

ほゆう

2020年10月号 通算315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

HP: http://hokusouarukoukai.sakura.ne.jp/



ウォーキング行事の案内板

- お願い◆北総歩こう会の行事に参加される方は、事前申込不要です。当日、直接集合場所にお出で下さい。
 出発前に必ずお弁当・飲み物を持ってご参加ください。(※中学生以下無料、小学生以下は保護者同伴で。)
- ◆参加者は万全な健康管理のもとご参加ください。万一事故が発生した場合、加入した(一社)日本ウォーキング協会「JWA傷害福祉制度」の範囲および応急処置以外の責任は負えませんのでご了承ください。
- ◆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は、北総ホームページまたは、コースリーダーに確認をしてからご参加ください。(会員限定メール連絡サービス有→ホームページより申込が必要)

当会 開催行事の参加者へのお願い！！

当会の10月～12月開催の行事は、「北総歩会員・CWA加盟団体会員」限定です。

CWA指針に基づいて行事を開催させていただいています。ご協力よろしく願いいたします。

- ・発熱(37.5度以上)、咳、喉の痛み、倦怠感、臭覚・味覚の異常などの症状がある場合は参加をご遠慮ください。
- ・参加にあたりましては、受付、ゴールの際は「マスク」の着用をお願いします。
- ・受付前に検温及び手指のアルコール消毒を実施します。
- ・受付で筆記具が必要な場合ご自身のものを使用してください。
- ・北総歩及びCWA加盟団体例会参加票を事前に漏れが無いよう正確に記入してお持ちください。
- ・参加費が必要な場合は釣銭が無いようお願いいたします。
- ・歩行は、自由歩行のみです、団体歩行はありません。出発式は行いませんので受付終了後ご自身でストレッチを済ませ速やかにスタートしてください。ゴール後解散式もありません。
- ・コース地図を見ながら交通ルール・ウォーキングマナー五か条を守って歩いてください。
- ・参加者間でソーシャルディスタンスを守り、密集・密接を作らないでください。歩行中はウォーカー同士が「かたまらない」「大きな声で会話をしない」、前後の間隔を4～5m以上離れて歩いてください。(この場合は歩行中のマスク着用は任意です)
- ・熱中症予防のため、喉が渇かなくてもこまめに水分を摂り、マスクをして歩く時は、時々外して深呼吸してください。
- ・受付時に提出いただいた参加票は、参加者の中で「新型コロナウイルス感染症」を発症された方が後日発生した場合、濃厚接触者の名簿として使用いたします。

☆ 10月例会ウォーク 歴史公園と古寺を巡る 10km

自由歩行

(コースリーダー 染谷 勇) ☎090-7191-1863(染谷)

日時/10月18日(日) 9時00分～9時30分受付

(受付終了後 順次スタート)

参加費/北総歩会員・CWA加盟団体会員 無料

集合/新松戸駅前広場(JR常磐線・武蔵野線 新松戸駅徒歩1分)

解散/11時00分～12時30分迄 時間厳守 新松戸駅前広場

(集合場所に同じ)

本土寺五重塔→



コース／新松戸駅前広場(WC)～大谷口歴史公園(WC)～広徳寺～医王寺～本土寺(WC)～東雷神社～東漸寺～幸谷観音～赤城神社～新松戸駅前広場(WC)

○みどころ 千葉氏の一族から出た高城(たかぎ)氏が築いた小金城跡の大谷口歴史公園。「あじさい寺」「紅葉寺」として親しまれている建治3年(1277年)建立された日蓮宗のお寺「本土寺」(10月入場無料)などを訪ねます。

★11月例会ウォーク 江戸川を歩くー2020 8/15km 自由歩行

(コースリーダー 竹渕 房夫) ☎090-8725-1355(竹渕)

日時／11月21日(土) 9時00分～9時30分受付 (受付終了後 順次スタート)

参加費／北総歩会員・CWA加盟団体会員 無料

集合／松戸駅西口ペデストリアンデッキ(JR常磐線・新京成線 松戸駅 徒歩1分)

解散／8kmコース 10時00分～12時00分迄 時間厳守
国府台駅手前江戸川堤防(京成線 国府台駅徒歩2分)
15kmコース 10時30分～14時00分迄 時間厳守
松戸駅西口ペデストリアンデッキ(集合場所に同じ)

コース／8kmコース 松戸駅西口～江戸川堤防(左岸)～矢切の渡し～柳原水門～国府台駅手前江戸川堤防
15kmコース 国府台駅手前江戸川堤防(チェックポイント)で折り返し、同コースをスタート地点に戻る

