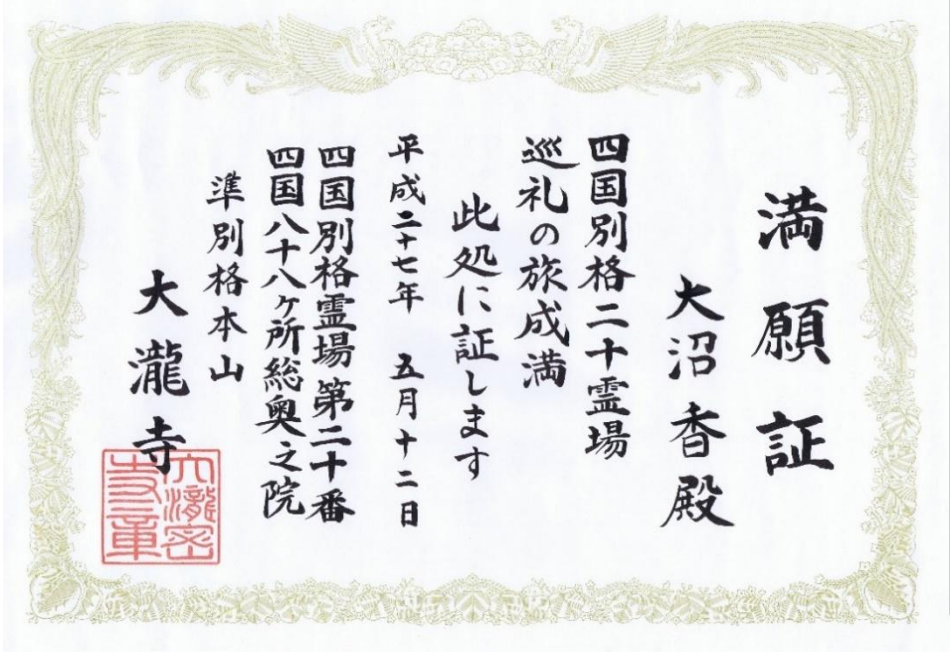
四国へんろ４回目

印取白衣（表）

印取白衣（裏）

図(表)－４





第一回目　四国へんろ（2015・平成二十七年）

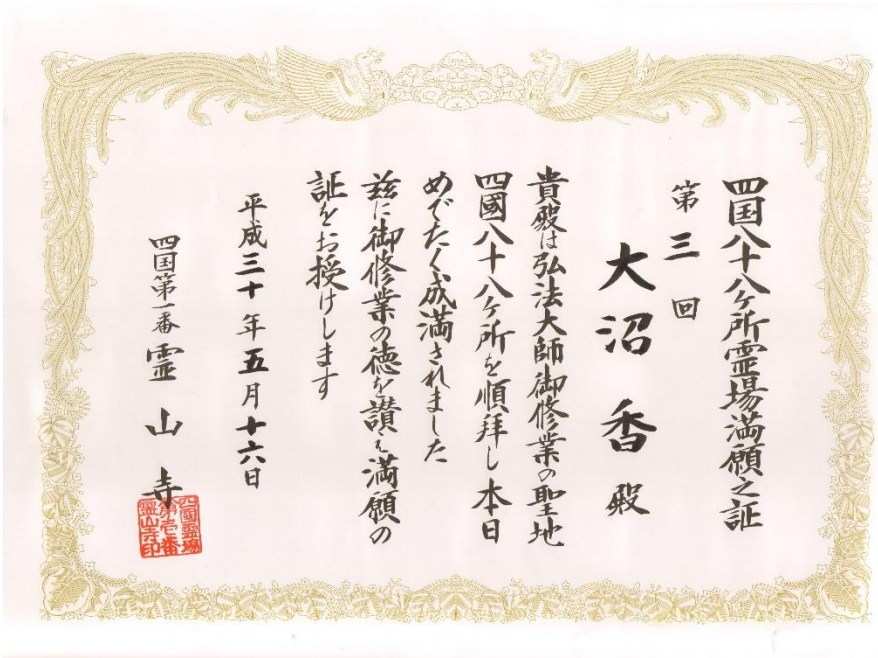
図(表)－5

八十八所の記念散華を額装したもの

第二回目　四国へんろ（2017・平成二十九年）

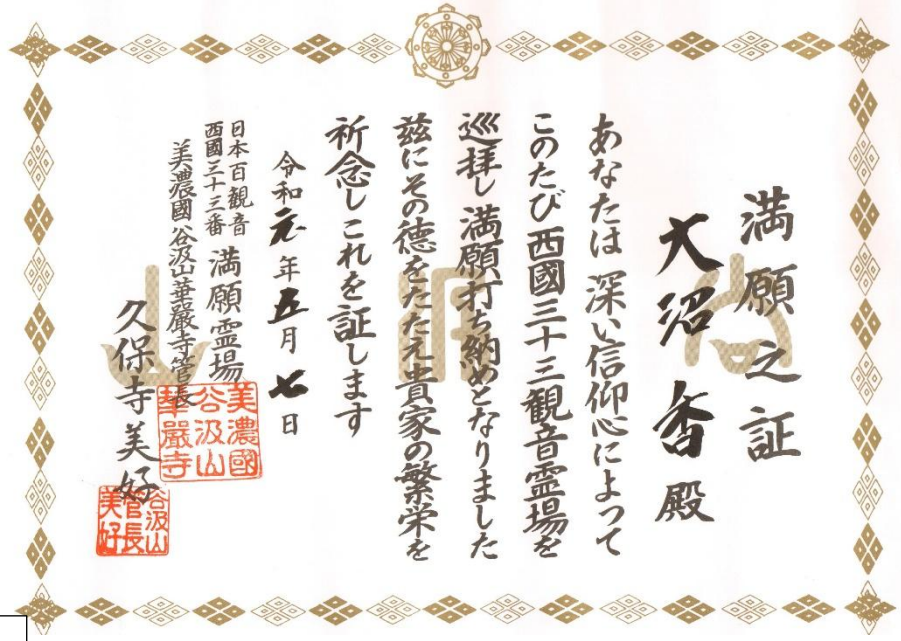
図(表)－6

第三回目　四国へんろ（2018・平成三十年）



図(表)－７

さいごく
西国へんろ（2019・令和元年）



図(表)－８

第４回目　四国へんろ（2024・令和六年）

図(表)－９

図(表)－10

本軸において、購入時点では、西国霊場指定の番外三か寺分、猿田彦神社、善光寺の処は空白となっております。御朱印で埋めるか否か、埋める場合どこの寺社にするのか、その順序を含めて所有者の自由判断に依ります。私の結果は右本軸のとおりです。

