

ほゆう

会報 104号

平成 15 年(2003) 2 月例会時発行
〒277-0841

柏市あけぼの 2-9-20 B902

北総歩っ会事務局

TEL・FAX 04-7145-1620

平成 15 年 1 月の例会レポート

「歴史と文化の散歩道」を担当して

例会リーダー 宮崎 篤司

集合場所が南池袋公園と、都内有数の乗降客の多い池袋駅。複雑な構造の駅構内、改札口も幾つか有って「参加する人も案内する役員さんも苦勞するな」と思っていたとおり、迷った人が多かった様でした。ご迷惑をおかけした事、リーダーとして配慮が足りなかったと反省しきりです。お許してください。

それでも何とか公園に集合出来ました。出発式を終わってスタート、見学場所も多く、参加者も 224 名、列も長くなり先頭とアンカーの連絡もままならぬ状態でした。史跡ごとの説明不足でさぞかしご不



南池袋公園での出発式・体操
た。反省多き例会でした。

満のあった事と思います。勉強不足で紙面をもってお詫び申し上げます。お天気も昼頃から雨になるとの予報で心配しましたが、ゴールの神田明神まで降らなかった事は幸いでした。

このコース作りは、半年前の 8 月から副リーダーの岡崎さんと始めました。参加者の皆さんに歴史と文化を少しでも沢山見てもらおうと当初より増えました。「見学場所が多過ぎたのでは？」と後で意見を聞きました。とりあえず無事にゴール出来てほっとしています。参加の皆さん、役員全員の方々、ありがとう御座いまし

(例会担当……岡崎千代子・藤井順一・後藤章)



護国寺の山門を出る参加者の皆さん



神田明神の鳥居に入る参加者の皆さん

1. やあ！お早よう 明るい挨拶 さわやかに

ふぁみりーウォーク

※ この行事に参加する場合、事前の申し込み(連絡)等の必要はありません。
「ふぁみりーウォーク」の集合時間は、毎回午前9時00分です。参加費(100円)
集合時間が出発時間ともなりますので、遅れない様にご注意ください。

- ☆ H15.2.15(土) 古道と大津川下り 約8km
集合・出発：東武野田線 逆井駅
解散：バスにてJR柏駅 (担当・鈴木 好次)
- ☆ H15.3.15(土) 早春の手賀沼巡り 約8km
集合・出発：JR常磐線 北柏駅
解散：JR常磐線 我孫子駅 (担当・菊池 靖)



↑オランダ観音を参拝 1/18

←麒麟児邸前にて参加者全員 1/18

※問い合わせ先 04-7188-4292 (小林 直之) 19時~21時のみ

ほんの一言 ①

健康第一, 歩いてうれしい,

平成15年、北総ふぁみりーウォークの幕開け、
1月18日(土)

初石公民館前で出発式

会場内は「今年もよろしく」と新年の挨拶を交わす参加者の笑顔

関会長の年頭挨拶で「今年の北総のモットーは明るく楽しく和やかに“明・楽・和”と覚えてほしい」と披露。

十太夫福祉センター前で川村正弘氏(野田市在住)から……「ほんの一言」……

「……私の一番怖い!? 山の神が愛宕の駅で階段を下りる時に足を踏み外して転倒、そのまま歩けず未だに病院通い。(次ページ下段へ続く)



十太夫福祉センターでの「ほんの一言」講義

例 会 の 案 内 板

☆ 3月例会 木下の七福神 パート②

昨年の木下七福神の残り三神里山巡りから坂東太郎(利根川)へ、欲張って茨城県まで足を伸ばします。今回のテーマは別所の警女(ごぜ)おキヨ、民俗学者柳田国男・日露戦争日本海海戦旅順攻撃です。子細は当日のお楽しみ!!

*開 催 日：平成15年3月9日(日) 15km

*集合場所：JR成田線木下駅(改札口より案内あり) 印西中央公民館

*集合時間：9:00 *解 散：15:30頃 JR成田線布佐駅
(例会リーダー 筒井 寿一)

☆ 4月例会 小貝川の花を見て歩き 16km

*見どころ:高井城址・岡堰の桜・間宮林蔵記念館・フラワーカナル。

*開 催 日：平成15年4月6日(日) 集合場所：関東鉄道常総線稲戸井駅

*集合時間：9:00 *解 散：藤代町役場前広場 15:30頃
(例会リーダー 成川 定雄)

☆ 5月例会 緑の町 沼南を歩く 詳細は次号で

*開 催 日：平成15年5月11日(日) (例会リーダー 中山 弘)

※例会行事問合せ先 04-7145-1620 中山 弘 19時~21時のみ

(前ページ下段より続く)

介護の大変さが身に沁みております。自分も闘病生活を送っております。歩けない時期もありましたが、何事も諦めず希望をもって努めた結果、歩けるようになりました。健康が何より一番です。健康で歩ける事が何より幸せでもっともっと歩きたいと思えます。」と語ってくれた。

解散は諏訪神社で、参加者は足取り軽く、晴れやかに東武豊四季駅に帰って行った。

今までのウォーキング教室の趣向を変え、参加者の方々の中から「ほんの一言」(2~3分でも)自分の歩けの出会い、体験・健康との兼ね合い……何でも「ほんの一言」語ってもらい、参加者間の交友の輪を広げ、「明・楽・和」の一助にと企画しました。

