

北総歩こう会会報

ほゆう

会報 001号

平成5年(1993) 4月例会時発行

〒271 松戸市松戸新田 24-9-504
北総歩こう会事務局
☎ 0473(65)2369



設立準備会
代表 菊池 維平

本日、本会の創立総会を開催するはこびとなりました事は、千葉県歩け歩け協会の御指導のもと、東総歩を始めとする船橋歩・ちば歩・千倉歩の各歩こう会会員の皆様方による御支援・御協力のおかげと、厚く御礼を申し上げます。

又、本会の会員募集に応じいち早く応募し会員となっていたいただいた皆様、ありがとうございました。

私が会社の先輩に進められて日本歩け歩け協会に入会し、早くも13年になりました。当時、千葉県協会があったのは知っておりましたが、地理的条件からか例会への参加が難しく、非常に残念に思っておりました。近年交通の便が良くなると共に、各地域での例会が盛んに行われ、多くの方々が参加できる様になった事を大変好ましく思います。

本会は、千葉県協会の「ブロック制」導入に伴い、県下で5番目の歩こう会として発足する事になりましたが、今後は、皆様方の御期待に沿える様精一杯努めてまいりますのでよろしく御願い申し上げます。

お知らせ



☆ 5月9日(日)
手賀沼周遊ウォークを開催します。
Aコース・手賀沼公園発着一周 ⇒30km
Bコース・布佐駅から公園へ半周⇒16km
Cコース・手賀沼公園発着7km ⇒ 8km
の3コースを設定しました。
詳細は別紙例会案内をご覧ください。

◎創立総会開催！

本日、豊四季台近隣にて北総歩こう会の創立総会が開催されます。昨年5月に設立準備会が発足してから10ヶ月多くの方々にごいただいた御支援のお蔭と感謝すると共に、厚くお礼を申し上げます。これからも、会員の皆様方に喜んでもらえる様な例会づくりを心掛けてまいりますのでよろしく御願いをいたします。

◎会旗誕生！

大変ながらくお待たせをいたしました。会の「旗」が出来上がりました。ご覧の様な出来ばえですが如何でしょうか？色々と感じる所はあると思いますが、会の「シンボル」として可愛がっていただきたいと思ひます。

-事務局-

「独り言」

質実剛健の気風を築きあげてきた鎌倉武士の強さの秘密とも言える食生活は、玄米の強飯と「味噌汁」だったそうである。味噌汁には血液の流れをスムーズにし、頭の働きを向上させて老化防止や、肌を美しくする働きを持ち、消化を良くして腸の活力を高める等多くの働きを持っていると言われていす。味噌は、醗酵食品だから生きた微生物・乳母菌などの数は、160種類にも及ぶそうで「味噌」の薬効の殆どはこの微生物の「生菌効果」と呼ばれているものです。つまり生きたままで腸内に入り善玉乳酸菌の増殖を応援したり、ビタミンを生産したりと、目ざましい活躍をしているのです。伝統の味「味噌汁」も塩分さえ調整すれば世界の健康スープと呼ぶに相応しい、すぐれものと言えます。今朝貴方は「味噌汁」を飲みましたか？

四国霊場巡り

三郷市 寺沢 恵子



日歩協会が主催する空海の道（I）に参加し、小山隊長率いる25名と共に、徳島から高知までを2週間かけて歩き、お参りしてまいりました。天候にも恵まれて、雨は一日だけと言う大変楽しい旅になりました。予てより一度は行ってみたいと思っていたところ、徳島県歩け歩け協会の栗飯原氏より「御案内しますから是非おいで下さい」との、ありがたいお誘いをいただき決心して参加をした次第です。

歩けば歩く程、遍路路は感動の連続でした。 経本を開いて、お経もあげました。とある食堂では、「錦札」も頂きました。 お参りを100回以上した人が納める、大変に貴重な「御札」だそうです。

衣・杖・笠を身につけて、お大師さまと共に進む時、とても幸せを感じました。一行の中に高橋さん（元東京都歩け歩け協会会長 80才）が、一生懸命に歩いておりましたが、その後ろ姿に弘法大師と重て見たのは私だけかも……………。

本企画をした（社）日本歩け歩け協会に心より感謝します。

合掌！



1 番札所 霊山寺にて

< 3月例会より >

☆市川大野駅の駅前広場にて



青く晴れ渡った空の下、和田さんの指導で出発前の準備体操を！

☆矢切りの渡し公園にて



午後2時、無事にゴール地点に到着し解散。

平野さんちのお嬢ちゃん。何才なのか、聞くのを忘れてしまいましたがお疲れさまでした。今度も又、お母さんと一緒に是非参加してください。

発会に向けて

- 利根町歩く会 田中 正一会長
創立総会おめでとうございます。
今後共よろしく願い申し上げます。
- 東総歩こう会 浅香 鶴吉会長
創立おめでとうございます。
益々の御発展を祈ります。
- 船橋歩こう会 山本 新太郎会長
正式発足おめでとうございます。
今後の発展をお祈り申し上げます。
- ちば歩こう会 鈴木 幸会長
北総歩こう会の盛会を
祈念申し上げます。
- 我孫子市歩こう会 高谷 春照会長
益々の御盛会を祈念します。

祝 マスター
ウォーカー！

第6回瀬戸内倉敷7テーマチにおいて、次の方々がマスターウォーカーとなりました。
おめでとうございます。

柏市 関 久美子 様

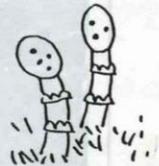
成田市 奈良 広 様

水ぬるむ 利根のほとりにこだまする
躍動の はためく鯉を先頭に
歩友ら集いて 声高らかに

いま北総は一步踏み出す

北総歩こう会の発足を祝って

二八里漫歩人



貴方が主役



— 3月例会・里見公園にて —

<編集後悔>

桜の花も咲き揃い、春本番の今日この頃となりましたが、皆様には如何お過ごしですか。陽気も暖かくなり、出歩くには大変良い季節となりました。

ところで皆様方の中で夜遅く歩いている方はおりませんか？車を運転する側から気付いた事を一言。夜は全てが闇となり、普通に歩いているだけでは全く目立ちません。蛍光色の強い服装で歩く事をお勧めします。ライトに反射して良く目立つと思います。是非お試しを！

(M)