３．納経帳（御朱印帳）と納経軸の集計

全体は図(表)－11のとおりであり、納経帳(御朱印帳）については３冊、納経軸(御朱印軸）については２巻、印取白衣は２着、御朱印用自由白衣については６着（細部は別記）を有することになった。なお、その他のスルーハイクにおいては御朱印を貰っていない。内訳は図(表)－12のとおり。

	2010(H22)年～ (前半、街道トレイル)	2015(H27)年～2019(R 元)年（後半その１、へんろトレイル）						2020(R2)年～2024(R6)年 (後半その２へんろトレイル)
	(歴史街道)	四国へんろ			西国(さいごく)へんろ	四国縦(たてタイ)Ｖ横(よこイチ)一	長崎遊学 Zigzag 紀行	四国へんろ
		1 回目	2 回目	3 回目				4 回目
納経帳(御朱印帳)	―――	1 冊(88本札(ほん)) 1 冊(20 別格)	1 冊(88本(ほん)札)	―――	―――	―――	―――	―――
納経軸(御朱印軸)	―――	―――	―――	1 巻（表装） 89 所（印）	1 巻（表装） 38 所（印）	―――	―――	―――
印取白衣	―――	―――	―――	―――	―――	―――	―――	1 着（88 本札所）、1 着（20 別格）
御朱印用自由白衣 (神社・仏閣混淆)	―――	1 着	1 着	1 着	1 着	1 着	―――	1 着

図(表)－11

	四国へんろ１回目（順打ち）	四国へんろ２回目（逆打ち）	四国へんろ３回目（順打ち）	四国へんろ４回目（逆打ち）
納経帳 納経軸 印取白衣	【１冊目】納経帳 ▷本札 １番霊山寺～88 番大窪寺 88 所 １番霊山寺（戻り）１所 ▷高野山奥の院（挨拶参りとお礼参り）２所 ▷地元の菩提寺　石行寺(しゃくぎょうじ)（発と着）２所 （小計）　93 所 【２冊目】納経帳 ▷別格 １番大山寺～20 番大瀧寺 20 所 ▷高野山金剛峰寺（発と着）２所 ▷１８番海岸寺奥の院１所 ▷金刀比羅宮１所 ▷地元の村社（上桜田）月山(がっさん)神社（発と着）２所 （小計）26 所	【１冊のみ】納経帳 ▷本札 88 番大窪寺～１番霊山寺 88 所 88 番大窪寺（戻り）１所 ▷12 番焼山寺番外札所３所 杖杉庵(じょうしあん)・浄蓮庵(じょうれんあん)・柳水庵(りゅうすいあん) ▷石鎚神社１所 ▷別格８番十夜ケ橋(とよがばし)1 所 ▷月山(つきやま)神社（高知県大月町）１所 ▷地元の菩提寺　石行寺(しゃくぎょうじ)（発と着）２所 ▷地元の村社（上桜田）月山(がっさん)神社（発と着）２所 ▷掘田村・滝山村弘法大師八十八所 霊場（85 番八栗寺番屋;発と着）２所 （小計）101 所	【１軸】納経軸 ▷本札 １番霊山寺～88 番大窪寺 88 所 ▷高野山奥の院１所 （小計）89 所	【２着】印取白衣 ［１着目］ ▷本札 88 番大窪寺～１番霊山寺 88 所 高野山奥の院３所４印（延べ４所） ［２着目］ ▷別格 20 番大瀧寺～１番大山寺 20 所 （小計 112 所）
総計	４２１所			

図(表)－12

【Henro total-report　No05－0】　他に誇れる独自の取組み

旅はどんなものであれ普段の生活から開放された非日常であり、楽しくなるものだが、私の歴史街道や四国へんろのスルーハイク遊学紀行は、立ち寄り先の目標点はあるものの毎日が単純な“歩きが仕事”であります。その中でも楽しさが湧くような独自色・個性的・オリジナル・独創的な、つまり、私らしさを表現した取り組みをしたいと強く意識して実践したものがあり、次の８点であります。このようなことは、他の人はあまりやっていないと思われ自負する処です。

全体の構成骨格は次のとおり。

歩く途中で心が萎えてくると、計画時に設定したエネル源・ミトコンドリアたるこの８項目が推進力エンジンとなって必ず浮かんだ。そして、計画（Input）＝結果（Output）の等式の成立に駆り立てるトランスミッション（変速機）になったのである。

［１］エネル源『大香（だいこう）ブランド老魂（RouCon）サブタイトル』の設定

［２］亡き家族供養を見える化

［３］遊び心の験担ぎと縁起物『聖水、アオキ葉』持参

［４］シンクレティズム具象化／自由白衣に社寺御朱印

［５］独自の御経を読誦・奉納

［６］地元の社寺に仁義を切ったお参り

［７］順番通りの「貫中久」順礼

［８］「阿吽・起承転結」で円環成就

【No05－1】　［1］エネル源『大香(だいこう)ブランド老魂(RouCon)サブタイトル』の設定

『大香(だいこう)ブランド老魂(RouCon)サブタイトル』とは、**一言でいうと「自家発エネル源着火剤」**である。　後記のとおりであるが、例えば、

・「前半、街道トレイル」中の②旧山宮(やまみや)街道においては「　［太平洋・日本海マリッジ大作戦］（日本第1運河開通)太平洋⇒日本海　」というキャッチフレーズを設定した。また、

