

北総歩こう会

ほゆう

会報 4月号

平成30年(2018)4月 通算288号
発行/北総歩こう会・広報
〒277-0861 柏市高田1243-4 竹瀝方
E-mail takebuchi2155@outlook.jp



ウォーキング行事の案内板

お願い◆受付開始時間は集合時間の30分前からになります。(例会、平日W、北総いきいきW:H27.9.27より)
◆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ください。
◆荒天、災害、積雪、交通機関の事故等、行事の中止が予想される時には別途ご案内の通り、必ず確認をしてから参加をしてください。(会員限定→メール連絡サービスあり→ホームページより申込んで下さい。)

★集合場所変更のお知らせ 4/21(土)新花公園(東京メトロ千代田線 湯島駅3番→5番出口 徒歩4分)

☆4月特別行事 第15回大正浪漫ウオーク in 手賀沼 30/20/10/6km 全コース:自由歩行

【美しい日本の歩きたくなるみち500選 千葉12-01】 <<Cリーグ対象ウオーク>>

問い合わせ先 04-7145-1620(中山)

日時/4月29日(日) 自由歩行:30/20km(受付開始)8時~8時40分迄集合→出発式→9時出発
自由歩行:10/6km(受付開始)9時~9時40分迄集合→出発式→10時出発

集合・解散/手賀沼公園(JR常磐線 我孫子駅南口 徒歩10分) ※案内人有り

ゴール時間/12時00分~16時00分(最終ゴールは16時迄です)

参加費/事前:400円(4月15日締切)

当日:700円(我孫子市・柏市の市民は500円) 中学生以下無料(但し小学生は家族同伴要)

※当日参加の場合、記念品等がなくなることが有ります。事前申込をお願いします。

コース/30km:500選のみち、大正浪漫の各施設、手賀沼一周+湖北台、古利根、谷津田まで歩きます。

20km:500選のみち、大正浪漫の各施設、手賀沼一周+谷津田を歩きます

10km:500選のみち、大正浪漫の各施設、手賀沼に沿って西側半周を歩き、手賀大橋を渡ります。

6km:500選のみち、大正浪漫の各施設、手賀沼遊歩道とハケの道を歩きます。

★杉村楚人冠記念館、白樺文学館、鳥の博物館の入場料金は300円です。

○みどころ 風光明媚な手賀沼の眺めと水鳥の楽園・白樺派の文学・歴史を訪ねてのウォーキングはいかがですか。今年で15回目となる人気のコースです。今年全コースとも昨年の逆コース(反時計廻り)にしました。6kmコースはご家族、お友達と大正浪漫関連の施設見学がゆっくりと楽しめるように作りました。途中には本年「当会25周年記念植樹」をした八重桜もあります。是非ご覧ください。

◆事前申込を受付中です。詳細は「第15回大正浪漫ウオーク in 手賀沼」チラシをご覧ください。

★事前受付は4月15日までです。まだの方はお急ぎください。

☆5月平日ウオーク 清水公園につつじを見に 自由歩行/団体歩行 14km(コースリーダー竹瀝房夫)

<<Cリーグ対象行事>>

☎090-8725-1355(竹瀝)

日時/5月10日(木)9時00分迄集合 参加費/北総歩100円・CWA加盟団体200円・その他300円

集合/運河水辺公園(東武野田線 運河駅 徒歩6分)

解散/14時30分頃 川間駅南中央公園(東武野田線 川間駅 徒歩8分) ※自由受付 11:00~14:00

コース/運河水辺公園~みずき公園(WC)~櫻木神社(WC)~櫻のホール(WC)~花野井住宅~清水公園(昼食・WC)~香取神社~川間駅南中央公園(解散式・WC)~川間駅

○みどころ 新緑の野田市の田園地帯、市街地と歩きます。野田市最古の神社、幸せの桜咲く櫻木神社に参拝、国指定重要文化財の花野井住宅の見学、清水公園の満開のつつじ観賞と盛りだくさんです。

★注目:コース地図を読んで歩ける方は自由歩行でお楽しみください。

今回のコースには矢貼りは無し、誘導案内人もおりませんので必ず地図をよく見て歩いて下さい。途中、チェックポイントが有りますので必ず、チェック印を受けてください。

★5月例会 東葛の中世城郭 松戸編 団体歩行 13km (コースリーダー 渡邊博史)

