

2017年03月（8編）

## 2017年3月2日のアーカイブ

[赤潮がやって来た](#)



冬から春へ、

少し早いですが赤潮の季節がやって来た。

冷たい風から柔らい風に、

さあ～、衣を剥ぎ取り、

外に出よう！

[（愉悠舎望楼から）](#)

2017年3月2日 カテゴリー：[丸太小屋の四季](#) 投稿者：yuyu-sha

## 2017年3月5日のアーカイブ

[過去ログ転載完了](#)

過去ログ「愉悠舎 愚人章・覚え書き」、「亭々の朝鮮半島」の転載が完了した。

共に、サブナビゲーション（トップページの下部）へ収納。

これをもって一応区切りとする。

過去ログの概要は画像の通り。

<b>プロフィールの概要</b>	<a href="#">プロフィールを編集</a>
メールアドレス:	h.matsuzawa-0908@maia.eonet.ne.jp
ウェブアドレス(URL):	
使用言語:	Japanese Japan (日本語 日本)
タイムゾーン:	Asia/Tokyo

<b>アカウント情報の概要</b>	
現在のご利用プラン:	free-2
使用可能なディスク容量:	4,000 MB
使用中のディスク容量:	76 MB (2%)
ご利用開始月:	2010年1月

<b>プロフィールの概要</b>	<a href="#">プロフィールを編集</a>
メールアドレス:	yuyu-sha.164@docomo.ne.jp
ウェブアドレス(URL):	
使用言語:	Japanese Japan (日本語 日本)
タイムゾーン:	Asia/Tokyo

<b>アカウント情報の概要</b>	
現在のご利用プラン:	free-2
使用可能なディスク容量:	4,000 MB
使用中のディスク容量:	366 MB (10%)
ご利用開始月:	2008年7月

2017年3月5日 カテゴリー: [PC やスマホ](#) 投稿者: yuyu-sha

## 2017年3月10日のアーカイブ

## ストック&菜の花

神戸に行く途中、「淡路花さじき」に寄った。

「ストック」と「菜の花」に出会った。





2017年3月10日 カテゴリー：[あちこち淡路島](#) 投稿者：yuyu-sha

## 三宮でランチ

三宮の交通センタービル9階にある居酒屋でランチを摂った。



●  
何故か？

野菜に酢を強く効かせていた。



2017年3月11日 カテゴリー：[フード](#) 投稿者：yuyu-sha

## クイーン・エリザベス号

- クイーン・エリザベス(3世)が神戸港にやってきた。

日本に於ける同クルーズ船初の同じ発着港。

神戸港発、神戸港着。



2017年3月13日 カテゴリー：[ぶらっと神戸](#) 投稿者：yuyu-sha

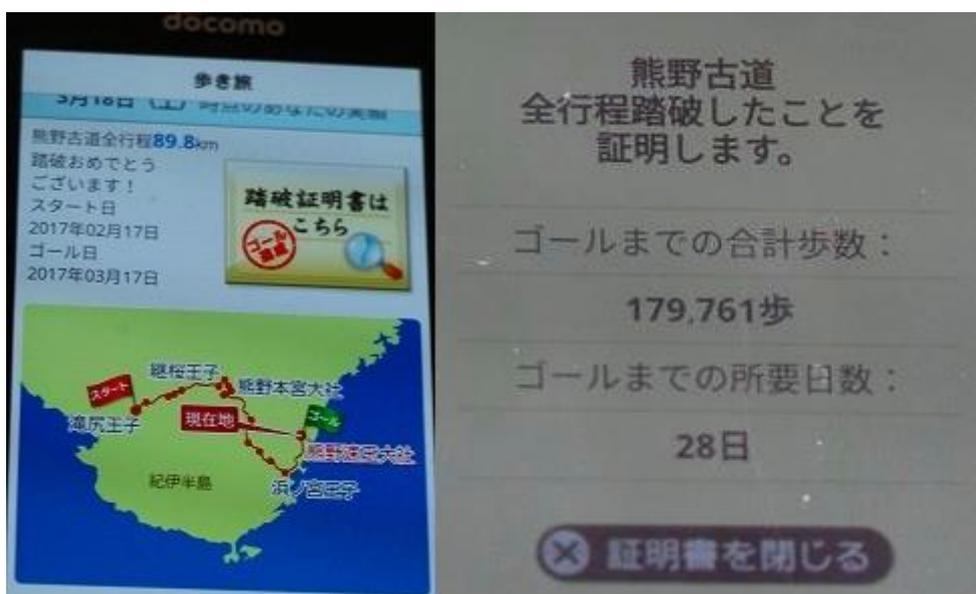
## 2017年3月18日のアーカイブ

[新・歩き旅（バーチャル）第1回](#)

新しいスマホによる旅をまたはじめた。今度のスマホは旅の選択肢が随分増えた。従来の「東海道五十三次コース」、「四国八十八カ所コース」のほかに「奥の細道コース」、「秩父札所めぐりコース」、「熊野古道コース」、「富士登山コース」がある。その中から「熊野古道コース」を歩いた。

179761歩 / 28日 = 6420歩

1日の目標は5000歩、快調な出足である。



2017年3月18日 カテゴリー：エクササイズ 投稿者：yuyu-sha

## 2017年3月24日のアーカイブ

### ノルディックウォーキング・デビュー

神戸の「しあわせの村」に兵庫県初のノルディックウォーキング公認コースが出来た。

同村の指導員にレクチャーを受け、早速5kmに挑んだ。

適度な起伏があり快い疲労感に満足。

起伏のある淡路島のわが団地にもってこいのエクササイズだ。



[続きを読む →](#)

2017年3月24日 カテゴリー：[エクササイズ](#) 投稿者：yuyu-sha

## 2017年3月30日のアーカイブ

### [四天王寺](#)

先日、聖徳太子建立七大寺の一つ、大阪市天王寺区にある四天王寺を拝観した。

都会の中にありながらゆっくりと時が流れ、周りの喧騒を寄せ付けない静けさがある。



2017年3月30日 カテゴリー：物見遊山・旅 投稿者：yuyu-sha