・「後半、へんろトレイル」中のⒶⒷ四国第1回目へんろにおいては「　［四国108霊場一筆書き＆霊土採取大作戦］　」というキャッチフレーズを設定した。

さて、原点は――一別記【No02―2】図(表)－5中の①『旧塩の道（秋葉古道)：途中リタイヤ」において、歩いている最中(さなか)には弱音や挫折感も出てくることを経験し、悔しさと反省点があった。そこで、同②『旧山宮(やまみや)街道』スルーハイクから採用・実践したものである。なお、①『旧塩の道（秋葉古道)』における［初挑戦－木っ端微塵の一つ星］は後付けである。

その心は、上記途中リタイヤの失敗から――一歴史街道を基点から基点までとは言え、ただ漫然と歩くだけではつまらない、歴史物が好きとは言え物理的な寺社の建物や仏像に接しただけでは満足感は得られない、知らない土地に行って見たいとの欲求だけの歩き旅では、充足感を得られるはずはない(Non)と思ったからだ。

そこで、勢いよく飛び出したものの途中においては、弱気・弱音、挫折感が必ずや出て来るだろう。そこで、大義名分を立てたい、歩き旅を持続するための精神的支柱を立てたい、心の中に夢と理想を固める太しき宮柱を立てたい、心の芯棒に情熱を焚付(たきつ)ける火薬を詰めたいと思った。そのためにスルーハイク歩き旅に明確な意義付けをしよう、それも楽しくなるような、内奥から決意と覚悟と勇気が湧くようなコンセプト（概念、新しい意義付け）とミッション（初志貫徹を加勢する作戦任務）を設定し、それらを凝縮したサブタイトル・キャッチフレーズ（うたい文句）を掲げて、オモシロイ取り組みを行おうと思った。昔からの街道・古道を歩く旅であるから、換言すれば、過去と現実と未来との架け橋の存在をイメージしたのだ。付加価値（他にはない独自性）の導入である、新たな価値の創造という自己満足の世界である。

これら大言壮語の思いを「Romanesque a la Concept & Mission(ロマネスク アラ コンセプト ミッション)　（ロマネスク風のコンセプトとミッシヨン)」と銘打ち、さらに、Romanesque a la Concept & Mission　の綴りから一部の文字「ＲｏｕＣｏｎ（m⇔n・ん)」を取り出し、「老魂」に当て、「老魂(RouCon)」と表記することにした。

「日本国語大辞典（小学館)」によると、直訳的には、ロマネスクとは、「ロマン（仏： roman)」から派生し、自由奔放な想像力によって現実の論理・事象の枠を飛び越えた幻想的な性質を指すとのことである。そのような世界でコンセプト（意義）とミッション（任務）を掲示するのだ。

要約すると、歴史の街道・古道を歩き通す初志貫徹を鼓舞するために、非現実的な物語風の意義と任務を創作し、その思いを文字（言葉）に綴って表現することである。その時、頭に「大沼香の大と香」を摘(つま)み出し、それらのことを全体包括して略称〔大香(だいこう)ブランド老魂(RouCon)サブタイトル〕としたのである。

具体的なトレイル（歩き旅）に入る前の計画の段階で、スルーハイクに掛ける思いを凝縮した短い言葉のキャッチフレーズを考え、書面にあれこれ書いて、書いては訂正し、「老魂(ろうこん)サブタイトル」の中身の

イメージを盛り上げる。自分に気合を掛ける鞭(むち)だから、楽しくなるように、夢想・空想・妄想の世界で言葉遊びをする。自画自賛・自己陶酔・自己満足の大花火大会の境地である。

各トレイル実践おいては、この大言壮語の大義名分たる自家発着火剤が「"蟻・亀・蝶"之助のエネル源」となった。

61 歳から 75 歳までの 15 年間の歩き旅は全 25 件、15,546km、512 日間となった総てに設定した。なお、後半のへんろトレイルにおいて設定したものを抽出すると図(表)－1のとおり。

実施年	年齢	件　名	大香(だいこう)ブランドRouCon老魂サブタイトル
2015(H27)年	66	四国　第 1 回目へんろ	四国 108 霊場一筆書き＆霊土採取大作戦
2017(H29)年	68	四国　第 2 回目へんろ	四国 88 霊場一筆書きの逆打ち＆岬巡り大作戦
2018(H30)年	69	四国　第 3 回目へんろ	無限無窮(6869；むげんむきゅう)　再活大作戦
		長崎遊学 Zigzag 紀行	ちょうちんフットライト(footlights)大作戦
2019(H31～R 元)年	70	西国参十参所観音霊場順(巡)礼	西国へんろハート作図－両眼（両面眼力）培養大作戦
2019(R 元)年		四国縦Ｖ横一登山へんろ	冠カップ・メトロノーム作造大作戦
2024(R6)年	75	四国　第 4 回目へんろ	終息前夜祭 四国へんろ逆順大作戦

図(表)－1

【No05－2】　［２］亡き家族供養を見える化

私は能天気、ボンクラだが、ただ一つ両親からは丈夫な両足を授かった。そこに感謝を込めた気持ちを形に表したく実践して来たものである。今は亡き両親に対する供養の表し方、見える化である。

（１）一つ目は金剛杖カバーのこと

歩き姿は図－２のとおり、ダブルスストックの右側握り手には黒（紫）っぽい金剛杖カバー、左側握り手には赤っぽい金剛杖カバーを取り付けているが、これはゆりかごであり、この袋には次の思い入れがある。