○みどころ おなじみの江戸川堤防を自由歩行で歩きます。松戸から左岸を8kmコースは国府台まで、15kmコースは国府台から同じコースを松戸まで戻ります。晩秋の江戸川の風景をお楽しみください。



国府台付近から江戸川上流を望む

★12月例会ウォーク かしわ七福神巡り案内ウォーク 5/9km 自由歩行

(コースリーダー 竹渕 房夫) ☎090-8725-1355(竹渕)

日時／12月27日(日) 9時00分～9時30分受付
(受付終了後 順次スタート)

参加費／北総歩会員・CWA加盟団体会員 無料

集合／南柏駅東口階段下(JR常磐線各駅停車 南柏駅東口 徒歩1分)

解散／5kmコース 10時00分～11時30分迄 時間厳守
幸町弁財天(JR常磐線・東武線 柏駅 徒歩4分)
9kmコース 10時30分～12時30分迄 時間厳守

北柏駅南口階段下(JR常磐線各駅停車 北柏駅 徒歩1分)
コース／南柏駅東口～豊受稲荷本宮(福祿寿)～香取神社(恵比寿天)
柏駅東口前(WC)～幸町弁財天(弁財天・8kmコースゴール)～戸張香取神社(寿老人)～北千葉導水ビジターセンター(WC)～北柏駅南口階段下

○みどころ 柏市に2018年念願の「かしわ七福神」が誕生しました。今回は柏駅を中心に4か所の七福神をご案内いたします。御朱印を押す台紙は「豊受稲荷本宮」「神明社」「大洞院」の3か所で販売しています。御朱印は通年可能ですので今回ご案内出来なかった3か所も時間の有る時に参拝して御朱印を頂けます。なお、幸町弁財天と戸張香取神社は御朱印を置いていないので台紙を購入した所で押印を受けます。コロナの収束とご自身の健康を祈願しましょう。



かしわ七福神 御朱印台紙



ウォーキングを体力に合わせ短い距離を歩きたい方、初心者の方にもお勧めです。

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。※お昼頃には解散。

★新京成線一駅の旅 北習志野駅～高根木戸駅(せせらぎの道) 7km 自由歩行

(コースリーダー 佐々木 のぶ子) ☎090-9837-9512(佐々木)

日時／10月24日(土) 9時00分～9時30分受付 (受付終了後 順次スタート)

参加費／北総歩会員 無料・CWA加盟団体会員 300円

集 合／北習志野近隣公園(新京成線 北習志野駅
徒歩6分)(※お弁当不要)

解 散／10時00分～11時30分迄時間厳守 高根木戸近隣公園
(新京成線 高根木戸駅 徒歩10分)

コース／北習志野近隣公園(WC)～千葉日大第一高・中ランド
前～せせらぎの道～坪井近隣公園(WC)～坪井の森緑地
～小さな橋～高根木戸近隣公園(WC)

〇みどころ せせらぎの道はかつて坪井川が作り出していた水辺
の環境のイメージを継承するために復元されたとか、
小さな流れのそばに様々な樹々、花木が思い思いに枝を
伸ばしています。「ホテル池」も奥にひっそりと。歩くスピードを
おとしてせせらぎの道を散策・・・自由歩行ならではの楽しみですね。



せせらぎの道入口

☆鎌ヶ谷から高柳 7 km 自由歩行

(コースリーダー 遠藤 啓一) ☎090-2405-8353(遠藤)

日 時／11月14日(土) 9時00分～9時30分受付(受付終了後 順次スタート)

参加費／北総歩会員 無料・CWA加盟団体会員 300円

集 合／鎌ヶ谷駅東口広場(東武野田線 鎌ヶ谷駅 徒歩1分)
(※お弁当不要)

解 散／10時00分～12時00分迄 時間厳守 高柳駅東口階段
前(東武野田線 高柳駅 徒歩0分)

コース／鎌ヶ谷駅東口広場～鎌ヶ谷郷土資料館～鎌ヶ谷市制公
園(WC)～栗野の森～栗野コミセン(WC)～大津川遊歩道
～北部公民館(WC)～佐津間城址～高柳駅東口

〇みどころ ④自由歩行なので受付時間9時～9時30分受付後
順次スタートとなります。早くお見えになっても受け付けは
ありません。郷土資料館に立ち寄ったり、栗野の森の森林
浴や大津川の遊歩道が楽しめます。
疲れた方は、途中新鎌ヶ谷駅2km、六実駅5kmでリタイアも可能です。(IVV 無)



