

# ほゆう

会報 133号

平成 17 年(2005) 7 月例会時発行  
〒277-0841

柏市あけぼの 2-9-20 B902

北総歩こう会事務局

TEL・FAX 04-7145-1620

平成 17 年 6 月例会



## 合併記念「新柏市(沼南)を歩く」を担当して

例会リーダー 小原 とよ子

去る 3 月 28 日、柏市と旧沼南町が合併し 38 万人都市が誕生しました。その新柏市の広々とした田園地帯を渡るみどりの風をうけて「歩ける幸せを実感しましょう」というコース設定（先輩役員からの秘蔵コースの提供を受けて）でした。

初めてのコースリーダーとはいえ初歩的な間違いで増尾駅の正しくは東口を西口と「あるけあるけ」新聞、「ほゆう」等に掲載し、ご参加の皆さまに迷惑をおかけしました。また誘導中もマイクロフォン、トランシーバーの扱い不慣れのため連絡事項等の聞き取り難い点が多々あったことなど併せてお詫び致します。

1 月末から 17 キロのコースを何回かに分けて、単独で下見を始めました。その頃は一面、枯れ野原の田園地帯でした。2 月も末近くなると農家の庭先から梅の花の香が漂い春を感じながら歩きました。3 月、歩く畦道からヒバリが飛び立ち空高く昇ってさえずっていました。この頃からようやく 6 月の田園地帯の景色のイメージが膨らんできましたが、1 人で地図を頼りに歩き農道や民家の間を行きつ戻りつ道を探し、鬱蒼とした山道？では気味悪さ、怖さに駆け出したり、不安いっぱいの下見でした。

4 月中旬、コース担当者 3 名で下見をしました。コース作り熟達者、お 2 人に導かれスタートから手賀の丘まで予定通り難なく到着、昼食時に当初の解散予定地、湖北台中央公園から JR 成田線湖北駅へ向かうより JR 常磐線天王台駅を利用した方が電車の本数も多く距離的には多少長くなる程度で後者の方がより便利ではとの話し合いで急遽変更となりました。

例会直前の 6 月 14 日最終確認の下見を 4 人のメンバーで実施、予定外の弘誓院、白鳥ファミリーの子育てを見て、是非こちらもコース内に入れたいと思いました。幸いにも当日は予定の時間に多少の余裕が出来て見学しました。



五本松公園に入る参加者の行列

梅雨時の例会ということで懸念していた空模様も天の味方でウォーク日和となり無事に天王台西公園にゴール出来た事は多数（167名）ご参加いただいた皆様のご協力と、北総役員の大なるご支援あってのことと心よりお礼を申し上げます。例会担当：成川定雄・市川操

1. やあ！お早よう 明るい挨拶 さわやかに



# ほゆるのひろば

## 東京を歩いて

会員 A 男

私は入会 1 年半足らずですが、その間に 3 度も東京を歩かせて頂き懐かしい思いをいたしました。

「隅田川橋めぐり」では墨田公園の野球場や吾妻橋、特に吾妻橋の近くに 10 年近く住んでおりましたので一層懐かしい感が有りました。勝鬨橋も思い出の多い橋でした。橋が開いている間は何度も足止めされて、夏にはアイスキャンデーを食べながら待った事が最近の事のように思い出されました。

「都心の銀杏並木」の回では、約 50 年ぶりで明治神宮や外苑の銀杏並木を訪ねる事が出来、感謝々々の一日でした。



千駄ヶ谷の富士山に登る

「東京で山登り」の回では、今迄訪ねる機会の無いところばかりでした。富士塚が都心にこんな有る事に驚くと同時に、江戸時代の人々の富士信仰に掛ける情熱に感心させられました。また、都心で地図に標記されている山が有る事に驚き、あまり人が知らない事を知って何か得をしたような気持ちになれました。コースの終わり頃、谷中商店街に入ると最近目に出来ない風景であるチンドン屋さんにも出会えました。今回は何箇所か富士見坂を歩きましたが、何処の富士見坂も富士山の見えない坂ばかりで残念でした。東京に一箇所くらいは富士山の見える坂が欲しいものです。これは参加者全員がそう思った事でしょう。

沢山の思い出を蘇らせて頂いたり、新しい発見をさせて頂いたり、コースマネジメントをされた方、役員の皆様に感謝いたします。次回からも年間 10 回達成に向けて参加させて頂きたいと思っておりますので、よろしくご指導をお願いいたします。(H17.06 記)



6/19 例会・柏市沼南公民館でトイレ休憩



6/19 例会・手賀沼でコブ白鳥の親子に会った

## 例会の案内板

☆ 8月例会 ミニナイト W 11km (例会リーダー 清水 完浩)

