

ほゆう

会報 10月号

平成24年(2012)10月 通算222号
 発行/北総歩こう会・〒277-0841
 柏市あけぼの 2-9-20 B902
 TEL:FAX 04-7145-1620



行事の案内板

お願い:北総歩こう会の行事に参加される方は お弁当を出発前に必ずご用意下さい

10月例会 江戸川を歩く (自由歩行:36km・団体歩行:11km (コースリーダー 中村義久))

日時/10月28日(日) 36kmコース:7時~8時受付順出発・11kmコース:9時受付

参加費/CWA加盟団体無料・その他300円

集合/36kmコース:JR線松戸駅西口ペDESTリアンデッキ・11kmコース:松戸駅西口公園(松戸駅徒歩3分)

解散/36km:12時~16時ゴール受付 松戸駅 11km:14時頃 浅間神社(流鉄線流山駅へ徒歩5分)

コース/36km:松戸駅~江戸川土手~葛飾橋~玉葉橋~江戸川左岸~松戸駅

11km:西口公園~江戸川土手~赤城神社(昼食・WC)・光明院・一茶双樹記念館・近藤勇陣屋跡・閻魔堂・常与寺・浅間神社(解散)~流山電鉄流山駅へ(案内)

○ **みどころ** 江戸川を自由にてく歩くのもよし! 知ってました?流山の名称の由来、流山が県庁所在地だったこと、千葉大学発祥の地だったこと等々...団体歩行で一挙に解決しますよ。

☆11月例会 宇宙から万博 ~つくばの銀杏並木を歩く 14km (コースリーダー 竹渕房夫)

日時/11月18日(日) 9時00分 団体歩行 **参加費**/CWA加盟団体無料・他協会及一般300円

集合/中央公園(つくばエクスプレス線つくば駅A2出口徒歩1分)

解散/14時30分頃 万博記念公園駅前広場(駅へ徒歩1分)

コース/中央公園~筑波宇宙センター~洞峰公園~手代木公園(昼食)~松代公園~科学万博記念公園

○ **みどころ** 晩秋のつくば市内の街路樹の紅葉・筑波宇宙センターを見学し、心和む紅葉の小路の散策から科学万博記念公園のイチョウ(黄葉)を觀賞します

☆11月平日ウオーク 文学散歩・樋口一葉 13km (コースリーダー 軍地恒四郎)

日時/11月21日(水) 9時30分 団体歩行 **参加費**/会員100円・CWA200円・その他300円

集合/礪川公園(東京メトロ丸ノ内線・南北線後楽園駅4b出口左正面)

解散/14時30分頃 一葉記念公園(東京メトロ日比谷線三ノ輪駅へ徒歩8分)

コース/礪川公園~一葉終焉の地碑~法真寺内一葉会館(見学予定)~根津神社(昼食・WC)~千束稻荷神社~鷺神社(WC)~一葉旧居跡~一葉記念公園

※解散後、希望者は隣接の一葉記念館へ(特別展有り、21日~23日入場無料)

○ **みどころ** 今年は一葉生誕140年にあたる。明治29年11月23日没。貧困に苦しんで夭折した明治期の天才女流作家が、五千円紙幣の顔に採用されたのは皮肉だが、その人気は衰えていない。

☆12月平日ウオーク 結縁寺の里山を歩く 13km (コースリーダー 石井信次)

日時/12月5日(水) 9時00分 団体歩行 **参加費**/会員100円・CWA200円・その他300円

集合/駅前広場(北総鉄道線印西牧の原駅徒歩1分)

解散/14時30分頃 駅前広場(北総鉄道線千葉ニュータウン駅へ徒歩1分)

コース/印西牧の原駅~そうふけふれあいの里(WC)~草深の森~結縁寺~松崎台公園(WC)~船穂コミセン(昼食・WC)~県立北総花の丘公園~千葉ニュータウン駅

○ **みどころ** 朝日新聞の“日本の里100選”の千葉県2箇所の一つで、冬枯れの内、『結縁寺の里』と『県立北総花の丘公園』を歩きます。

12月例会 同行二人～東葛印旛送り大師の道を歩く (1) 16km (コースリーダー 中村義久)

