

# ほゆう

**会報 174号**

 平成 20 年(2008) 12 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 20 年 11 月 5 日 平日ウォーク

## 『あるぞ自然が！のんびり歩こう』を担当して

コースリーダー 小原 とよ子

「鎌ヶ谷市を歩く」をテーマにコースを作ることになった。よく聞く鎌ヶ谷大仏、その名前の駅まであるからにはさぞ立派な大仏さまであろう。ここをスタート地点と決める。地図で見るとここは鎌ヶ谷市東部に位置する。「かまがや散策まっぷ」を手に鎌ヶ谷大仏駅に下車、向かい側の大仏さまと初対面。これが名高い大仏さま？可愛らしさにちよつとびつくり(露座の大仏高さ 1.8 m 台座含めて 2.3 m)

「まっぷ」上の指定文化財、遺跡等を結びながら日ハム ファイターズタウンにたどり着いた。さてゴールは何処にしよう。新鎌ヶ谷駅？交通量が多く道幅も狭いし、まずは安全第一。ならば市川植物園北口から北総線大町駅までは近そうだ。地図上の狭い道に入ってみた「この先行き止まり」の立て札。ではこの道は？こちらは農家の庭先に続いている。その時、自転車を押しながら坂道を登ってきた同年配の婦人に尋ねると、快く梨畑の草深く細い道を案内してくれた。舗装された広い道に出るとこの先を左へ左へと曲がって行けば大丈夫と。地元の方の優しさに感謝しながら目的地市川植物園に着いた。

鎌ヶ谷大仏参拝の皆さん→

7月の暑い日、担当者3名で下見。地元詳しいサブリーダー筒井さんのアドバイスで自然一杯の公園、ほの暗い林の道、旧跡等を追加、トイレ、昼食場所の目安もつく。鎌ヶ谷市を東から西に横断することになりコースの全容が見えてきた。面白いコースになりそうだ、行事タイトルも筒井さんをお願いすることになった。

10月になって担当者2回下見をする。前回のコースで特に変更する箇所もなくトイレ、雨天のための昼食場所等を確認、これらをお借りする施設にお願いの挨拶を済ませます。



実施当日は生憎と曇天で肌寒い一日でした。ご参加下さった皆様、自然を満喫しながら楽しく歩いていただけたでしょうか？市川植物園に無事にゴール出来た事はご参加いただいた皆様、役員の方々のご協力によるものと心よりお礼申し上げます。(コース担当:筒井寿一・松山隆子)

**★平日ウォーク 10 回完歩者氏名** 11/5 (水) の平日ウォークでの 10 回完歩者は 3 名で、昼食会場の日ハムの球場前広場で表彰されました。

小磯 勲さん・丸笠 富子さん・吉井 孝さん

**★オールジャパン 47 都道府県完歩達成者出る**

会員の掛川 洋さんが 10/11~12 に開催された島根県の第 6 回松江神在月ツアー W で達成しました。

 地球一周 4 万キロを目指して **6000 km 達成**
**おめでとう**
**08 年 9 月 30 日**

今井 誠一さん

## ホームページ開設近し

会報ほゆう 171(9 月)号でホームページ開設の為の協力を会員一同に呼び掛けて来たが、早速それに応えて下さった 1 会員のご協力により、長い間の念願であった、北総歩こう会のホームページ開設の目途が立ちました。来年(平成 21 年)1 月号で URL(アドレス)を公表出来るでしょう。会員各位のお茶の間、お喋りの場になるようにしたいですね。一歩遊人—



平成 20 年 11 月 16 日 月例会

富士講と富士講紋のこと

## 『江戸七富士巡り②』を担当して

コース リーダー 石原洋二

雨。参加者 6 8 名。五月に担当した「都電荒川線を歩く」に続いて、またまたワースト記録を作ってしまった。昨年に引き続いての富士塚巡り、「江戸七富士巡り②」は如何だっただろうか。(雨だったことを差し引いてください)。コースは？完歩証のデザインは？参加者の反応が気になる。良かったと言ってもらえると嬉しいのだが。

富士塚は普通「お富士さん」と呼ばれ親しまれており、前回 Part①で訪れた新宿早稲田の水稲荷神社の高田富士が安永八年(1779) 高田藤四郎によって最初に築造(移転・再築しているが・・・)され、以後、昭和に至るまで東京を中心に神奈川・埼玉・千葉の各地の富士講によって続々と造られた。わが松戸にも、数ヶ所ある。この富士塚は、富士権現を勧請して祀るだけでなく、富士山に登拝できない人のために富士山から運んだ溶岩塊で富士山に模して築かれており、頂上には仙元大菩薩が祀られている。