日時/8月6日(土) 16:30 団体歩行

集合/JR常磐線 松戸駅西口2分西口公園

参加費/県内歩会々員無料・他県協会々員300円・一般参加500円

解散/京成金町線柴又駅近くの観光文化センター 19:40頃

コース/松戸駅西口公園～江戸川～水元公園～柴又駅

○ みどころ/涼を求めて江戸川の風、水元公園の緑に触れて暑さを少しでも忘れるかも。そして、江戸川の花火を觀賞して下さい。各自ライトをお忘れなく。

☆ 9月例会 房総の自然を訪ねて 16km (例会リーダー 筒井 寿一)

日時/9月11日(日) 9:30 団体歩行

集合/JR成田線 下総神崎駅

参加費/県内歩会々員無料・他県協会々員300円・一般参加500円

解散/JR成田線 滑河駅 15時頃

○ みどころ/後醍醐天皇の寵臣で建武の中興に尽力した藤原師賢(もろたか)公ゆかりの小御門(こみかど)神社・坂東三十三観音のひとつ滑河観音を巡ります。自然と歴史をたどる道と坂東太郎の道の一部を歩きます。ちょっと遠いが北総のホッとする風景と素晴らしさがいっぱいです。

## 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:7・8月は、毎回**7:30**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。

☆ 8月20日(土)早朝大堀川を歩く

約8km (担当・後藤 章)

集合: JR・北柏駅

解散: 東武野田線豊四季駅

☆ 9月17日(土)沼南の自然と史跡巡り

約8km (担当・菊池 靖)

集合: JR 湖北駅南口

集合時間: 9:00 時間ご注意ください

解散: 手賀の丘公園 11:30頃

東武バスで柏駅へ

6/18 広徳寺に向かう参加者→



※問い合わせ先 04-7145-1620 中山 弘 19時～21時のみ

私の体験的

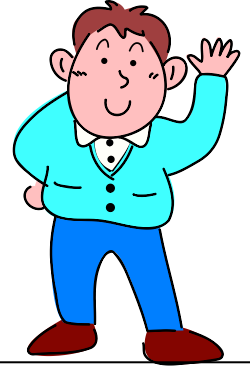
# 楽しく歩くテクニック講座

最終回

松戸市在住会員 吉井 孝

そろそろネタ切れになってきました。未熟な私が楽しく歩くテクニックなんか、それほど持ち合わせていないことは、皆様ご賢察の通りです。

そこで、今回の原稿でいったん閉じさせて頂く事にして、今、私が恐れていることの一部を披瀝しながら、それを楽しい歩きにどう活用するかを考えてみたいと思います。



歩くマナーを守って

## 歩く暴力団

歩く事の大好きな私達に対して発せられた言葉が《歩く暴力団》とは。全国的な大会に限らず2百人・3百人の参加者であっても、歩かれるその土地の人たちにとってはウォーカーの動きが恐ろしく感じられる場合があるようです。

毎回のように主催者が呼びかける、ウォーカーが守らなければならないマナーが一向に良くなるのはなぜでしょうか？

信号は守られない。道幅一杯に広がって歩く。ゴミを公園などに置き去りにするなど、とても歩かせていただく土地に感謝しているとは思えません。私の住居周辺にこのような集団が来るとしたら、果たして歓迎出来るでしょうか？



地域の住民は見ています

歩けの新聞を見て参加する幾つかの行事の大多数に、この様な振る舞いが目に付いて「楽しく歩かせて頂いた」という思いが致しません。そんな事を気にしなければ楽しく歩ける？では歩く運動が世間から支持されなくなるでしょう。

みんなで楽しく歩くためには、まず歩くマナーを厳守しましょう。

## 目標を作り仲間に宣伝しておきましょう

一日や二日歩いたからって、すぐ健康になる訳ではなく、それこそ継続することが大切です。そのため何か目標を作ってそれに挑戦すると良いと思います。

この講座の⑤で、私が助けられた事例を幾つかご紹介しましたが、私が仲間に自分の目標をペラペラ喋ったのには訳があります。

十数年前に東北地方を青森まで歩いた時のことですが、仲間に喋っておいたお蔭で仲間が時々チェックを入れてくるのです。《今はどこまで行ってる？》

暑い寒いでは、ついついサボりそうになる私に仲間のチェックは有難いものでした。そんな仲間のチェックのおかげで、私は“奥のわき道”と“奥のおく道”という2冊の本を作りました。仲間はずっと有難いものです。

こんな駄文でも目を通して頂いた事に感謝しています。有難うございました。(終わり)

