

ほゆう

会報 6月号

平成 21 年(2009) 6 月 通算 181 号

北総歩こう会事務局・〒277-0841

柏市あけぼの 2-9-20 B902

TEL: FAX 04-7145-1620

<http://www1.u-netsurf.ne.jp/~K>

HAYASHI/hokusou/hokusoua.html



平成 21 年 5 月 20 日 平日ウオーク

『松戸市の文化財と斜面林を見よう』を担当して

コースリーダー 森 禎之

今年に入ってからそろそろコースを決めなくてはと思っていたが以前、江戸川を上流に上って行った事があった。では今回は逆に下ってみようと思い、やる時期は5月なのでそれも良かろうと江戸川を歩く事にした。又、松戸駅からスタートしたほうが集まり易いと思い松戸駅からのコースと決定し、では何をテーマとしたら良いのか？考えた。

昨年は古墳を見たので今回は文化財を見る事として、コース作りを始めた。幸いなことに石造物としては市内最古といわれる庚申塔が樋ノ口にあったのでそこを通過して江戸川へ行くことにした。タイトルとは関係ないが川の一里塚もあるので石造物を見学しながらとする。土手には何箇所か一里塚があるのでトイレは何かなるし、日陰もあるので良かろうと下見に行ったのが2月になってからだった。土手上は風も無く天気良かったのでのんびりと歩けたので、当日も天気であることを望みながら歩く。各一里塚には説明版がありそれを写す。「ふれあい松戸川」なる川もあるが土手上から眺めるだけとなる。そこにかかる橋は浮き橋とのことも後で知った。「日本の音風景 100 選」なるものがあることを知る。

柳原水閘は明治時代の煉瓦造りとなっていて、この建造物は松戸市の指定文化財となっており、貴重なものなのでゆっくりと見てもらいたいな一と思う。これより南は市川市となるので、江戸川を後にして斜面林に沿って歩くことになる。この斜面林もいつかは無くなるのではないかと思うとさびしい限りであるが、いつまでも残して欲しいものである。

野菊苑では昔を偲び田園風景を見て貰いたいと思いながら庚申塚へと向かう。この庚申塚は狭い場所なのでゆっくり出来ないのだから見て歩くだけとなる。次の矢切神社では市内でも珍しい鰻絵を見て欲しいが、屋根の上のほうなので遠くて見にくいのが難点だ。戸定が丘も外から見ただけとなるが、時間があれば中をゆっくりと見てもらいたい建物でもあるが仕方ない。あとは中央公園までただ歩くだけとなる。この公園は昔競馬場だった所だと知る人は少ないのではないかなとおもうので、ここで解散式を行いたいと思いながらまた当日の天気を心配しながら駅に向かった。

配布地図は1週間前の下見の時にやっと出来上がったが、まだ説明文が完成せず少しあせり始めた。何とか出来上がってホッとしたが、内容的には不十分であったことお詫びいたします。

当日は、天気がよく暑かったので日射病が心配となり、解散場所を戸定が丘と変更したことをお許し願います。

(コース担当 早川進 山口浩子)

地球一周 4 万キロを目指して

★ 平日ウオーク10回完歩者名 5/20(水)の平日ウオークでの10回

完歩者は6名で、昼食会場の柳原水閘で表彰されました
柴田 契さん(会員)・高野 恵右さん(会員)・栗原よね子さん(小山歩)
久保勝美さん(東京協)・上野佳恵さん(JWA)・田中宏子さん(船橋歩)

おめでとう 

09年2月28日認定者 37000km 高桑 三郎さん

26000km 九嶋 仁さん 25000km 高橋 二郎さん

8000km 今井 誠一さん

4万キロ達成は近いぞ！秒読みだ！

新入会員紹介

袖ヶ浦市在住の
日名子敏夫さん

先輩会員の皆様どうぞよろしく



利根川の土手に行く



平成 21 年 5 月 23 日 月例会

『新緑のつくば研究学園都市を歩く』を担当して

コースリーダー 神埼 武

昨年、北総歩会の役員となり、今回初めてコースリーダーをさせていただきました。参加者の皆様と役員のご協力により、大過なく終わりほっとしております。皆様に感謝しております。本当に有難う御座いました。

さて、昨年の役員会で各コースのリーダーを決める際、5月の例会は「私がやります」と率先して手を挙げました。と言うのは、2年前紅葉の時に現地を歩き、大変感激した事。そして私事ですが、女房の実家がつくば市真瀬というところで、学園都市には30年前から、ちょくちょく来ていました。つくば市の発展過程を知る者として、「これは楽勝だ」と思い、油断したのが災いし、コース地図・行程表が出来たのが4月頃でした。

「行事当日が雨の場合は？」・「周囲に研究施設が沢山あり、中には見学出来る施設があるのにウォークだけで良いのか？」の2点が最後まで心に残り、5/10の和田・川越両コース担当との下見で、筑波宇宙センターに立ち寄り、自由見学の予約と当日の雨対策として、ほんの束の間ですが、休憩地を確保し、当日を迎えました。