☎090-7722-0821(渡邊)

日時/5月27日(日) 9時00分迄集合 参加費/CWA加盟団体無料・その他300円

集合/松戸西口公園 (JR常磐線 松戸駅西口 徒歩5分)

解散/14時00分頃 赤城神社 (JR常磐線各駅停車 新松戸駅 徒歩5分)

コース/松戸西口公園(WC)～戸定が丘歴史公園(WC)～松戸中央公園(WC)～松戸市役所近辺～風早神社近辺～北松戸駅東口方面～とのやま公園(昼食)～中根立体入口近辺～馬橋駅東口方面～三日月(みこぜ)近辺～幸谷近辺～赤城神社

○みどころ 古のもののふ(武士)が一所懸命守り抜いた城郭も、後北条の小田原を攻め落とし天下を統一せんとする豊臣秀吉の一大軍勢により、相次ぎ落城。風薫る五月、往時を偲んで松戸地区の中世城郭を巡ってみませんか。

★6月平日ウォーク 芭蕉を歩く 千住宿～草加宿 団体歩行 12km (コースリーダー 軍地恒四郎)

☎090-6654-2253(軍地)

日時/6月6日(水) 9時30分迄集合 参加費/北総歩100円・CWA加盟団体200円・その他300円

集合/東京電機大学前広場 (JR常磐線 北千住駅北改札口東口(電大口) 徒歩2分)

解散/14時30分頃 綾瀬川左岸広場 (東武伊勢崎線 獨協大学前<草加松原>駅 徒歩10分)

コース/東京電機大学前～芭蕉石像～矢立初めの句碑(WC)～千住新橋～ベルmont公園(WC)～保木間公園(昼食・WC)～草加松原～矢立橋～綾瀬川左岸広場(解散式・WC)～獨協大学前<草加松原>駅

○みどころ 元禄時代、45歳にして弟子の河合曾良を伴い江戸から奥州を経て北陸をまわり、岐阜大垣までを約6か月で踏破した芭蕉の「奥のほそ道」の第一歩、千住から草加松原まで歩きます。

★6月例会 25周年記念ウォーク 団体歩行 10km (コースリーダー 渡邊博史)

☎090-7722-0821(渡邊)

日時/6月10日(日) 9時00分迄集合 参加費/CWA加盟団体無料・その他300円

集合/手賀沼公園(東屋前) (JR常磐線 我孫子駅南口 徒歩10分)

解散/11時30分頃 ハート柏迎賓館 (JR常磐線 柏駅 徒歩=1.4km 20分:シャトルバス15分)

コース/手賀沼公園～25周年記念植樹(八重桜)前～手賀大橋～道の駅しょうなん～北千葉導水ビジターセンター(WC)～柏ふるさと公園～ハート柏迎賓館

○みどころ 当会のホームグラウンドである手賀沼周辺を散策します。大正浪漫ウォークでおなじみのコースとなります。本年当会で記念植樹を致しました「八重桜」を見ながらゆったり歩きましょう。

午後から創立25周年記念式典・祝賀会があります。午前中解散の為、昼食の準備は不要です。

★記念式典・祝賀会に参加されない方もウォークは通常の例会ですのでお気軽にどうぞ！

ウォーキング初心者の方、体力に合わせ短い距離を歩きたい方にお勧めです。(団体歩行)



北総いきいきウォーク

ウォーキングの基本を学び、歩く楽しさが味わえて仲間ができます。

参加費/会員無料(月例会等参加票提出)・会員以外300円(傷害福祉一般参加制度費含む)

※中学生以下無料、小学生以下保護者同伴でお願いします。★昼頃には解散します。

※事前申し込みは不要です。当日、直接集合場所に歩ける服装、靴でおいでください。

★集合場所変更のお知らせ 4/21(土)新花公園(東京メトロ千代田線 湯島駅3番➡5番出口 徒歩4分)

★5月19日(土) 観音寺の花を見に行こう 約6km (コースリーダー 和田武年)

☎04-7154-0170 (和田:20時までにお問い合わせ)

