

材木屋とエコ 環境 省エネ(第74回)

秋の極楽健康散歩

(株)コバリン 奥澤 康文

今秋の大きな出来事は、米国のトランプ大統領の11月3日～11月14日、東アジア(ハワイ、日本、韓国、中国、ベトナム、フィリピン)歴訪だと思う。前後を含め約1ヶ月間、連日のマスコミの報道から緊迫する世界の政治・経済・安全のパワーバランスを知るいい機会になった。華やかな世界外交の表裏舞台が終幕後、やはり期待と不安が交錯する。又、世間では毎日様々な事件や出来事が相次ぎ、自分の足元を見ると通常の晩秋に戻っている。日頃の運動不足解消の為、ぶらっと外出してみた。気温や気候が変わると植物、自然界でも変化が起きる。

【9月下旬の別所沼公園】JR埼京線の中浦和駅から徒歩5分。ここは全国的には無名だが、地元では四季を通じて市民の憩いの場所になっている。



さいたま市の別所沼公園。穏やかな天気水面が鏡のようできれい。爽やかで気持ちが安らぎ、身近な場所にも憩いがありますね。



紅葉はまだ先。昨夜降った雨が水溜りになり、木々が照り映えていた。住宅地そばの人工的な公園ですが、散歩、ジョギングには最適。



リュウゼツラン。前回は14年前に咲いたという。50年に1度では、残念だが私の存命中には無理。



子供に、「30数年後の開花を私の代わりに見てくれよ」と頼んだが、興味がないらしく期待できず。

【9月下旬の大宮駅東口】現在、駅東口の大規模商業施設建設が着工、完工予定は2021年11月との事。西口に比べ東口は開発が遅れているが、個人的には4年後の完成が楽しみだ。



大宮駅東口の歩道橋。秋の天気が心地よい。ぽっかり浮かんだ白い雲。都会の「花笠道中」也。



歩道橋そばのミズキの紅葉と果実。春のきれいな花はよく見るが、秋の果実を初めて堪能。

【11月上旬の別所沼公園の紅葉】噂で見に行った所、天気も良く気分爽快。普通の市街地内の公園だが、木々の錦秋や落葉を見ると今年の反省も含め感慨深い。



手入れされたメタセコイアの木々が澄み切った青空に向い、整然とそそり立つ姿は圧巻。



ケヤキや銀杏類の紅葉がきれい。落ち葉を踏んで歩くと特有の音が静かな公園内に反響。



家族数人で、公園内のレストランで簡単な昼食をとった。宿泊施設も完備され、色々な活用可。



9月下旬に比べ、朝晩の寒気の影響で紅葉が進行。風もなく林立する木々の紅葉が水面に反射。

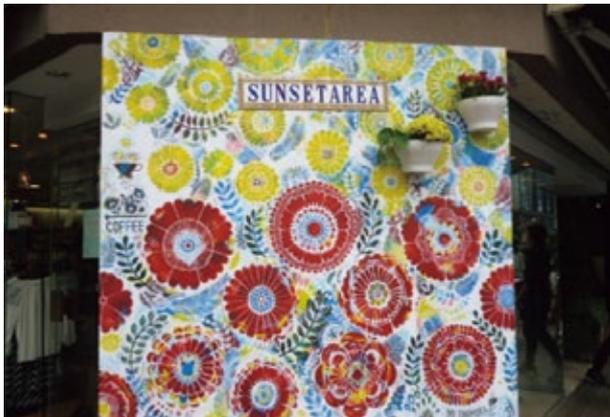
【10月上旬の自由が丘】花や樹木のある静かな公園の散策もいいが、時には、都会の観光スポットを見学するのも気分転換になり、若い人達や外国人旅行者も多く躍動感を感じる。



気晴らしに若者の街、「自由が丘」へ。有名なタモリさんも来場。シニアも遠慮せずに出かけよう。



欧州調の街角。外国人の若者の観光客も結構多い。狭い地域だが、雰囲気は異なり人混み。



駅前のレストラン窓。夢を感じるユニークなデザイン。洒落た店舗も多く、時に目の保養にいい。



駅前の有名な和菓子本店、「亀屋万年堂」。店舗前は観光客で大混雑。立派な大看板が目を引く。

相撲界の暴力事件が連日報道されている。又、少子高齢化が進む中で、日本の将来を担う子供の貧困率が7人に1人(約16%)になり深刻な状態と言う。勿論、良い話題も多いのだが、年末になると今年の反省の時期を迎える。益々、慌しくなるが年を越す為にもう一頑張りする為にも健康が一番だと思う。加齢と共に健康への思いが増し、気軽にできる「ぶらり散歩」が週末の日課になってきた。

2017年11月19日(日)記