

ほゆう

会報 1月号

2019年 1月 通算297号

発行／北総歩こう会・広報

〒270-1447 柏市手賀の杜 1-1-21 染谷方

E-mail teganomori-someya@jcom.home.ne.jp



年頭の御挨拶

北総歩こう会 会長 中村 義久

会員の皆様及び北総をご支援の皆様！明けましておめでとうございます。
皆様方には、平成31年の新春をお健やかに迎えのこととお慶び申し上げます。

さて昨年は私ども役員にとりましては25周年のイベントもあり大変忙しい1年でした。1月早々にはWSTの新6コースの開設から始まり、ウォーキングの実施、例会・特別・平日・いきいきの通常ウォークだけで37行事それにWST案内2回・25周年バスW2日間・手賀沼ふれあいW等を追加すると42行事を実施しました。また25周年行事として記念植樹も手賀沼の湖畔に実施しました。記念式典では111名の参加者を得ておおいに会員同士の親睦を図ることが出来ました。25周年記念バスWはバス2台を連ね80名の参加の基に、これまた大変盛り上がりました。社会貢献活動に於きましては「西日本豪雨」「北海道胆振東部地震」の義援金活動2回及び今年から役員の正式活動として「手賀沼ふれあい清掃」への参加も実施しました。



このような積極的な活動が評価されたと思いますが、昨年からは当会がJWAの代議員へ推挙され千葉県を代表する会(CWA・ちば歩・当会)となりました。おまけに私はJWA社員総会の場において全国32名中の1名として個人功績表彰も受けることが出来ました。またCWA40周年記念式典の場におきましてはCWA推薦で私と佐々木のぶ子氏、当会推薦で和田武年氏と石原洋二氏も感謝状を頂くことが出来ました。

これら全ては役員・協力員の皆様の献身的な支えのお陰です。心より感謝を申し上げます。

最後になりましたが、本年も会員の皆様、ご支援の皆様にとりまして、健康で良い年であることを祈念し、年頭の挨拶とさせていただきます。



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:2015.9.27より)

◆北総歩こう会の行事に参加される方は、事前申込は不要です。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。)

☆2月平日ウォーク 旧日光街道から越谷レイクタウンへ 11km 団体歩行

(コースリーダー 平野 利夫)

☎ 04-7133-1589(平野)

日時／2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／浅間神社(東武伊勢崎線 谷塚駅東口 徒歩5分) ※集合場所にトイレはありません。

解散／14時00分頃 見田方遺跡公園(JR武蔵野線 越谷レイクタウン駅 徒歩2分)

コース／浅間神社～火あぶり地蔵～草加神社(WC)～藤代家住宅～おせん茶屋～東福寺～河合曾良像～望楼(WC)～矢立橋～百代橋～蒲生の一里塚～南部第一公園(昼食)～麦塚橋～見田方遺跡公園

○みどころ 東武伊勢崎線の谷塚駅から新田駅まで3駅に沿う旧日光街道をウォークします。名所・旧跡に加え数多くの草加せんべいの店の前も歩き、約10年前に開発された越谷レイクタウンに向かいます。駅に隣接された”イオンレイクタウン”は日本最大級のショッピングセンターです。店内のウォークも楽しんでください。

★2月例会 総会ウォーク「柏北部の裏道と流山の新しい道」 10km 団体歩行
(コースリーダー 遠藤 啓一) ☎090-2405-8353(遠藤)

日時／2月24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／柏西口第一公園(JR常磐線 柏駅西口 徒歩8分)
解散／11時45分頃 初石公民館(東武野田線 初石駅 徒歩5分)
コース／柏西口第一公園～篠籠田の森～高田近隣センター(WC)～西光院(WC)～大堀川水辺公園(WC)～流山おおたかの森駅前～初石公民館

○みどころ 柏北部の余り歩いた事の無い平坦な裏道を歩きます。その後流山市に入ると新しい道を歩いて総会会場の初石公民館まで歩く10Kmのコースです。午前中でウォークは終わります。会員のかたは、13時から「2019年度定期総会」を開催いたしますので是非ご出席下さい。

★3月例会 取手のアート作品とひな飾りを見る 10km 団体歩行・後半自由歩行
(コースリーダー 安国 正夫) ☎080-4153-8901(安国)

日時／3月3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／取手駅西口デッキ(JR常磐線 取手駅西口 徒歩1分)
解散／14時00分頃 取手駅
コース／取手駅西口～取手駅西口通路(WC)～井野天満神社～本多作左衛門墳墓～本願寺～ヤオコー(WC)～埋蔵文化財センター～かたらいの郷(昼食・WC)：昼食後自由歩行～八坂神社～本陣通り商店街～取手駅

○みどころ 今回は歴史とアートの町取手をウォーキングします。前半は壁画と東京藝術大学の先生や生徒が製作したアート作品を觀賞しながら歩き、後半は利根川の風を感じながらのウォーキングと取手ひなまつりの「つるしひな飾り」をたのしみながらのウォーキングとなります。