集合:高柳近隣センター(東武野田線 高柳駅 徒歩5分) 9時00分迄集合

解散:逆井第2公園(東武野田線 逆井駅 徒歩5分) 12時00分頃

コース:高柳近隣センター(WC)～庚申塔～福寿院・観音堂～善龍寺・五葉松～逆井運動場(WC)～花の観音寺～逆井第2公園

○みどころ 観音寺の本尊様は寺名に反して不動明王です。牡丹で有名な、奈良県桜井市の総本山長谷寺の末寺になります。広大な境内と四季折々に咲く多くの花で埋めつくされ、地域の人々の心のオアシスになっております。境内には土村逆井の歌人、館山一子の歌碑があります。

★6月16日(土) 新京成電鉄 一駅の旅(シリーズ①) 約7km (コースリーダー 平野利夫)

☎ 04-7133-1589 (平野)

集合: 鎌ヶ谷本田公園 (新京成線 鎌ヶ谷大仏駅南口 徒歩5分) 9時00分迄集合

解散: 八幡神社 (新京成線 鎌ヶ谷大仏駅北口 徒歩2分) 11時50分頃

コース: 鎌ヶ谷本田公園～延命寺～根頭神社～南部公園(WC)～妙蓮寺～囃子水七面堂～清田家の墓地～鎌ヶ谷大仏～八幡神社

○みどころ 新京成電鉄線の京成津田沼から松戸間の24駅(26.5km)のうち、鎌ヶ谷市と松戸市にある13駅をターゲットに1駅のウォークです。みどころの少ない駅では複数駅間の可能性あり。第1回目は、日本一小さな大仏ながら駅名にもなった“鎌ヶ谷大仏駅”を選びました。集合場所にトイレは有りません。ご注意ください。

北総歩こう会の情報



インフォメーション

●平成31年度行事(案)募集

皆さんからの行事コース提案をお待ちしております

北総歩こう会では「平成31年度行事(案)を募集」しています。名所・旧跡・景色が良い、話題になっているなど是非歩いてみたいところ、過去に歩いて良かったのもう一度歩いてみたいコース、友人知人に聞いて歩いてみたいコースなど皆さんで歩いてみたいコース案を適当な用紙に書いて、4/11(水)平日ウォーク、4/21(土)いきいきウォーク、4/22(日)例会ウォーク、4/29(日)第15回大正浪漫ウォーク in 手賀沼のいずれかの行事の日に遠藤運営委員長(又は近くの役員)に提出をお願い致します。

●スポーツオーソリティ 10%OFF サービスが終了になります

会員の特典として、全国のスポーツオーソリティ店舗で会員証を見せるだけで10%OFFになるサービスは2018年5月31日をもって終了となります。終了以降は「WAON POINT カード」をご利用ください。

☆ WAON カードはスポーツオーソリティの店頭でお渡しします。今後は5%割引+ポイントの特典になります。

●平日ウォーク完歩者表彰

3月7日(水)平日ウォークで認定、表彰されました。おめでとうございます。

90回 北総歩 平沢信三さん	50回 北総歩 矢田貝君子さん	30回 北総歩 太田昌秀さん
30回 いちかわ歩 中村廣行さん	20回 北総歩 西田久美子さん	20回 船橋歩 堀口友勝さん
20回 ちば歩 野々宮知子さん	20回 いちかわ歩 川辺順子さん	20回 一般 栗田伊三雄さん
10回 北総歩 小金井寿さん	10回 北総歩 青木 茂さん	10回 東京W 峰島日出夫さん
10回 取手市歩 吉田せつ子さん	10回 一般 植田芳江さん	10回 一般 植田勝郎さん

●I V V回数記録認定者 (ウォーキングライフ 2018年3-4月号掲載)

2800回 久保田義貞さん	2000回 中山 弘さん	1400回 矢田貝君子さん	1200回 磯谷茂代さん
500回 荒原恒子さん	300回 新 光夫さん	100回 関根 徹さん	

●I V V距離記録認定者 (ウォーキングライフ 2018年3-4月号掲載)

40000km 中山 弘さん	35000km 中村明弘さん	22000km 矢田貝君子さん
18000km 磯谷茂代さん	15000km 掛川 洋さん	9000km 荒原恒子さん
6000km 五十嵐美智子さん	6000km 小濱度子さん	5000km 新 光夫さん