例会当日は、雨を心配する事も無く気温は高かったが、木々の中をウォークするところが多く、そんなに暑さを感じなかったと思います。如何だったでしょうか？直接感想を聞く事は出来ませんでしたが、間接的には好評と聞き、再び感謝感激です。紅葉の季節に、再び歩いてみたいと思いましたが・・・？
(コース担当：和田武年・川越久子)



筑波宇宙センター・ロケット前に全員集合



ふぁみりーウォーク

「ふぁみりーウォーク」の集合時間は毎回 **9:00** です。ゴール解散は **12:00** までを目途にしております。

参加費：会員 100 円・会員以外 200 円

※ **ご注意** 7月は早朝 7:30 集合です

☆ 7月 18日(土) 馬橋から松戸まで 約 7km

(担当：清水完浩)

集合：JR 馬橋駅西口

解散：JR 松戸駅

5/9 金蓮院を出発する一行→

☆ 9月 12日(土) 湖北旧道を行く ?km

(担当：菊池 靖)

集合：? 解散：?

8月はお休みです。9月の詳細は次号掲載



1. やあ！お早よう 明るい挨拶 さわやかに



例会の案内板

☆ 6月例会 日暮里・舎人ライナーを歩く 15km (コースリーダー 石原洋二)

日時/6月7日(日) 9:00 団体歩行

集合/JR 山手線日暮里駅北口3分:谷中霊園内天王寺公園

参加費/CWA 会員無料・県外歩会員&一般参加 300円

解散/15:00頃 舎人ライナー線見沼代親水公園駅(日暮里駅に出る)

コース/日暮里駅～杉野中尉受難碑～熊野神社跡～熊野の渡し跡～扇大橋駅～瑞応寺～吉祥寺～田中稲荷神社～冬木別邸跡～大聖寺(関原不動尊)～西新井大師(昼食)～玉ノ井部屋～谷在家駅～舎人公園～見沼代親水公園～見沼代親水公園駅

○ みどころ/昨年開通した日暮里・舎人ライナー線に沿って名所・旧跡を訪ねながら歩きます。熊野前の名前の元となった熊の神社跡・熊野の渡し、千葉氏の紋の有る瑞応寺、徳川幕府から朱印地五石を与えられ葵の紋のついた吉祥寺、江戸深川の豪商冬木屋の別邸跡と屋敷内に勧請した稲荷神社に始まった田中稲荷、関原の地名由来を伝える大聖寺、平安時代空海(弘法大師)が刻んだといわれる十一面観世音菩薩と大師像が安置されている西新井大師、そして舎人公園、見沼代親水公園などを巡ります。途中、大相撲の玉ノ井部屋の前を通りますが、ゴールの見沼代親水公園にも境川部屋があります。

☆ 7月例会 アサヒビール工場見学 15km (コースリーダー 菊池 靖)

日時/7月19日(日) 9:00 団体歩行

集合/つくばエクスプレス線(TX)・関東鉄道常総線 守谷駅

参加費/CWA 会員無料・県外歩会員&一般参加 300円

解散/16:00頃 守谷市役所前:出発と同じ守谷駅まで案内

コース/守谷駅(明治神宮)～一里塚～北園森林公園～守谷城跡公園～野鳥の森散策路～幸福のみち～松ヶ丘公園(昼食)～ビール工場(見学)～守谷市役所前(解散)～守谷駅

みどころ/北総歩会恒例のアサヒビール茨城工場へ。明治神宮スタート後、先ず小貝川岸、江戸時代に設けられた笠間街道一里塚を訪れる。その後、真夏の炎天を避けて北園森林公園、室町時代平将門の流れを汲む下総相馬氏により築城された守谷城の跡を巡る。続いて市民団体、小中学生等により整備された閑静な山道(野鳥観察路)を歩く。最後はビール工場にて工場見学。地上60mの試飲会場にて広大な展望を楽しむことが出来る。ショッピングもOKです。

☆ 8月例会 松戸の花火を見る 10km (コースリーダー 清水 完浩)

日時/8月1日(土) 16:30 団体歩行

集合/常磐線松戸駅西口徒歩3分西口公園

参加費/CWA 会員無料・県外歩会員&一般参加 300円

解散/20:30頃 柴又観光文化センター(最寄り駅:京成金町線柴又駅徒歩5分)

コース/西口公園～江戸川土手～水元公園(WC)～しばられ地蔵～土手花火見物～柴又観光文化センター

みどころ/暑い夏の夕方、水元公園を散策して涼を取れば貰いもの。その後名声の(評判の)しばられ地蔵にお参りして、願いを叶えて貰っては如何でしょう?土手に出て江戸川に咲く花火を満悦して下さい。

※7月・8月は例年、平日ウオークの行事を控えさせて頂いております。以下は9月以降の行事です。

★ 9月平日ウオーク 都内を歩く ?km

日時/9月9日(水)? : 00 団体歩行

(コースリーダー石原 洋二)

☆ 9月例会 諏訪道を歩く ?km

日時/9月19日(土)? : 00 団体歩行

(コースリーダー 神崎 武)

9月行事の詳細は、ほゆう7月号に掲載いたします。

北総歩会員の皆様ご存知ですか?