★3月平日ウォーク 桜紀行 河津桜を訪ねて 13km 団体歩行
《Cリーグ対象行事》 (コースリーダー 染谷 勇) ☎090-7191-1863(染谷)

日時／3月6日(水) 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／手賀沼公園(常磐線 我孫子駅南口 徒歩10分)
解散／14時00分頃 柏西口第一公園(JR常磐線 柏駅 徒歩8分)
コース／手賀沼公園～道の駅しょうなん(WC)～ヒドリ橋～北千葉導水ビジターセンター(WC)～松ヶ崎城址～防災レクリエーション公園(昼食・WC)～高田橋～柏西口第一公園

○みどころ 歩きなれた手賀沼・大堀川周辺のコースを歩きますが、今回初めて河津桜を訪ねます。まだ若くて大きな木ではなく、一ヶ所に集中していませんが、河津桜をお楽しみください。満開を祈ります。

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。



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をお願いします。★お昼頃には解散となります。

※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、靴で飲み物を持っておいでください。

★2月16日(土) 白鳥の郷を訪ねて 約8km 団体歩行
(コースリーダー 石井 信次) ☎080-3704-6466(石井)

集合：マルエツ(スーパー)広場(JR成田線 小林駅 徒歩1分) 9時00分迄集合

解散：11時30分頃 小林駅前(JR成田線 小林駅 徒歩0分)

コース：小林駅～大龍神社～本埜二小～白鳥飛来地(WC)～南陽院～浅間山公園(WC)～小林駅

○みどころ 日本埜村で1992年11月頃から白鳥が飛ぶのを確認し、3年かけて餌付けに成功したそうです。その後新聞・テレビ等に取り上げられ今は、印西市の名所になりました。今年は、何羽ぐらい来るかしら？ 2月の中頃になると少ないと思います。

☆3月23日(土) 鎌ヶ谷の歴史を訪ねて 約8km 団体歩行

(コースリーダー 島 明良) ☎090-9231-6664(島)

集合：馬込沢公園(東武線 馬込沢駅 徒歩2分) 9時00分迄集合

解散：12時00分頃 新鎌ヶ谷駅前(東武線・新京成線 新鎌ヶ谷駅 徒歩0分)

コース：馬込沢公園～鉄道連隊橋脚跡～野馬土手跡～貝柄山公園(WC)～小金中野牧の野馬像～小金中野牧跡～新鎌ヶ谷駅(解散)

○みどころ 「馬込沢」という地名は、江戸時代前期の幕府放牧場(中野牧)に由来しています。

馬数を調べたりする際の追い込み場として土手(野馬土手)で仕切った区画のことを「馬込」といい

別名「捕込(とっこめ)」とも言ったようです。今回のコースは主に、鎌ヶ谷市内にある放牧場に関連の場所をご案内します。

北総歩こう会の情報



インフォメーション

●入会するなら1月がお得！・・・会員募集中

なぜなら1月に加入しても、3月に加入しても入会金・年会費は一緒です。であれば1月に入会した方が会員特典を早く利用できます。例えば会員になると例会・いきいきウオークは無料、平日ウオークは100円です。一般参加ですとそれぞれ300円の参加費が必要となります。1年のスタートに当たり新たな気持ちで地元の北総歩こう会に入会しませんか？

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。

●2019年度定期総会開催のお知らせ

2019年2月24日(日) 13時から (総会ウオーク終了後に開催します)

初石公民館(流山市西初石4-381-2 ☎04-7154-9101)

議題・2018年度事業報告、会計報告、会計監査報告

・2019年度事業方針及び計画(案)・予算(案)

※総会の詳細は「2019年度定期総会開催

・理事・監査の改選(案) ・その他

について」(会員には送付済み)をご確認ください。

総会終了後、希望者でデニーズ初石店に於いて懇親会を開催します。会費1000円 先着50名様です。

詳細はパンフレットを配布します。

●お知らせ(重要) 平日ウオーク参加特典の改定について

改定内容 (ご不明な点は、何なりと役員までご質問ください。)

・表彰回数 従来10回毎 ⇒ 改定後:最初は10回目、以降20回ごとに表彰とします。

・記念品 従来は無料券 ⇒ 改定後:クオカード500円

・実施日 2019年1月の平日ウオークから

・移行手続 実施日以降新パスポートに切り替えて行きますので、旧パスポートをご持参ください。

経過措置

・現行の無料券の有効期限は6カ月ですが、未使用分すべて2019年中は使用できるものとします。

・2018年12月末で20・40・60・80・100超達成者は、30・50・70・90・110の基準回数に到達時表彰します。

●ウオーキング読本唱和(略称 ウオドク)実施のご案内

昨年の10月で終了しましたウオーキングトレーニング(ウオトレ)に代わり、本年1月の例会から

新たに「健康で楽しく生きるためのウオーキング」≪知らない人生は損となる 2足歩行の機能≫について

の読み合わせをお昼休みに実施します実践に即した教材です。皆様の知識向上のため是非ご参加下さい。

●第16回 大正浪漫ウオーク in 手賀沼のチラシ配布、事前受付を1月から開始します

4月29日(月祝)開催の「第16回大正浪漫ウオーク in 手賀沼」のチラシ配布、事前受付を1月1日から開始します。友人、知人の多くの歩く仲間を誘って、参加して第16回大会を皆さんで盛り上げましょう。