日時/12月9日(日)9時30分 団体歩行 参加費/CWA加盟団体無料・その他300円

集合/長全寺(常磐線柏駅徒歩7分)

解散/15時00分頃 手賀沼公園(常磐線我孫子駅～徒歩10分)

コース/柏駅～長全寺～呼塚大師堂～正光寺～福満寺～不動堂～泉蔵寺～長栄寺～石尊社跡～如意寺～手賀沼公園～我孫子駅

○みどころ このコースは「四国八十八ヶ所東葛印旛大師霊場」85.87kmをシリーズで巡る第1回目の行事です。この札所を「東葛印旛大師講」の皆さん達は毎年5月1日～5日にかけて約2,000人の人達が巡拝しています。歴史的にも200年以上続く貴重な民俗行事です。是非ご参加ください。心が洗われますよ!



ふあみりーウオーク

集合時間は毎回9:00 解散は12:00頃 参加費:会員100円・会員以外200円

☆ 10月20日(土) 古墳にコーフン! 我孫子の古墳めぐり

約8km (担当:中村義久)

集合:JR線我孫子駅北口 解散:JR線天王台駅

☆ 11月10日(土) 北園森林公園から野鳥の森散策(守谷)

約7km (担当:山口浩子)

集合:つくばTX線 or 常総線守谷駅前広場 解散:常総線南守谷駅

☆ 12月15日(土) 太田道灌から徳川家康まで

約9km (担当:石原洋二)

集合:JR線日暮里駅北口 解散:JR線両国駅(江戸東京博物館)



9/15 21世紀の森と広場

平成24年9月16日 CWA行事ちば七廻道ウオーク・水辺コース



『鮭の来た川～大堀川』を担当して

コースリーダー 軍地恒四郎

出発式を終えて手賀沼公園をスタートして間もなく、黒雲が空を覆い始め、霧雨が頬にかかる。天気は非常に不安定なのだ。沖縄を通過中の台風の影響もあるのだろう。しかも9月中旬というのに、30度前後という暑さ。

幸い雨はざあっと降ることはなく、日が陰ると気温が2～3度下がるようにも感じられた。今回はCWA(千葉県ウオーキング協会)が主催、北総歩が主管するちば七廻道めぐりウオークの中の水辺コース。因みに七廻道とは、「磯味、花海、緑、渚、歴史、水辺、未来」の七つのコースを加盟の各歩こう会が割当を受けて主管している。この日はまた、地元のケーブルテレビの取材が入った。参加者は201名。北柏ふるさと公園を抜けると、大堀川の遊歩道に入る。遊歩道が整備されて競技用自転車の往来も増えている。役員が懸命に片側通行を誘導する。昼食は高田近隣センター前の緑地。大堀川へ下りる石段もあり格好の昼食場所だが、雨だったらと思うとぞっとする。雨で無く本当に良かった!。大堀川に架かる新堤橋には「ここが鮭の産卵場所」との表示があった。新堤橋を渡り、橋の上から鮭の産卵場所を確認する。ただ鮭の産卵時期は11月下旬から12月初旬のため、鮭の姿を見ることは出来なかった。こんな小さな川まで鮭が遡上してきたと思うと少し感動する。予定時間より早めの13時無事蒸気機関車のある柏西口第一公園にゴール。季節外れの猛暑、さらに湿度の高い中を参加してくれた皆さん、そして安全歩行を誘導していただいたCWA役員・北総歩役員の皆さんありがとうございました。(コース担当 竹渕・九嶋・川越・加藤)



新堤橋より鮭の産卵場所を覗き込む参加者

歩いて知った英国の歩行文化 (3/5)

北総歩こう会顧問 黒河内 尚

3. ウォーキングが生活習慣として身につけている英国人



颯爽と歩く黒河内顧問

もともと英国人はアウトドアライフを好む民族である。ラグビー、サッカー、テニス、ゴルフ、ボート、ポロ、ホッケー、クリケット、等々英国発祥とされるアウトドアスポーツは多い。彼らは世界各地に進出しても、アウトドアライフを楽しみ、広めたからこそ、これらをワールドスポーツとして発展させ今日に至ったと言える。