亡き家族５人（私の両親と弟、妻の両親）をあの世からこの世に連れ出して、これに入って貰い、一緒に旅したのである。右手袋には亡き父・亡き弟・亡き義父を、左手袋には亡き母・亡き義母から入って貰った。

歩いていると“それ、なあに？”と時々行き交う人から聞かれた。

図－２

双方の両親は昭和初期の生まれ、―――特に私の父は1945(昭和 20)年 18 歳の時、その秋に入植し開拓者として戦後のスタートを切った―――貧乏は苦労の中で生計を立てつつも、旅行などとはほとんど縁がなかったことから「親孝行したい時には親はなし」の償いで、あの世から連れ出し同行したということである。昔を思い出し折に触れて会話しながら、そして札所や景色を案内しながら参詣旅を楽しんだ。なお、このやり方は、「前半、街道トレイル」中の⑭旧羽州街道から行った。

５人はとても人情味が深く、妻を含めて家族間では一回たりともいがみ合ったことはなかった。私の父は若い頃の冬期間、関東地方に出稼ぎに出ていたが、その間は母が戸主の役を務めて奮闘していた。また、父は亡くなる直前の 10 日間、私の勤務する会社近くの市立病院に入院したが、終業後同病院に赴き、病院ベッドに横たわる父と毎日対話を重ねた、父の思い残りの無きよう人生万般を語り尽くした。最後は家族（子・孫・ひ孫達）が見守る中で、差し出した水を自ら飲んで大きな深呼吸の後に旅立った。今、私は毎朝、食事前に神仏祭壇正面に向かって正座・読経しているが、その都度両親と対話している、思いやりの深かった生前の家族５人を一番尊敬している、最愛の人生の師であった。

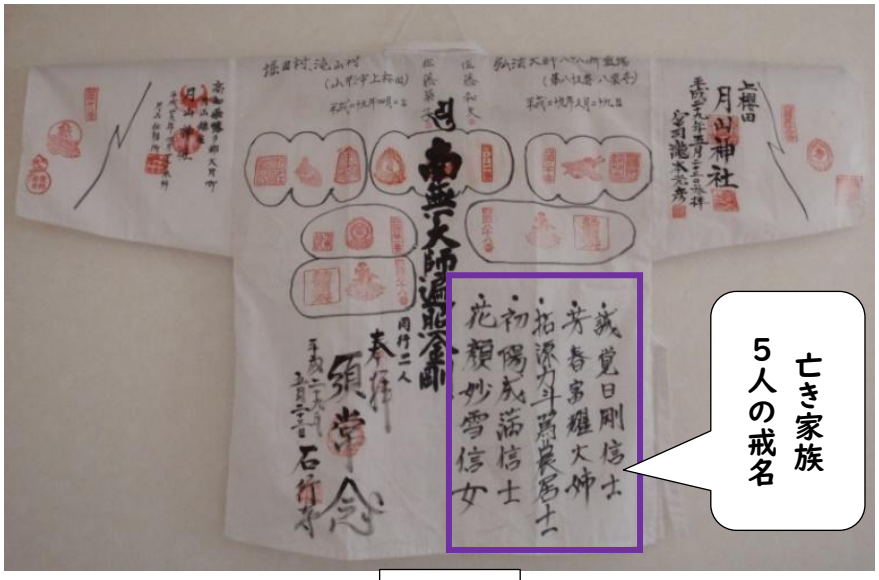
素晴らしい眺望に出会うと、あるいはきつい急坂の時、この５人のことが強く意識され涙が止めどもなく出るのであった。

（２）二つ目は白衣（おいずり・おいずる）への戒名（法名）の書き込み

１回目の四国へんろにおいて、スタート初日４月１日（水）の宿で岩手県の菅野さんと相部屋となった。その時持参した白衣の背中部分を見せて貰った、「親族の戒名（法名）を菩提寺住職から記して貰った、私一人だけではなく供養のため一緒に歩いているのだ、２着持参し、日々代わる代わる着用する、別の布に書いて貰い白衣に縫い付けたもの」とおっしゃられた。私はその心を含めて是非とも真似をしたいと決意した。そして、**２回目の四国へんろから真似て実践**した。図－３はその時のものである。白衣は着用の物と同図のように御朱印専用の物――これに亡くなった家族の法名・戒名を事前に墨書――

の２着を持参した。図－１に加えてこの戒名記入の取組みが、亡き父母をあの世から連れ出し同行するという心情をさらに濃いものとなった。

同様の取り組みについての全体像は、【Henro memo-report No04】に別記した。



図－３

（３）『親子で四国へんろ』（原曲は「夜明けのメロディー」）の替え歌へ反映

前記の思いを替え歌にしたが、以下はその創作詩であります。

一、憧れだった四国のへんろ、あの世の父・母・弟を誘い
あの頃のあの時の暮らしに馳(はせ)る
妻の両親(ふたおや)をもこの世に連れ出し来て
家族のみなが揃い姿を整え、色んな仏と会話の旅よ

二、“阿波”の一番霊山寺(りょうぜんじ)から、“土佐”の海辺の飛沫(しぶき)に感動
やさしさと厳しさ 教える浄土
“伊予”は最遠の地 “讃岐(さぬき)”の大窪寺(おおくぼじ)は終わりの結願寺(けちがんでら)
また霊山寺へ、円弧を描いた 至高のへんろ

三、親子で手を携え時には背中に負い、いと楽しい旅にも別れが来ました
須弥山(しゅみせん)・七宝雅(しちほうみやび)の城へ、姿が消えるまで“元気で・またね”、親子のへんろ

【No05－3】　［３］遊び心の験担ぎと縁起物『聖水、アオキ葉』持参

普段は以下のようなものは迷信だと馬鹿にして関心を持たないが、スルーハイクにおいては遊び心から、二つのもの『聖水とアオキ葉』に拘り、それを背負い切るという以下の取り組みを行った。