●会員募集中

北総歩こう会に入会されますと友人も増え、それに年会費の中で保険(参加中のケガのほか熱中症も補償)にも加入でき、例会及びいきいきウォークは参加費無料、平日ウォークは100円とお得な上に、手賀沼ウォーキング教室参加券(1回分)の贈呈。会員の皆様の周りで、当会に入会していない方がおられましたら是非お勧めください。入会案内、入会申込書は行事に参加されたときに役員に声をかけていただくか、「北総歩こう会」のホームページから印刷する事ができます。

●予告：北総歩こう会創立25周年記念式典・祝賀会を6月10日（日）に行います。

対象：本年1月末までの入会者 詳細：総会時にお渡しの「創立25周年記念式典・祝賀会のご案内」をご覧ください。**式典・祝賀会の出欠申し込みは4月30日まで**です。お早目の申し込みをお願いします。



新役員紹介

2月24日（土）に北総歩こう会平成30年度定期総会が開催され、新役員1名（佐々木のぶ子氏）が承認されましたのでここに紹介をさせていただきます。今後ともよろしく願いいたします。

佐々木のぶ子氏（会員番号 H-905）

この度の総会で新役員としてご承認いただき、真新しい制服・制帽を前にこれから新しい日々が始まるのだなあと、少しばかり緊張しているところでございます。

振り返れば何気なく参加した地元の初歩きで、ミカンや甘酒を振舞われながら、10キロほど歩いたのがそもそも・・でした。ゴールし、疲れるどころか味わったことのない“爽快感”に包まれ、なに？この感覚？と戸惑ったのを覚えております。

その後書店で JWA の会員募集の記事を目にし、入会したのも縁なのでしょう。各会場でお会いするお世話役の役員さん方のきびきびした振舞い、フレンドリーな笑顔に魅せられ、楽しみの幅を広げようと指導員養成講座に参加、そのご縁でCWAの幹事会のメンバーとなり、5年前北総歩にも入会させていただきました。「明楽和」を信条とする会の役員の一員として、歴代の役員の方々の弛まぬボランティア精神のご意思を感じつつ努めてまいりたいと存じます。

自分の2本の足だけで、器具も必要ない、お気に入りの靴に足を入れ玄関を出ればそこが会場。シンプルだけど奥の深いウォーキングの普及に少しでも役に立てればと考えます。皆さま今後ともどうぞよろしくお願い申し上げます。



平成30年2月25日 例会ウォーク

『市川大野から戸定邸』を担当して

コースリーダー 染谷 勇

142名の皆様にご参加いただきました。有難うございました。お礼申し上げます。

当日は、前日の温かさで違い曇りで肌寒い一日となりましたがスタート後の大町自然公園はいかがだったでしょうか、新緑や紅葉の季節は当然のことですが冬の自然公園も良かったのではないのでしょうか。

今回のコースは、団体歩行としてはトイレの数か少なく間隔が長くなり、ご不便をおかけしましたことをお詫びいたします。途中和名ヶ谷スポーツセンターで昼食、11km コースはゴールとし、16km コースはゴールの松戸西口公園に向かいました。途中の戸定邸内では紅梅が満開でしたが、白梅との共演が見られたらもっと良かったと思えました。

当日は、千葉大の試験日の為校内に入れず、一部コースを変更いたしましたが無事に終了することができました。参加者の皆さん、役員・協力員の皆さんのご協力のお陰です。本当に有難うございました。お一人つまずいて転んだ方がおられ心配しておりましたが治療の結果良好とのことでした。

（担当：渡邊 博史・平野 利夫）



戸定邸に入る参加者

~~~~~  
**【編集後記】**寒い寒いと思っていたら、急に暖かくなりあっという間に桜が開花、満開となってしまいました。1年前に桜の開花を考慮して計画された「お花見ウォーク」が開花に間に合わなかった行事も多くあったと思います。皆さんは今年のお花見は十分楽しめましたか。駆け足で進む春、これからチューリップ、つつじ、八重桜、新緑とウォーキングに出かけるのが楽しみな季節です。当会の最大行事「第15回大正浪漫ウォーク in 手賀沼」も準備が順調に進んでおります。お友達を誘って、参加して是非楽しんでください。お待ちしております。ところで皆さんは定期的に健診を受けていますか。早期発見、早期治療で快適なシルバーライフを楽しめるよう、自分の健康を過信せず、是非ご自分のお体の定期的なチェックとケアをお勧めします。ご自愛ください。 <歩楽人>