●NPO法人 千葉県ウォーキング協会 設立40周年記念式典で感謝状が授与されました。

12月8日(土)開催の記念式典で当歩こう会から4名の役員が、卓越した能力を発揮しウォーキングの指導、普及、発展に多大な功績がみとめられ、感謝状が授与されました。

中村 義久様 佐々木 のぶ子様 和田 武年様 石原 洋二様

●平日ウォーク完歩者表彰

12月19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。

100回 北総歩 橋本 忠男さん	70回 北総歩 田中 芙美子さん	60回 北総歩 遠山 登士さん
60回 北総歩 小国 賢二さん	50回 北総歩 斎藤 康雄さん	40回 北総歩 富永 義孝さん
30回 北総歩 久保田 義貞さん	30回 北総歩 土橋 満子さん	20回 船橋歩 小関 重美さん
20回 北総歩 関根 徹さん	20回 北総歩 新 光夫さん	20回 北総歩 富永 貞夫さん
10回 北総歩 鈴木 弘治さん	10回 北総歩 桜井 幸子さん	

●ウォーキングステーション30回達成者表彰

12月19日(水)例会ウォークで認定、表彰されました。おめでとうございます。

150回 北総歩 鈴木 栄二郎さん

●第28回手賀沼ふれあい清掃に参加して

2018年12月2日(日)北総歩こう会は、本年より役員会行事として手賀沼の清掃活動に参加しました。当日は、中村会長外13名(合計14名)の役員が黄色い制服で会場に集合していると、我孫子市長が真っ先に我々の集団に挨拶に参られました。そこで「今年の春に、北総歩こう会創立25周年記念樹を公園に植えさせて頂きました」とのお礼を申し上げました。

9時から開会式で、ボーイスカウト等各種団体がなんと500名も参加しているとの挨拶があり、9時15分から清掃活動に出発しました。我々の担当は昨年と同じ「手賀沼公園～根戸新田間の歩道下の沼側」が担当で、ゴミ拾いを行いました。清掃作業は10時30分には終了して、待望の豚汁になりました。昨年は市役所の用意した器が小さかったので、今年は中村会長が2倍くらい大きい器を持参してくれたので、たっぷり頂く事が出来て幸せでした。参加された皆さん、ご苦労様でした。(2018年12月 文責 和田 武年)



手賀沼ふれあい清掃への参加者



2018年11月8日 平日ウォーク

「荒川を歩いてみよう」を担当して

コースリーダー 渡邊 博史

恒例の「江戸川エンジョイウォーク」に匹敵する長距離自由歩行のコースリーダーは初めての経験。Tさんの全面的な支援により、まずはコースの下見から始めました。北千住駅から会場までの誘導配置、CPの場所・要員、現地までの交通ルート等、今までに経験したことの無い事が次々と現れます。

また、開催日が平日且つ木曜日の為、いつもなら(水曜日開催)参加できる役員の数も少なくなります。当日の役割分担表を作成すると、一人2~3役は当たり前となりました。これに追加の不参加が出ると大パニックになりそう。悪い予感当たるもので、前日朝にMさん・夕刻にHさんから体調不良で不参加の旨連絡有り。役割分担表・実施要項等の修正、再印刷を昼と夜に実施。緊急連絡先の記載漏れの連絡を受け、会場までの誘導地図に追加印刷実施。翌日に備えて早く寝ようとするのですが、午前0時を過ぎても頭の中はフル稼働・目はパッチリ、ほとんど眠ることなく4時に起床、北千住駅6時前に到着。役員・協力員の皆様の到着を待ちます。幸い当日のドタキャンは無し。ホッと一息です。48km、30km、20kmと順調に受付業務をこなし、10時前から12時半まで48km分岐誘導、続けて48kmアンカーと目白押しです。48km最終通過者から30~40分過ぎていたので、Sさんに早めに引き継ぎ12時半前にスタート。48kmCP迄順調に消化、早目のゴールを目指しましたが、最終ウォーカーの対応があり、16時10分頃ゴール。当初予定より約20分早く終了することが出来ました。ウォーカーの皆様、役員・協力員の方々のご支援・ご協力により、無事終了することが出来ました。多謝。

(コース担当 中村 義久・竹渕 房夫・渡辺 哲郎)



荒川の遊歩道を歩く参加者

【編集後記】 今月号より編集を担当することになりました。不慣れで戸惑うことが多々あると思います。皆様の叱咤激励をいただきながら務めて行きたいと思っております。どうかよろしくお願いたします。 染谷 勇 <歩友人>