（１）聖水のこと

『水』に拘り、「聖水」と称して背負った。

・[1]人間は、母親の体液（子宮内羊水）の中で育ち生まれる。（羊水は真水ではなく、0.25%程度の塩分を含む生理塩水。）

・[2]生まれた人間の 60%～70%は水分である。（体に必要な栄養や酸素は、血液等の水分に乗って運ばれる。）

・[3]よって、水は生命の根源である。

・[4]水は汚れを落とします、体内排泄物を運ぶ。

さらに水は、真水（淡水・清水）と海水（潮水・塩水）とその混合水（汽水）がある。

「神道の神秘」（山蔭基央著）の本の中に「川は淡水（真水）で男性象徴であり、海は海水で女性象徴である。その二つが交わる河口は、男女交合のシンボルである」と記載（前後のストーリーから記紀にあるのか。）されている。このようなことから歩く時の身体的エネルギー湧出の呪術的担い手として『水』を意識したもの。

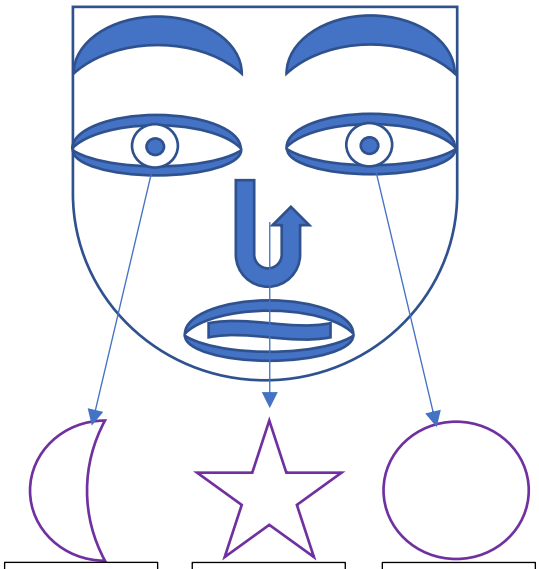
なお、塩の効能について少し触れると、もちろん過剰摂取はだめだが、次の三つの働きがある。『適塩』という言葉ある。

・[1]細胞を正常に保持　　・[2]神経や筋肉の働きを調整　　・[3]食欲や味覚を正常化

図－4 は１回目四国へんろ（2015・H27 年）時に撮った高知県土佐清水地内での写真である、右側から川（真水）が流れ来て、左側の太平洋に刺さって行く状況がよく表れている。真水が海水に食い込んで海水（潮水）が窪んでいる。河口に表れた真水（男）と海水（女）の交合合体の象徴美である。海側から押し寄せた波と川水との鬩ぎあいが見事であった。

図－４

日本神話（古事記・日本書紀）において、神代七代十五神の最後に伊邪那岐神（男、夫・父）と伊邪那美神（女、妻・母）が表れ、美斗能麻具波比であそばされ、多くの国と神様を生んだ。イザナミを追いかけて・・・黄泉の国から帰られたイザナキは、川に入って禊を行うが、真水と海水の合流点（河口）付近で中の瀬――上瀬は急流であり、下瀬は緩流であり、その２個所は適地に非ずして、上瀬と下瀬の中間地（中瀬）で臨み、最後に顔を洗った際に図－5のとおりの三貴子を産んだ。なお、中＝ok、上・下はダメとした理由は、どちらかの一方に偏る考え方を戒める訓えを含む。「一は二を生じ、二は三を生じ、三は万物を生ず。さらには、天に日月星が、地には木火土金水の五行が生じた。」の一面である。



図－5

a．真水（淡水）を背負った

背負ったペットボトルの事例は図－6のとおり。

真水の入手先は、自宅近傍の私の父母・弟が眠る菩提寺は新福山石行寺境内に流れる御滝（図－7）からである、この源は、昔は修行の御山として馳せた竜山を源とする龍山川である。採取した真水を100CCあるいは200CCペットボトルに注ぎ込み背負った。この御滝には、男ジェンダー（＝陽）の㋐不動明王、女ジェンダー（＝陰）の㋑弁財天が安置され、清い水しぶきで濡れている。余談だが、ここでも女性上位に配置されている。

図－6

㋐
不動明王（男）

㋑
弁財天（女）

図－7

b．海水（潮水）を背負った

背負った一例から、――東北の地図を見ている中で「太平洋の海水（潮水・塩水）を汲み取って背負い、日本海に注ぐことを実現したい！」との構想が湧いて来た。図－8のとおり正味2010(平成22)年7月27日(火)宮城県閖上海岸スタート⇒ 8月2日(月)山形県湯野浜海岸ゴールまでを6連泊7日間で、実歩行距離208㎞をスルーハイクで踏破した。

その時7月27日(火)、日の出の時間に名取市の閖上（ゆりあげ）海岸において、200 ccペットボトルに太平洋の海水を汲み入れて、それを日本海まで背負って歩き通し、7日後の8月2日(月)午後鶴岡市湯野浜海岸にゴール、それを日本海に注ぎ入れたのである。スタートにおいては無事の歩行通貫を誓い、ゴールにおいては感謝を込めて、その都度、海に頭を垂れ儀式に見立てて締め括った。その時の様子が図－9のとおり。最後に太平洋の海水を少し残し、それに日本海の海水を足し込んで、これを金剛（混合）聖水と称して自宅の神棚にしばらく飾った。

図－8

図－9

この時、太平洋を陽の男、日本海を陰の女に見立てた私にとって、それらはすなわち人間の男（太平洋）と女（日本海）の結婚（marriage）に繋がり、私が仲人役になると想念したのである。