昭和59年(1984)3月25日に発足した利根町歩く会は、平成5年(1993)4月11日北総歩会創立時の兄貴分としてお世話になりました。それ以来、この二つの会は会員相互親睦のために、例会参加費は相互無料です。利根歩の行事への参加をどうぞ!!

ほゆうのひろば



世界マスターズレガッタで金メダルに輝く

1 昨年 (H19. 09. 08)、クロアチア国ザグレブでの大会に参加して3位に入賞した事を、ほゆう 165 (H20. 3 月)号で紹介しましたが、今回はリトアニア国の大会で優勝し金メダルを獲得との報告を頂きました。

マスターズレガッタに参加して気付いたウオーキングの効用 北総歩こう会顧問 黒河内 尚

2008年9月4日(木)から7日(日)までリトアニアのタラカイ湖で開催されたFISA(国際ボート連盟)主催のワールドローイング・マスターズレガッタに出漕して75歳超級エイトで優勝、金メダルを獲得してきました。これは国際連盟に加盟している国が代表と認めたクラブの団体と個人の年代別世界選手権といった大会です。ここ数年は4千人近い参加者で競ったのですが、今回はヨーロッパの北端と言う事で移動に手間が掛かるせいか1千人ほど少なく、我々の力は前年並みだったのですが、前年1位、2位の強豪が参加しておらず、漁夫の利を得たような優勝でした。この大会に日本は10年前から参加してきましたが、今回がクラス、団体・個人を通じて初めての選手権獲得であり、画期的なことといえます。ほとんどのクルーが持ち込みの自艇のなか、レンタルの性能の悪い艇で出漕するハンデもあって、これまで参加してきた日本選手たちは実力を発揮できず、不本意な結果を繰り返してきました。



今回の我がクルーは練習であてがわれた艇の余りのひどさにクレームをつけ、交渉の結果、地元の比較的バランスの良い艇を借用でき、ぶつつ本番でしたが本来のリズムで気持ちよく漕げたので充分満足しました。

来年の大会はニースですから強豪が一杯参加するでしょうし、我が後期高齢者クルーの漕力ダウンは目に見えており、諸般の事情から半分位脱落覚悟で、エイトメンバー編成可能かが心配です。今回の金メダルは、貴重なものとして素直に喜んで頂く事にします。

個人としては、半世紀オールを握らなかったにも拘らず漕ぎ通せたのは、40年間続けたウオーキングが役立ったと信じております。基礎体力の維持、特に有酸素運動、ごく自然に心肺機能が強化され、千メートルを息切れせず漕ぎ通せた事に、我ながら驚いております。ボート遠征の報告を終わります。

全く異なった事です。ボート競技に復帰してみて、今更ながらウオーキングの幅広い効用を体感しました。歩く事が健康促進だけでなく、競技スポーツに役立つ事を知って嬉しくなりました。改めてもっと多くの人に歩く効用を知ってもらわなければなりません。私たちのたどって来たウオーキング普及運動は充分とはいえない、漸く入口にたどり着いただけだと反省しています。盛んになったと言ってもまだ一部の愛好者が楽しんでるに過ぎない。これからはもっと広くその効用を知らしめる努力が必要です。各地の大会を推進するとともに、地味ではありますが、楽しむと同時に、周囲の人、地域社会、学校教育や社会体育に強く働きかける、そして日本全体の世論が歩く事の価値を認めるまで運動を進めなければなりません。世論が、「ウオーキングは日本を活性化するのに役立つ」と認め、ウオーキングを楽しむ環境が整えられ、スポーツとしてのウオーキングがもっと多方面に採用された時、はじめてウオーキング先進国に肩を並べる事が出来るのです。私たちの協会の会員すべてが楽しむと共に普及員であると認識して、一人でも歩く事に価値を持つ人を増やすべく、お互いに頑張ろうではありませんか。

(H20.10.09 歩遊人受付)



【編集後記】

昨年の10月に黒河内顧問から頂いていた原稿がほゆう紙面の都合で、掲載が伸び伸びとなっていた。世界大会での金メダルはすばらしい。しかも「日頃の歩け運動の成果である」とのコメントも嬉しく、我々の励みになる。4/29の第6回我孫子大正浪漫Wは好天にも恵まれ、参加者も多くて成功裏に終わった。サポーター及び役員の皆様、ご苦勞様でした。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