英国人のライフスタイルはシティサイドの生活とカントリーサイドの生活の併用にある。シティサイドは働く場であり、懸命に仕事をすることに徹する。カントリーサイドで趣味に生き、人生を充実させる。カントリーサイドでアウトドアの生活を楽しむことこそが英国であり、シティサイドは英国では無いとさえ言われている。カントリー

サイドを訪れる英国人は60%(政府調査機関：カントリーサイドエイジェンシー)との統計資料がある。

カントリーサイドでの過ごし方は人により千差万別で、スポーツに限らず、日光浴や釣りであったり、木陰の読書やガーデニングだったりするが、これらのうちカントリーサイドでウォーキングを楽しむ人は30%以上とされている。カントリーサイドで過ごす根っこにあるのはレ・クリエーション「再・創造」思想である。人間は働き詰めでは生きていけない。仕事に打ち込み成果を収めるには自分をレクリエーション(再創造)することが必要であり、レクリエイトするには、カントリーサイドでのレクリエーションが最も効果があり、シティサイドでの充実した生活を支える。シティサイドの生活がカントリーサイドを求める。シティサイドとカントリーサイドは人生にとって双方必要欠くべからざるものであるというのが英国人の考え方である。そして、カントリーサイドライフにとってフットパスは無くしてはならないスペースなのである。

機械化が進み、環境が変化すればするほど、英国人は自然を大切にしようとする意欲が強く、カントリーサイドを楽しむスペースの確保は重要な課題である。都会では公園であり、地方では川べりであったり、牧場や丘となる。そしてそれらを繋げているのがフットパスである。フットパスはまさに歩きたくなるみちであり、このみちが英国のウォーキング愛好者を生み、支えていて、ウォーキングは生活習慣の中にごく自然に取り込まれてきた原因である。また生活習慣であるからこそパブリックフットパスが現存しているともいえよう。



面白いトイレの案内標識

英国人はとにかく良く歩く。彼らのウォーキングの楽しみ方は様々だ。日本のように健康のためという発想は余り無い。知識人は思考の場として、また発想の転換や、新アイデアを生む機会としてウォーキングを活用しているようだ。地球7周分歩いたとされるワーズワースは歩く中で自然と触れ合い感性を呼び覚まし、西行や芭蕉のように詩を吟じた。ジョージギッシングは歩きながら景色を眺め、思索に耽ったり、時には偶然出会った人と触れ合い、会話を交わすことを楽しみ創造力を養ったとエッセイに記している。シェイクスピアはその著作でハムレットに歩きながら人生哲学を思考させたりしている。歩くことは頭脳の活性化を促進する効果がある。一般の英国人は、歩くことで、素朴に自然と触れ合い景観を楽しみ、職場のストレス解消、人との出会い、家族との意思の疎通やサービスに役立てたりしながら、自らの活力を養っている。また招待客に最寄のフットパスを歩いて貰うことをおもてなしとして

いるとも聞いている。案内された方は今度は自分の地域のフットパスを自慢し、案内の約束をして帰るという。どちらにしても歩くと言うことはリクエストすることであるということに他ならない。

英国人に共通して言える事は、自然の緑に対する憧憬、ありのままの自然や、古いものをあるがままに残すことへの執着が強いように思う。パブリックフットパスが昔のままの姿で存続していると言うのも、こういった国民性によるものなのであろう。

4. ランプラーズ協会について

英国のウオーキング、そしてフットパスについて語る時、ランプラーズ協会の果たしてきた役割について触れない訳には行かない。

R a m b l e r とは日本ではウオーカーに相当する。語源はR a m b l e 散歩、野や山を歩く、歩くために歩くと言うニュアンス。のろのろ、ぶらぶら歩きはA m b l e、スポーツのトレーニングや時速8km以上の猛烈歩きはS c r a m b l e である。一般用語としてのウオーキングは移動手段を意味するのだが、スポーツ用語でのウオーキングは競歩種目のことである。競歩の協会と区別する意味でランプラーズ協会を名乗ったのだろう。