富士山に対する信仰は古くからあったが、江戸初期の不二行者長谷川角行を開祖とした富士信仰をもとに、中興の祖・食行身禄が入定の後、その弟子たちによって結成された信仰集団が富士講である。富士講は、講ごとに独自の講紋をもち、それによって講の呼び名が定められた。この講紋・講名は講の結成者の名前にちなんだものが多く、丸参講は安藤富五郎、永田講は永田長四郎、月三講は三平忠兵衛、丸藤講は高田藤四郎、丸嘉講は近江屋嘉右エ門を始祖とする。今回の完歩証の図柄はいろいろな富士講紋をデザインし一覧にしたものを他の資料より借用した。

回った順番に講紋を記せば、十条富士は十条丸参伊東元講、板橋氷川富士は永田講、池袋富士は池袋月三十七夜講、長崎富士は同じく月三椎名町元講、江古田富士は江古田小竹丸祓講、上落合富士は月三講、そして最後の成子富士は丸藤成子講の紋である。また、それぞれの富士塚には、築造した講だけでなく交流のあった他の講による石碑も見られ、その石碑の数が講の勢いを示しているとも言われる。三・十三・十七・二六などの数字は角行や身禄等の命日で法会がもたれることが多く、十七夜講は十七日に法会を行う講という意味。したがって、池袋月三十七夜講という名称は、地名+講印+法会の日を並べたものである。

実は小さい頃、十条に住んでいたことがあり、「お富士さん」に登って遊んでいたことを思い出す。そんなこともあって、私の富士塚への関心は尽きないのかも知れない。また機会があったら Part③にも挑戦したい。

(担当: 早川 進・森禎之)



## 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 **9:00** です。遅刻しませんように。ゴール解散は **12:00** までを目途にしております。参加費(100 円)、

☆ 21 年 1 月 17 日(土) 千寿七福神 約 8km (担当: 吉田公康)

集合: JR 常磐線北千住駅北改札口(ルミネ側改札口)

解散: 同じ北千住駅

☆ 2 月 14 日(土) じゅんさい池の梅見 8km (担当: 中山 祐子)

集合: JR 常磐線松戸駅西口

解散: じゅんさい池公園・北総線矢切駅まで案内あり

11/15 観音寺を参拝中→





# 例会の案内板

☆ 平成 21 年 1 月 平日ウオーク 龍神伝説と八臂の弁財天坐像 11km (コース リーダー 筒井 寿一)

日時/1月7日(水) 10:00 団体歩行 平日パスポート押印あり

集合/北総線 白井駅前

解散/14:30 頃 大宮前公園(北総線千葉NT 中央駅近く)

参加費/会員 100 円・県内歩会々員 200 円・他県協会々員&一般参加 300 円

コース/みどころ/龍神伝説と小さな小さな二つの泉を訪ねる。いたずら小僧とおてんば娘に戻って道無き道を歩く冒険ウオーク!! (危険はありません)なお、タオル 2 本ほどの持参をお忘れなく。(もしかして手足を洗うかも、また、スーパー銭湯もありますので) お子様やお孫様連れ大歓迎。

☆ 平成 21 年 1 月例会 流山七福神(三神)めぐり 13km (コース リーダー 和田 武年)

日時/1月10日(土) 9:00 団体歩行

集合/JR常磐線南柏駅西口 南柏児童公園

参加費/CWA 会員無料・県外歩会員&一般参加 300 円

解散/14:30 頃 東武野田線豊四季駅



コース/南柏児童公園～東部近隣公園(wc)～清龍院(寿老人)～富士見橋～春山寺(布袋尊)～流山運動公園(wc)～円東寺～流山おおたかの森 SC(昼食・wc)～長栄寺豊四季霊園(十一面観音菩薩)～成顕寺(弁財天)～豊四季駅

○ みどころ/新春に相応しい福の神めぐりをする。1 日で七福神を歩いて巡るのはこの季節は日没も早いし、距離的に無理なので、今回は三福神のみとする。

☆ 2 月 平日ウオーク 明治文学散歩 漱石を歩く 16km (コース リーダー 石原 洋二)

日時/2月4日(水) 9:00 団体歩行

集合/JR 山手線池袋駅南通路(目白寄り)徒歩 5 分・南池袋公園・案内あり

参加費/会員 100 円・県内歩会々員 200 円・他県協会々員&一般参加 300 円

解散/15:00 頃 須藤公園(メトロ千駄木駅まで 1 分・JR 日暮里駅まで 15 分)