他方で、海水を背負って歩くということは、その道筋に用水路を開削したことになると構想し、この開削する用水路を産道に見立てると共に、運河にも見立て、「日本第1運河開通」と呼称付けすることにした、こうして出発前に、「大香（だいこう）ブランド老魂（RouCon）サブタイトル」を［太平洋・日本海マリッジ大作戦（日本第1運河開通)］に設定したのである。

c．聖水を背負った実績の集計

「前半、街道トレイル」においては、図(表)－10 のとおり 4 件となった。

図(表)－10			
通番	スルーハイクの基本名称	水区分	［大香(だいこう)ブランド老魂(ろうこん)サブタイトル］
②	旧山宮(やまみや)街道	海水	［太平洋・日本海マリッジ大作戦］ （日本第 1 運河開通）　太平洋⇒日本海
⑨	旧塩の道 （秋葉古道）：①リベンジ	〃	［福島原発放射能汚染の太平洋浄化大作戦］ （日本第 2 運河開通）　日本海⇒太平洋
⑪	旧奥州道中	〃	［蟻の一穴ブレークスルー東北縦断大作戦］ （日本第 3 運河開通）　東京湾⇒青森湾
⑭	旧羽州街道	真水	［六十五(むつご)ハート全開－奥羽両州連結大作戦］ （日本第 4 運河開通）　吾が地元⇒青森湾 真水を背負うのはこれが初めて

「後半、へんろトレイル」においては、図(表)－11 のとおりとなった。Ⓐから Ⓗまでは真水だけを背負い、ⒾⒿにおいては採取した水（真水と海水）を混合して背負った、背中で揺らされた混合水は熟成し化学反応が生じ、私に気合いを与える格別の金剛聖水に豹変した。

図(表)－11				
通番	スルーハイクの基本名称	水の入手先		
ⒶⒷ	1 回目の四国へんろ	真水	菩提寺は石行寺(しゃくぎょうじ)境内御滝(みたき)の真水	
ⒸⒹ	2 回目の四国へんろ ＆坂本龍馬脱藩の道	真水	同上	
ⒺⒻ	3 回目の四国へんろ ＆高野山への道	真水	66 番雲辺寺までは同上、そこからは同寺の真水	
ⒼⒽ	長崎遊学 Zigzag 紀行	真水	菩提寺は石行寺(しゃくぎょうじ)境内の御滝(みたき)	
Ⓘ	西国(さいごく)三十三所観音霊場順(巡)礼	混合水	真水	・菩提寺は石行寺(しゃくぎょうじ)境内の御滝(みたき) ・吾が地元の月山神社の湧水 ・琵琶湖の真水 ・那智の滝の真水
			海水	・宮津湾の潮水［日本海］ ・那智湾の潮水［太平洋］
Ⓙ	四国　縦Ｖ横一(たてぶいよこいち)　登山へんろ	混合水	真水	菩提寺は石行寺(しゃくぎょうじ)境内の御滝(みたき)
			海水	次頁図(表)－12 のとおりの 5 か所より汲み上げた。

図(表)－12					
順番	採取場所	採取			天候
		経過日数	月　日	時間帯	
①	東予港	スタート前日	10 月 14 日(月)	16 時 20 分頃	曇り
②	高知港	6 日目	10 月 20 日(日)	9 時 20 分頃	晴れ
③	川之江港	１０日目	10 月 24 日(木)	11 時 40 分頃	雨(どしゃぶり)
④	宇和島港	１１日目	10 月 25 日(金)	7 時 30 分頃	晴れ
⑤	徳島港	２２日目	11 月　5 日(火)	14 時 25 分頃	快晴

（２）アオキ葉

十字対生（じゅうじたいせい）に拘り、アオキ葉を背負いました。

ａ．選定した意味合い

前半の街道トレイル最後の⑭旧羽州街道から始めたことである。後半のへんろトレイル全 11 件においては 4 回目四国へんろ以前まで 10 件に適用し、ラミネートして背負った。この意味合いは以下３点のとおり。

その１；道は様々な道－－国道等の公共道、林道、畑作道、山菜道、迷い道、獣道・・・－－が交差・交錯し、人々や車や動物が行き交う。その交差点は十字路やＹ分字路（三叉路、Ｔ字路）だが、象徴化（デフォルメ）すれば十字路である。人間模様を重ねれば、交差点は人々が出会い、離れ別れる、会者定離（えしゃじょうり）・愛別離苦の悲喜交々の結合点である。人間は喜怒哀楽が止めどもなく湧いて来るが、その瞬時瞬間に判断の分岐に出会い、その分岐で判断を迫られ選択の判断を行う。その時に応じて適宜適切に正しい判断を鍛錬・醸成したく念じている。

その２；そのような行き交う人々の守り神は、道分けの神（導きの神、道拓きの神、むすびの神）の(※)猿田彦大神（サルタヒコノオオカミ）である。現地では国土地理院地形図には表記されていない道が沢山あるが、その分岐点で間違いない正しい選択の決断を促してくれるサルタヒコノオオカミの神通力を形にしたく考えた。

(※)『古事記』および『日本書紀』の天孫降臨の段に登場する。上は天界（高天原）の天津神（あまつかみ）最高神『天照大御神』から、下は地上界（葦原中津国）を治めるように遣わされた瓊瓊杵尊（ににぎのみこと）を、無事に道案内した地上界国津神（くにつかみ）の最高神をいう。

その３；わが国の古代は、毎日繰り返す東から昇り西に沈む太陽の運行に、生死に係る人間の生命の営みを重ねて来た、よって、「もの・こと」の万般の理解・解釈に当ってはいわゆる東西軸の水平観に主軸を置いていた。その後、中国の哲学（陰陽五行説、易経）が入り、天皇皇帝（天帝、首王）は、動かぬ北極星の位置に座して、北を背面に、南面を向いて為政する「太極・太一」と習合し、ここに南北軸の垂直観も取り入れられた。しかし、水平観が消滅した訳ではなく、水平・垂直の両方の視観が併存し今日に至っている。私はこのような歴史的変遷に鑑みて、水平観・垂直観の交差点・十字路（＋、×）は、「もの・こと」の真理のあり様を象徴するポイントであると、つまり、「もの・こと」の真理追及に当っては、水平に係る左右対極の視点、垂直に係る上下両極の視点、ひいては球体的視点の必要性を訓（おし）えるものと考えている。