先に述べたように 1932 年キンダースコット事件が発生し、これをきっかけに、全国各地にあったウオーキングサークルを統一して 1935 年にランプラーズ協会は設立された。その目的は歩く権利を守ると言うことにあり、現在の会員数は 13 万人、ロンドンに本部があり、職員 45 人が勤務しており、環境省管轄の協会である。自然環境保護の一環としてパブリックフットパスとその周辺の歩行環境を守る活動を推進して 70 余年、フットパスの設定や認定手続き、フットパスの整備とそこから眺める景観の保護にもあたり、時には地権者と歩行者間のトラブル解決に奔走したり、フットパスのパブリックルート変更を具申したりすることも主業務である。勿論ウオーカーのために資料提供、パンフレットの作成、頒布等のサービスにも力を尽している。活動資金を得るためウオーキング大会も開催して、ウオーキングの普及活動に役立てている。要約すれば歩行環境を守ることを主業務とする協会である。



ランプラーズ協会を表敬訪問



英国の女性ウオーカーは元気だ

《ランプラーズ協会会員数推移》

1935 年	協会設立 1,200 人
1966 年	15,000 人
1988 年	36,000 人
1993 年	76,000 人
2006 年	130,000 人

参考 日本におけるウオーキング動向

1935 年	大谷武一（東京高師教授）歩くことの心身への効用を論文で発表
1964 年	東京オリンピック開催（社）日本ウオーキング協会設立
1987 年	※国際マーチングリーグ発足加盟（国際ウオーキング大会のリーグ）
1993 年	※日本市民スポーツ連盟設立
2006 年	日本ウオーキング協会会員総数 35,000 人

※国際マーチングリーグ（IML）：東京に世界の主要ウオーキング大会の主権者代表が集まり 8 カ国 8 大会を公式大会としたリーグを結成。2006 年現在では 22 カ国 24 大会で開催されている。

※日本市民スポーツ連盟（JV A）：国際市民スポーツ連盟（IV V 本部ドイツ）に日本として設立加盟した。連盟認定のコースを設定し、愛好者が好きな時に規定コースを歩いて、歩行回数、歩行距離を認定し規定による累積回数・距離で表彰する制度がスタートし、ウオーキングを市民スポーツとして広める運動を推進している。（つづく）（2006. 09. 14 記）

柏市ウォーキングネットワーク：秋の交流会

【ご注意】この行事は北総歩こう会主催行事ではありませんので、完歩証・IVV等はありません

☆ 大堀川の源流を求めて 距離：約 10 km 主 菅：北総歩こう会
 日 時／12月2日(日) 9時00分 団体歩行 参加費／一律 300円(傷害保険&資料代)
 集 合／東武野田線 豊四季駅前 解 散／東武野田線 初石駅 14:30頃
 コース／豊四季駅～諏訪神社(WC)～成頭寺～大堀川遊水池～柏消防西原分署(WC)～旧陸軍部隊営門跡
 ～法栄寺(WC)～鎌木学校発祥の地～ほたる池～柏の葉公園(昼食・WC)～西十余二公園(WC)～初石駅

平成 24 年 9 月 26 日 月例会



『都内・深川の親水公園めぐり』を担当して

コースリーダー 中山 弘

この行事の担当に決まったとき、墨田区は子供時代から成人するまで過ごした土地、隣の江東区深川は何かと遊び歩いた所なので コースのイメージを描く事が出来た。タイトルからコースを作るのには 川沿いの遊歩道が上手く繋がるか？ 地図を広げて見た。

徳川家康は入府するとすぐに塩や物資などの搬入や木材の運搬のための水路を縦横に開削した。この運河が江戸の発展の大きな力になったのは、先人たちの大いなる知恵であった。コースは両国駅付近を起点とした。近くの森下文化センターの中にはのらくろ館が有り、会員の平均年齢から懐かしく思われる方も多いと思い、トイレ休憩を



