高尾山健康登山 満行成就日記

八王子市　波多野　重雄

私は、平成十六年四月九日より、高尾山健康登山を開始し、平成二十六年十一月十三日までの約十年七ヶ月で、満行百回を成就した。

満行当日は、大本山高尾山の大山猊下から、「真心徹到」の百回成満記念品の色紙を頂戴した。この間、雨の日、風の日、風花舞う日、雷雨の日、雪の日など、千変万化の自然の摂理を知る。

高尾山は都内から電車に乗り、四十分程で山麓に到着し、気軽に登れる標高五九九米の山である。一帯は緑豊かな「明治の森高尾国定公園」に指定されている。東海道自然歩道（高尾山から大阪の箕面まで）の出発点である。嘗て、全国の「歩こう会」のさきがけの場所である。春の使者、スミレ（ここにしかない、タカオスミレは珍しい。）を始め、山吹、つつじ、藤の蔓、桜、もみじ等の美しい色彩が四季をいざなう。水垢離の琵琶滝、蛇滝は市民の憩いの場。飛沫は可憐な岩煙草を育む。

二千百回目の登山をされた波多野さん

鎮座する由緒ある薬王院は、千二百七十年余前の、天平十六年（七四四）に行基菩薩により開山されたと伝えられている。薬師如来を祀り、永和年間（一三七五～七八）には、中興の僧・俊源大徳により飯縄権現を奉祀、江戸時代には本地仏である不動明王の他、迦楼羅天、荼吉尼天、歓喜天、宇賀神と弁財天の五相合体の神仏習合の神、飯縄大権現に対する信仰が盛んになり、その御影に実在を実感している。

薬王院への道辺には、大木の天然記念物の飯盛杉、根が蛸の足のような蛸杉や、奇異な天狗の腰掛杉、小楢、山毛欅などが鬱蒼としていて、山は静謐で幻想性を帯びる。

ケーブルカーでの登山は六分で中腹の高尾山駅に到着する。下車して猿園を左に見ながら二十分程で頂上に到着。最近大臣賞を得た珍しい「二階建てトイレ」、見晴台は、一望千里、秩父連山、筑波峰などを遠望。真っ白な富士山は指呼の間、絶景。

昨年、京王線の高尾山口駅に、二十六、二度のアルカリ性単純温泉が湧出した。十月末に「京王高尾山温泉／極楽湯」としてオープンした。近くには「高尾599ミュージアム」という観光施設（八王子市）がある。

高尾山は世界文化遺産の富士山と共に、近年フランス・ミシュラン社の観光ガイドに、三ツ星として世界的な観光地として紹介された。登山者が汗を温泉で流し憩う場所が身近にあるというのは、都市近郊では初めてであろう。私は八王子市西方の渓谷に昔から温泉があるので、高尾山の麓に温泉が出ると信じていた。

※満行とは一回が二十一日なので、満行百回は二千百日となる。

（『税理士界』第一三三六号より転載）

厄年を過ぎた御信徒の皆様へ

六十才の厄年を過ぎたなら
一年・一年を
七十才を過ぎたなら
暑さ、寒さを
八十才を過ぎたなら
春夏秋冬を
九十才を過ぎたなら
一日・一日を
気を付けられ
日々を大切に
圓満にお暮し下さい。

当山では皆様の
身体健全
（寿命長久）を祈念して
福壽圓満の
お護摩を
お申し受け致しております。

高尾山　季節散歩

暦の言葉
「二十四節気」

啓蟄「けいちつ」

啓蟄は、三月五日頃に当ります。「啓」とは戸を開くこと、「蟄」とは虫が土の中に籠ることを意味しております。すなわち、冬の寒さが和らぎ、冬籠りをしていた虫たちが地面から這い出して来るという事を意味しております。

今月の行事

上巳の節句

「上巳」とは、元々は三月最初の「巳の日」を指していました。

現在では三月三日をこの節句とし、この時期は桃の花が咲くことから、「桃の節句」とも呼ばれております。

一般には「雛祭り」の日と知られ、穢れを紙の人形に移し、それを川に流す「流し雛」の風習が受け継がれている地域もあります。

一歩一歩煩悩滅除

百八の階段を昇り、悩みや煩い事を取り除きましょう

三段　基礎をしっかりと積む
二段　気分しだいの生活を送らない
一段　怒ると生きていくうえで不利につながる

『高尾山健康登山の証』のお勧め

年間約二百八十万人の人々が訪れ、「世界一登山者の多い山」として知られている高尾山。

登山者の皆様の励みになれば、との思いから平成十二年から健康登山を始め、いまでは約五万人の方々が会員となられております。

期限はございませんので、御自分のペースでお楽しみください。

また、一冊に付き二十一回スタンプを押すページがあり、終了したことを満行と言います。満行されますとお祝い膳として、精進料理の御接待や、健康登山者限定の記念品などと交換もできます。

帳面……七百円
スタンプ…百円

健康登山者投稿作品

「健康登山の証」を励みに

横浜市　森村　三恵子

高尾登山は富士登山のトレーニングに最適と聞き、登り始めたのは平成十六年の初詣からでした。

各コースを歩いてみて、私は琵琶滝から「琵琶滝道」を登り、浄心門脇に出て参道に入るコースが大好きです。

最初の頃はその山道で、ヤママユやクスサン（共に蛾の一種）の繭殻を見つけて拾い集める楽しみがありました。最近では目にすることがありません。自然環境が変わってしまったからでしょうか。

平成十六年夏、還暦プラス一廻り（七十二歳）の申年を機に、念願の富士登山を決行、それから毎年、高尾登山で鍛えながら、十年間連続富士登拝を達成することが出来ました。

平成二十五年、十回目の富士登山の後、膵臓に異常が見つかり手術を受けましたが、お蔭様で体力に変化は無く、月一回は高尾登山を続けて居ります。

スタンプを押してもらい、自分の登山記録が目に見えて残るのは、とても励みになります。今、私は四回目の満行に至った所です。どこまで続けられるかわかりませんが、登山を楽しみながら、頑張って居ります。

追伸

以前五号路でシモバシラ（氷の華）を見つけて感動しました。そして昨年に植物のシモバシラを見つけまして、又感動…

初秋には
己が花咲く
シモバシラ
冬には枯れて
氷華咲かせり