・・

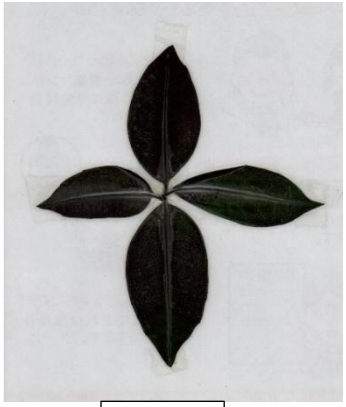
以上を考えながらあれこれ思案しつつ、その思いに重なるものを探す中で吾が家の小さな庭から見付けたのが、葉付きが十字対生の「アオキ葉」であった。思いをこの「アオキ葉」に仮託して歩いたということである。

b．植生・特徴

図－13 上のとおり、葉付きは上から見ると綺麗な左右対称性の十字を構成している。人間もほぼ左右対称、しかし、葉片も人間も上下対象ではない。同図下は、アオキの雌雄（めしべおしべ）の花弁も十字対生、かつ左右上下対象である、つまり、点対称なのだ。「似ているが違う、違うようで似ている」ここがいいのだ。全姿は年間常緑である。普通の植物が葉を落とし、実を落とす真冬を過ぎた３月頃下旬から実は赤く色付き、４中旬以降にはその真っ赤な実の傍らで花を咲かせるのである。これはいわば一周遅れの変わり者（偏屈？）の象徴で私にとても似つかわしいものである。なお、十字対生（じゅうじたいせい）には私の好きなヒトリシズカあるいはフタリシズカ（図－14）があるが、これは日持ちしないこと、青い盛りは限定期であることから携行（背負う）することには不適とした。

図－13a

図－14



図－13b

アオキ葉は生であり、取れば水分が抜けて黒ずむことから、ラミネートすると図－13b のとおりになる。

《 参 考 》

戦国時代、豊臣秀吉の知恵袋といわれた黒田官兵衛(黒田如水；キリシタン大名)の教え「水五訓」について記述する。

一　自ら活動して他を動かしむるは水なり

二　常に己の進路を求めて止まざるは水なり

三　障害にあい激しくその勢力を百倍し得るは水なり

四　自ら潔うして他の汚れを洗い清濁併せ容るるは水なり

五　洋々として大洋を充たし発しては蒸気となり雲となり雨となり、

雪と変じ霰(あられ)と化し凝(ぎょう)しては玲瓏(れいろう)たる鏡となりたえるも其(その)性を失はざるは水なり

私が「水五訓」から学ぶこととして、浮かんだ四文字熟語等は次のとおり。

一については、「率先垂範」である、そして、「知行合一」である。

頭でっかちで知識偏重、他人を口先と指先だけで動かしたり、囲い込もうとする胡散臭いのがうようよしている世の中は要注意である。そのような輩には「面従腹背」であしらって信用しない、以後は不用意に近付かない。　連なって浮かんで来た名言である。

- 山本五十六－－－太平洋戦争当時の日本海軍最高指揮官－－－の名言「やってみせ、言って聞かせて、させてみせ、ほめてやらねば、人は動かじ」
- 上杉鷹山（上杉治憲）－－－米沢藩９代藩主－－－の名言「為せば成る、為さねば成らぬ、何事も、成らぬは人の、為さぬなりけり」

二については「常在戦場」である。

三については「難関突破、進取果敢」である、そして「フロンティア・スピリット、ルート・ファイティング、ブレークスルー」である。

四については、「対等互敬（恵)」である、そして、「玉石同匱(どうき)」(匱(き)とは大きな箱）である。

五については、「自由自在」である、そして、「縦横無尽」「円転滑脱」である。

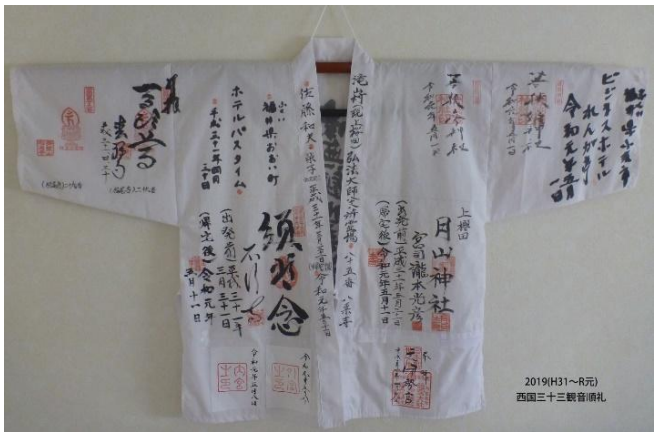
【No05－4】　［４］シンクレティズム具象化／自由白衣に社寺御朱印

形式的な御朱印帳・納経軸・印取白衣に朱印を貰う他に、私のシンクレティズム（諸教混交）の見える化を図りたく、思い入れのある寺社から貰ったものである。各個別の報告書において活字化を図っている。