江戸東京博物館広場をいざ！出発

兼ねて立ち寄りをお願いしてきた。

初めの下見の際には小名木川遊歩道は工事中で通行禁止になっていたが、工期が8月中旬までと表示してあったので胸をなでおろした。二回目の下見の時 今度は大横川に架かる橋の架け替え工事で当分の間遊歩道の一部が通れなくなっていた。仕方なく外側の道路を歩く事にした。その後の仙台堀川や横十間川は予定どりのルートを歩けたのでホッとした。昼食予定地の猿江恩賜公園は屋根のある所が無いので心配だったが、幸い天気恵まれて良かった。コース終盤に由緒ある亀戸天神社に詣で

今回の締めくくりのポイントとしてゴールの錦糸公園に向かった。のらくろ館や表情の違う4本の運河はいかがだったでしょうか？

本日の参加者の皆様と役員のご協力に感謝いたします。
(担当:中山祐子・山口浩子)



小名木川新高橋付近を行く

☆ 感謝！感謝！感謝！ ☆

会員の川越久子様より「会員に連絡する資料の郵送にお使い下さい」と、大量の郵便切手をご寄付して頂きました。

おめでとう



2012年7月30日現在 会員の認定者

35000 km 九嶋 仁さん(前会員)藤井順一さん
 22000 km 山下 浩さん 5000 km 森 禎之さん
 地球一周4万キロを目指して頑張ろう♪♪

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！！

ほゆるのひろば



千葉県水辺一周歩けの旅

(注) 地図も文中の地名もこのウオークを実施した平成2年当時のもので、市町村合併が進んだ現在とは相違します。

2月10日 (日) 8日目 佐貫町駅～館山市さつき荘 48km 北総歩会員 和田武年



いとや旅館を5:30に起床して、東京湾観音に見送られて6:00に出発した。上総湊駅で朝食を取る。どうも天気が下り坂に向かっているようなので、先を急ぐ事にする。浜金谷駅で9:30休憩する。浜金谷を過ぎると進行左は鋸山の名勝地と日本寺の名刹がある。そして右手には海岸



8日目 途中の浜金谷駅で

が続き景色はすこぶる良いのだが、道草をしてもられない。出発から35kmの富浦小学校で13:00～13:30校庭で昼食にした。とうとう小雨が降ってきた。雨の中をひたすら進み、16:00館山市塩見にあるさつき荘に着いた。早速お風呂に入り、夕食時にはビール3本とお酒6本は昨日と同じだった。

2月11日(月) 9日目 館山市塩見～千倉駅 38km

良い天気だ。6:00に宿の奥さんに見送られて出発した。この旅を始めて宿の人に見送られて出発するのは初めての経験になる。海から昇る日の出は何回見ても感激を新たにす。めったに來れないであろう洲崎灯台で写真を撮る。房総フラワーラインは、菜の花が真っ盛りで素晴らしい。ここでも写真を撮る。出発して23km野島崎灯台で11:00～11:30お昼の食事をした。



ここから千倉駅までは日本ウオーキング協会恒例の「南房総フラワーマーチ」で歩き慣れた道である。車の多い県道「白浜・南三原線」は避けて海岸寄りの道を歩いた。天気も良いしお花畑を楽しみながら14:20に千倉駅にゴールした。時刻表を見ると14:30発の上りがあるので、慌てて駅前の店で缶ビールを調達して、電車に乗り込んだ。今回、鴨川～千倉間が抜けたが、もうすぐ開催される



9日目 房総フラワーラインを歩く

「南房総フラワーマーチ」に参加する時に、1日早く来て繋げようと思っている。



9日目 野島崎灯台で

【編集後記】 来年度の事業計画(案)が固まりつつある。創立20周年の記念事業と2月の総会時には役員の変更も控えていて、来年は年初から忙しい事になりそうだ。野田さんの判断で国の行く末が??を教訓に、我々は北総歩こう会の創立20年以降の明るい展望を次世代に残したい。時は秋、歩けの季節になった！-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