コース/明治の文豪・夏目漱石の足跡と作品の舞台を歩く。南池袋公園～雑司が谷墓地(漱石の墓)～生誕地～夏目坂～漱石公園(山房)～神楽坂～物理学校～東大(赤門・三四郎池)～旧居跡～須藤公園

みどころ/夏目漱石(本名金之助)は慶応三年(1867)牛込馬場下横町(現在の新宿区喜久井町)に生まれました。幼年期の漱石は家庭的には恵まれず、生まれてすぐ里子に出されたりしましたが、明治八年(1875)末、夏目家に戻されます。その後錦華学校、府立第一中学、二松学舎、東大予備門、東大に進み、卒業後、愛媛・熊本に赴任。英国留学から帰国後、一高・帝大に奉職、牛込区、本郷区に居を構え、大正五年(1916)、49歳でその生涯を閉るまで早稲田南町の漱石山房で作家活動に取り組みました。今回のコースは、生誕地や墓地、作品に取り上げられた各地を巡ろうというものです。

## 定期総会ご出席のお願い

日時:2月21日(土) 10:20 より 場所:我孫子市民プラザ(あびこエスパ 3F・昨年と同じです)

JR 常磐線我孫子駅北口徒歩 8 分(駅から案内有り)エスパの左側外階段を利用して平面駐車場から入る

☆今年役員改選の年です。万障繰り合わせの上、ご出席をお願いいたします。

総会后、11km のウォーキングがあります。



★2月例会 総会ウオーク・我孫子市を歩く 11km (コース リーダー 川越 久子)  
 日時/2月21日(土) 13:00 団体歩行 集合/JR常磐線我孫子駅北口2分・我孫子ふれあい広場  
 参加費/CWA会員無料・県外歩会員&一般参加 300円  
 解散/16:00頃 手賀沼公園・最寄り駅:JR常磐線我孫子駅  
 コース/ふれあい広場～電力中央研究所裏～柴崎歩道橋～東源寺～柴崎神社～柴崎台中央公園(WC)～東我孫子一里塚跡～水神山古墳、香取神社～鳥の博物館～水の館(WC)～手賀沼公園  
 ○ みどころ/発展し続ける我孫子の住宅街の中にも歴史を感じる旧跡が点在する。そして又、思わぬ所から手賀沼を眺望する道にも出える。

## 私の歩く為の体操 (1)

柏市会員 相関奎吾

私は歩く為に次の様な体操をしております。長い間、平らな所を歩いていると手の指が太くなる、(膨張する)ことがあります。それは、足の方に血が行って手の方が血の循環が悪くなっている為と思われます。そこで私は、次の様なことをして直しております。

歩きながら、前に出した手の方を思い切り指を広げる

(パーの形)そして、後ろに下げた手の方は思い切り手を結びます(グーの形) ぐー・パーの力の強さが大きい程、効果が早いです。しばらく歩きながらグーパーをしていると、手の指が細くなっています。皆様も歩きながらグーパーをやってみては如何ですか？

この様な体操は、NHK朝の第一(AM6:30～40)で準備体操としてやっております。また、私みたいに年を取ると、朝起きた時に手の指が太くなった感じをする時があります。その時は、寝ながら肘を曲げ左右交互に、パーグーを思いっきりすると、暫くすると指が細くなった様な気がすると思います。その時は、両手を同時にパーグーするよりも、両手を別々にする(右手がグーならば左手はパー、左手がパーならば右手はグーとする。)これを何回(？分)すると指が細くなります。以上、参考までに。(2008.9.15歩遊人受付)



この漫画も相関氏が描きました



## 事務局からのお知らせ

### 継続手続きのお願い

★

平成21年度の継続手続きです。

12月の例会・平日ウオーク・ふぁみりーウオークの時に手続きをして下さるようお願い致します。

尚、申込書の無い方は事務局まで申し出て下さい。

会員証に **平成21年1月** 迄と記載されている方が対象です。

【編集後記】 歩けの日本最大の祭典である「日本スリーデーマーチ」東松山市での大会が終わるとすぐに立冬。日照時間が極端に短くなり、やがて冬至がやってきて「年賀状を書かなくては」と毎年の事だが気忙しい日々となる。定年退職して満10年、やっと年賀状の枚数を半減させた。年賀状を書きながら例年思うのは「年賀状はお正月に書くのが本当ではないのかな？」地球規模で大荒れの新年を迎える準備は、歩いてタフな健康を保つ事だ？ 一歩遊人一編集担当 和田 武年 〒270-0121 流山市西初石 6-187-43 Tel・Fax 04-7154-0170