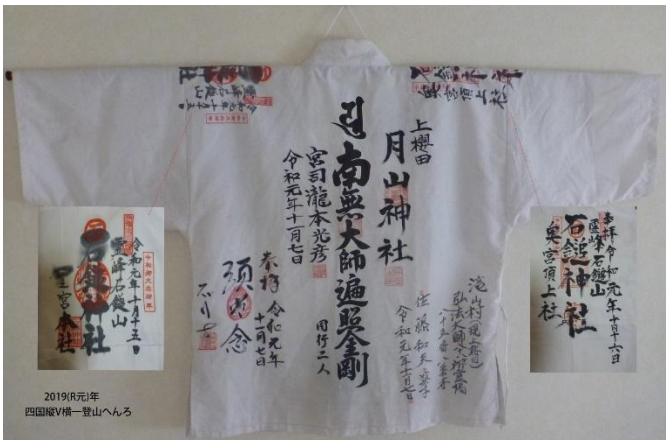
図(表)－15／　１回目四国へんろ（前面のみ利用）

図(表)－16／　２回目四国へんろ（背面のみ利用）

図(表)－17／　３回目四国へんろ（前後両面利用）



図(表)－18／　西国三十三観音霊場へんろ（前後両面利用）



図(表)－19／　四国縦Ｖ横一登山へんろ（前後両面利用）

図(表)－20／　四回目四国へんろ

前記御朱印用**「自由白衣」**の「四国へんろ」に係る朱印集計一覧は下表のとおり。

<table>
<tr><td>四国へんろ 1 回目（順打ち）</td><td>四国へんろ 2 回目（逆打ち）</td></tr>
<tr><td>【前面のみ】

◊地元の菩提寺　石行寺（発と着）2 所
◊地元の村社（上桜田）月山神社（発と着）2 所

（小計）4 所

（平成 26 年開創 1200 年記念）</td><td>【背面のみ】

◊地元の菩提寺　石行寺（発と着）2 所
◊地元の村社（上桜田）月山神社（発と着）2 所
◊掘田村・滝山村弘法大師八十八所
霊場（85 番八栗寺番屋;発と着）2 所
◊月山神社（高知県大月町）1 所
◊ 1 番霊山寺・20 番鶴林寺・24 番最御崎寺
38 番金剛福寺・39 番延光寺・42 番仏木寺
88 番大窪寺（2）の 8 所
（小計）　15 所</td></tr>
<tr><td>四国へんろ 3 回目（順打ち）</td><td>四国へんろ 4 回目（逆打ち）</td></tr>
<tr><td>【前面】

◊地元の菩提寺　石行寺（発と着）2 所
◊地元の村社（上桜田）月山神社（発と着）2 所
◊掘田村・滝山村弘法大師八十八所霊場
（85 番八栗寺番屋;発と着）2 所
◊85 番八栗寺 1 所
◊慈尊院 1 所
◊73 番出釈迦寺奥の院－捨身ケ嶽禅定 1 所
◊高野山奥の院 1 所
◊高野山金剛峰寺　根本大塔 1 所

【背面】

◊大麻比古神社(阿波)1 所
◊土佐神社（土佐）1 所
◊大山祇神社（伊予）1 所
◊田村神社（讃岐）1 所
◊第 24 番最御崎寺 1 所
◊高野山奥の院 1 所
◊第 66 番運辺寺 1 所
◊第 68 番神恵院 1 所
◊第 69 番観音寺 1 所
◊第 1 番霊山寺 1 所
◊第 49 番浄土寺 1 所
◊第 88 番大窪寺
（結願所）1 所
◊第 1 番霊山寺 1 所

（小計）24 所</td><td>【前面】

◊地元の菩提寺　石行寺（発着延べ）2 所
◊地元の村社（上桜田）月山神社（発着延べ）2 所

◊高野山奥之院 1 所
◊與田寺 1 所
◊紀州東照宮 1 所
◊西国三番粉河寺 1 所
◊西国二番紀三井寺 1 所
◊大麻比古神社 1 所

【背面】
88 番大窪寺⇒2024(R6)/4/10(水)
［スタート］2024(R6)/6/11(火)
［結願］の 1 所 2 印（延べ 2 所）
1 番霊山寺 2024(R6)/6/2(日)
［満願］2024(R6)/6/9(日)
［リスタート］の 1 所 2 印（延べ 2 所）

（小計）14 所</td></tr>
<tr><td colspan="2">総計　57 所</td></tr>
<tr><td colspan="2">図(表)－21</td></tr>
</table>

西国三十三観音霊場順拝	縦Ｖ横一四国登山へんろ
【前面】 ◊地元の菩提寺　石行寺（発と着）2所 ◊地元の村社（上桜田）月山神社（発と着）2所 ◊掘田村・滝山村弘法大師八十八所霊場 （85番八栗寺番屋;発と着）2所 ◊29番青葉山松尾寺2所 **◊若狭彦神社１所** **◊若狭姫神社１所** **◊伊勢神宮外宮１所** **◊伊勢神宮内宮１所** **◊元伊勢　籠神社１所** ◊ホテルパスタイム1所 ◊ビジネスホテルれんが亭1所 【背面】 ◊二十番西山善峯寺1所 ◊一九番　霊鷲山行願寺（革堂）1所 **◊熊野那智大社１所** ◊　霊　應山　神宮寺1所 **◊手向山八幡宮１所** ◊二月堂1所 ◊二十七番書寫山　圓教寺1所 ◊三十三番　谷　汲山　　華厳寺1所 ◊二十八番成相山　成相寺1所 **◊飛瀧神社１所** ◊那智山　青岸渡寺1所 （小計）26所	【前面】 **◊剣山本宮宝蔵石神社１所** **◊大剣座剣神社１所** 【背面】 ◊地元の菩提寺　石行寺（発着延べ）2所 ◊地元の村社（上桜田）月山神社（発着延べ）2所 ◊掘田村・滝山村弘法大師八十八所霊場 （85番八栗寺番屋;発と着）2所 **◊霊峰石鎚山石鎚神社口之宮本社１所** **◊霊峰石鎚山石鎚神社口之宮本社１所** （小計）10所
図(表)－22	

（註1）四国へんろの納経帳・掛け軸への御朱印は別途【Henro total-report　No04】に集計している。

自　宅　発　　自　宅　着

（註2）2018(平成30)年10月6日(土)～11月12日(月)　実施の「長崎遊学 Zigzag 紀行」においては御朱印を入手していない。

（end）