大津川の遊歩道

☆坂川を歩く(新松戸～松戸) 7 km 自由歩行

(コースリーダー 青木 茂) ☎090-2320-4793(青木)

日 時／12月12日(土) 9時00分～9時30分受付
(受付終了後 順次スタート)

参加費／北総歩会員 無料・CWA加盟団体会員 300円

集 合／新松戸駅前広場(JR常磐・武蔵野線 新松戸駅
徒歩1分)(※お弁当不要)

解 散／10時00分～12時00分迄 時間厳守 松戸駅西
口ペデストリアンデッキ(JR常磐線・新京成線 松
戸駅 徒歩1分)

コース／新松戸駅前広場(WC)～櫛通り橋～坂川親水プ
ロムナード～馬橋旭大橋～香取稻荷神社～松栄橋～
小僧弁天～古ヶ崎五差路～松戸駅西口ペデストリアンデッキ(WC)

〇みどころ けやき通りを直進し、坂川左岸を進み親水プロムナードを歩きます。馬橋旭大橋を過ぎ、香取稻荷神社に立ち寄り、坂川を松栄橋で左折します。小僧弁天脇を通り、古ヶ崎五差路を左折し、直進するとゴールはすぐです。



竹の橋から見る坂川



ウォーキング仲間からコロナウイルス感染者を出さない、感染しない

ためには一人一人の協力が必要です。よろしく願いいたします。



北総歩こう会の情報



インフォメーション

● 2021年度会員継続のご案内（お願い）

① 「継続申込書」を9月27日(日)・10月18日(日)の例会ウォーク、10月24日(土)いきいきウォークで手交(配布)します。
(上記3行事に不参加の方へは10月末に別途郵送します。)
12月12日(土)までに手続きくださいますようお願いいたします。

② 年会費は、同封の振込用紙で郵便振替口座に振込みをお願いいたします。
または「9/27(日)～12/12(土)」までの当会行事開催日に会場で受付いたします。よろしくお願ひいたします。



早く皆さんと一緒に楽しく歩きたいですね、
コロナウイルスが早く収束するよう祈念しましょう。

● 2020年9月に入会された方のご紹介 ★先輩の皆さん よろしくお願ひします。

印西市 望月 保義さん

● 北総歩こう会にご寄付を頂きました。感謝申し上げます。

金一封 匿名希望 9月19日 2名様

※頂きましたご寄付は北総歩こう会の運営活動に使わせていただきます。

● 目指そう！地球一周4万キロ歩行記録認定者（ウォーキングライフ2020年9-10月号掲載）

17000km 宮崎 徹之さん

● IVV回数記録認定者（ウォーキングライフ2020年9-10月号掲載）

1500回 川田 友行さん 1400回 合田 昌子さん 1000回 荒原 恒子さん

● IVV距離記録認定者（ウォーキングライフ2020年9-10月号掲載）

35000km 川田 友行さん 20000km 荒原 恒子さん

● 一般社団法人 日本ウォーキング協会（JWA）事務所が移転になりました。

「地球一周4万キロ」の歩行距離認定、年間完歩賞などの申請先が新住所となります。ご注意ください。

新住所 〒113-0034 東京都文京区湯島 2-25-7 ITP本郷ビル 6階

新電話番号 03-5816-2175 FAX 03-5816-2176

業務時間 9月7日(月)から業務開始 9時00分～17時00分

最寄り駅 地下鉄千代田線湯島駅 徒歩5分、地下鉄丸ノ内線本郷3丁目駅 徒歩10分

● 一般社団法人 日本市民スポーツ連盟（JVA）事務所が移転になりました。

「IVV」歩行距離・回数認定の申請先が新住所となります。ご注意ください。

新住所 〒113-0034 東京都文京区湯島 4-6-11 湯島ハイタウン A棟 208号室

新電話番号 03-6240-0792 FAX 03-6240-0793

業務時間 9月7日(月)から業務開始 9時30分～16時30分

最寄り駅 地下鉄千代田線湯島駅1番出口 徒歩1分、地下鉄銀座線土井広小路駅A4出口 徒歩4分

【編集後記】当会も、9月から3密の回避・マスク着用・検温・手指の消毒等感染防止対策を実施しながら自由歩行での再開となりましたがご不便をおかけしていると思います。また家庭内感染増加に伴い、ウイルスを「家庭内に持ち込まない・持ち込ませない」ことも大切です。感染防止に最大の注意を払いましょう。皆さんと一緒に楽しく歩けるようになるには、コロナウイルス感染症が、収束とまではいなくても、もう少し落ち着き感染者が少なくなるまで楽しみに待ちましょう。〈歩友人〉