【編集後記】5月の下旬に、ミンダナオ島で元日本兵が二人も発見されたとの報道が幻に終わった。6/25のJWA総会ではルバング島から戦後30年ぶりに帰還した小野田寛郎氏の講演を拝聴した。現代人の忘れてしまったサバイバルなものに魅せられた。 一歩遊人—

編集担当 和田 武年 〒270-0121 流山市西初石 6-187-43

Tel・Fax 04-7154-0170 Eメール takejii@isis.ocn.ne.jp 常時

白井市在住会員 筒井寿一

# お四国さまに憧れて

(5)

## 土佐よさこいツーデーウォーク②

目に付いたものふたつ。一つは土蔵や大きな屋敷の白壁に横に3から5列の瓦一枚の屋根がついています。飾りだから勿体ないし、何なのだろうと疑問に感じておりました。もう一つは墓の中に円形に丸い小石が並べてあり、中央にやや大きい自然石や木の柱が置かれた小さな墓のようなものが正式な墓の近くに多くみられます。きっと墓を建てられないか、

分家なのか、古い墓なのか、何だろうと気になりました。正しいかどうか解りませんが、一つの答えは、漆喰壁の水はけを良くする為。きっと台風が多く、横殴りの雨が吹き付けるのでしょう。もう一つは、友墓といって死者が寂しくないように、霊がさまよい出ないようにしていました。どうでしょうか？



絵金：二月堂良弁杉の由来（ろうべんすぎ）

ていないという。狩野派の天才絵師から、おどろおどろしい芝居絵を描く異端の画家へと、はからずも転進した絵金。明神橋東の絵金資料館はどこ？絵はどこで見られますか？と数軒の商店で尋ねた結論は、個人・役場保管で現在展示場建設中でまだ見れないし、土曜で役場は休み、また完成後はレプリカ展示となるようです。建設中の建物、場所ぐらいと訪ねると確かに立派な家屋建設中、残念無念えーい宿の夜須のサイクリングセンターまで遍路道の旧道を歩いて帰ることにしました。とことこ歩いていたら、あったあった見過ごしそうな小さな資料館が、思わず万歳と呼び鈴鳴らせど誰も出てきません。諦めかけた頃おばちゃんの顔、案内され主人に2時間ほど絵金の絵や生い立ちなどのお話をお伺いして感激・大満足でした。主人は5代目で今は幟や幕の絵染めを生業としておるそうです。絵金の弟子の家系で代々絵師だそうで、先代が絵金の作品を収集したそうです。(平成16年11月・記)



## ◇◇ 新役員紹介 ◇◇

## 『怪我をして知る、普通に歩ける幸せ』

柏市在住 中村 和子

数年前、スポーツで膝を痛め、更に左足首から爪先まで剥離骨折するというアクシデントにあい、数ヶ月間自由に歩けない日々が続きました。リハビリを続けながら、今迄当たり前に歩けた幸せを痛感しました。

北総歩会に入り8年が過ぎました。今年度から役員をお受けする事になり、大変困惑し悩みました。何度か役員会に同席させて頂くうち、先輩役員の方々が参加者の皆様に対して如何に安全で良い景色を見ながら楽しく歩いて頂けるか等々綿密な計画や討論を重ね、お互いを思いやり協力し合いそして根底には何時も“明・楽・和”の精神で温かく活動されている姿勢に大変共感を覚えました。

ユーモアが大好きで歩友のお仲間から時々ひんしゆくをにかけている私ですが、これからは色々な場面で気配り出来るよう先輩方を見習っていきたいと思っております。どうかよろしく願いいたします。(H17.06 記)



北総歩こう会のモットー

明るく・楽しく・和やかに

略号…明楽

地球一周4万キロを目指して

おめでとう



☆オールジャパンウォーキングカップ達成…H16.11.19～21 第10回九州スリーデーマーチ(熊本八代)で元会員の三枝輝夫・君子ご夫妻が達成されました。また、H17.6.4～5 第3回として隠岐ツーデーマーチで会員の合田昌子さんが達成されました。

この賞は日本全国47都道府県の認定された大会に参加して、一日以上完歩された方に授与されます。全都道府県に貴方も足跡を残しましょう。

ほゆうウォーキングコーナー 泉 狂歩  
 夕涼し 闇に落ちゆく 滝の音  
 山峡の 頭上満天 あまの川  
 山の焼け 雲ひと刷けを 金色に  
 滴るを うなじに受けて 旅癒す  
 大海や くゆらす紫煙 夏の雲

日本全国歩き一人旅より



お釈迦様がこの木の下で悟りを開いたとされる沙羅双樹の木とその清楚な白い花 ←  
 ふぁみりーW広徳寺に有りました