今後ともご愛読、ご援助、ご指摘などよろしくお願い申し上げます。

<N・記>

北総歩会員情報

事務局移転のお知らせ

北総歩こう会創立以来10年間の長期にわたり、事務局を担当して頂いた古宮誠氏がこのたび千葉県ウォーキング協会組織強化の為、要職にご栄進する事になりました。長い間、ご苦労様でした。

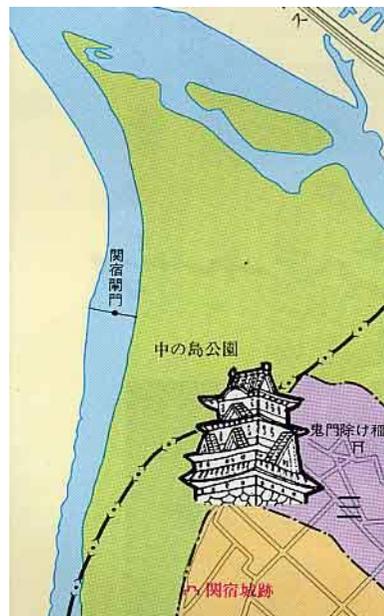
後任には、中山弘氏が担当して頂ける事になりました。当初は不慣れな為に、会員の皆様にはご迷惑をおかけする事があるかもしれませんが、どうか暖かいご支援とご協力をお願い申し上げます。

ある日ある時あるウォーク

会員 S:W

10月吉日 晴れ自宅から関宿城(中の島公園)を往復する。利根川と江戸川の分岐点の三角地帯にある中の島公園まで、我が家から江戸川のサイクリングロードを歩いて片道 33,0km の距離にある。例年、東松山のスリーデーマーチに参加する前の足慣らしと体力自己診断の為に、この往復を実施している。昨年は 10/6 にやって、暑さに参った事や、野田北高校の生徒達と一緒に歩いて楽しかった事などが思い出される。今回はそれより 20 日遅い晴天の日を選んで決行した。

まだ暗いうちに家を出て江戸川の土手に上り、KP (キロポスト) と時間を確認して手帳につける頃には少し明るくなってきた。西の空には大きな月がまだある。5:58 素晴らしい日の出を東に、西にはまだ月が残っているのが見える。やがて月は何時の間にか姿を消し、月のあったあたりに今度は頂上が白くなった富士山が見えていた。運動をしているから汗は出るが、風も無く最高のウォーキング日和である。体調は少し心配ではあるが、一人旅はいつでも止められるから気楽だ。折り返し点の関宿城では自分で詰めてきた、塩鮭と梅干



だけの弁当がうまかった。帰りの 41KP で残りの弁当を食べて歩き始めは、足が痛くて暫く調子が上がらなかった。残りの 31KP 地点までが長かった。自宅に帰ると誰もいないのでお風呂に湯を入れて入り、すっかり着替えて近くのうどん屋さんで、ビールを飲みながら鍋焼きうどんの大盛を食べた。「今年もスリーデーは 50km に挑戦しよう」と決心する。自宅に帰ってすぐ布団に入って寝てしまった。我が家にはまだ愛犬 S 以外は誰もいない。

| 時間 | キロポスト | 距離 | 休憩時間 | その他 |
|-------------|--------|------|------|-------------|
| 自宅出発 4:50 | | 0 | | |
| 5:35 | 31KP | 4.5 | | 江戸川の土手に上がる |
| 7:10~7:15 | 41KP | 10.0 | 0:05 | 近くに自販機あり |
| 8:40~8:50 | 51KP | 10.0 | 0:10 | 宝珠橋のたもと |
| 10:10~10:40 | 59.5KP | 8.5 | 0:30 | 関宿城で弁当半分食べる |
| 12:00~12:10 | 51KP | 8.5 | 0:10 | |
| 13:50~14:10 | 41KP | 10.0 | 0:20 | 残りの弁当を食べる |
| 15:50~16:00 | 31KP | 10.0 | 0:10 | 江戸川の土手から離れる |
| 自宅到着 16:45 | | 4.5 | | |

所要時間 11:55 距離 66,0km

午前中の所要時間は 5 時間 50 分、休憩時間を引いた実時間 5 時間 5 分、時速 6km 強だ。

午後の所要時間は 6 時間 5 分、休憩時間 40 分を引くと実時間 5 時間 25 分、時速 6km 位か

【編集後記】大相撲の初場所貴乃花が途中引退し、モンゴル出身の朝青龍が横綱昇進を決め、時は留まる事無く着実に世代を交代していく。「正月は、冥土の旅の、一里塚」の句を思い出す。

我が歩こう会も今年 10 年を迎える。澱んだ水、滞留した水は腐る。この会も清流のように一時も留まる事無く流れ、次の世代に引き継いでいきたいものだと願っている。——歩遊人——

編集担当 和田 武年 〒270-0121 流山市西初石 6-187-43

Fax 04-7154-0170 & Eメール moon@mail.wics.ne.jp 常時

TEL 090-9298-3794 18:00~21:00 受付