

## 北総歩こう会 会報



## ほゆう

2021年1月号 通算318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/

## 年頭の御挨拶

北総歩こう会 会長 竹淵房夫

会員の皆様、北総歩の行事にいつもご参加いただいている皆様、あけましておめでとうございます。2021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。

昨年中は北総歩の行事にご参加いただき、又ご支援を賜り有難うございました。

厚く御礼申し上げます

昨年は歩こう会始まって以来の長期間に亘る活動休止という事態に見舞われました。新型コロナウイルスは昨年1月から一気に世界中に感染が拡大し、日本国内はもとより、いまだに収束の目途が立っておりません。

当会及びCWA加盟団体は3月から8月まで活動を休止し、9月から、距離を短く、回数も減らして、自由歩行のみで行事を開催してまいりました。日本ウオーキング協会からもウオーキング行事再開にあたっての指針があり、高齢者の長期の外出自粛、活動自粛は筋力の低下、気力の低下、認知症の進行等が大きな問題になりつつあり、コロナフレイル予防の解決には、ウオーキングが最適で、ウオーキングイベントの再開が地域住民や参加者の健康の維持、増進に多大な貢献をすると、期待が大きくなっているとの理由付けがありました。当会も新型コロナウイルス感染防止策をしっかりと行いながら、ご参加いただく皆様に満足していただけるようたくさんの行事を企画してまいります。

今年も①お客様（参加者）の満足、②社会に奉仕する、③支援役員の満足を掲げ、皆様の暖かい協力を頂きながら運営を行ってまいりますのでよろしくお願いいたします。

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



## ウオ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）日本ウオーキング協会「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）

**第142回（通算834回）平日ウオーク「つくばTX線沿線を歩く」 5/10km 自由歩行**

（コースリーダー 島 明良） ☎090-9231-6664（島）

日 時／2月8日（月）9時～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 100円・CWA加盟団体会員 200円・その他 300円

**集合**／南流山駅前(JR武蔵野線、TX線 南流山駅徒歩0分)  
**解散**／5km 10時～11時迄 時間厳守 流山おおたかの森駅南口公園(TX線・東武野田線 流山おおたかの森駅徒歩2分)  
 10km10時～12時30分迄 時間厳守 柏の葉アクアテラス  
 (TX線柏の葉キャンパス駅 徒歩5分)

**コース**／南流山駅～思井福祉会館(WC)～流山総合運動公園(WC)～流山おおたかの森駅南口公園(5kmコース・ゴール)～柏の葉アクアテラス

**○みどころ** 14年ほど前(2006年3月)に「つくばエクスプレス線沿線ウォーク」が実施されました。会員の中には当時この行事に参加された方もいらっしゃるかもしれません。記録資料を見ると、コースは南流山駅から柏たなか駅までの16kmでした。141名の方が参加されたようです。今回のコースは、南流山駅から柏の葉キャンパス駅までの10kmです。歩行距離も大幅に短縮しました。時代の変遷を感じますね。



つくばエクスプレス線

### 第249回(通算835回)いきいきウォーク「じゅん菜池の梅」 8km 自由歩行

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。

(コースリーダー 青木 茂) ☎090-2320-4793(青木)

**日時**／2月17日(水) 9時～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・その他 300円

**集合**／松戸駅西口ペDESTリアンデッキ(JR常磐線・新京成線 松戸駅 徒歩1分(※お弁当不要))

**解散**／10時～12時迄 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)

**コース**／松戸駅西口ペDESTリアンデッキ～松戸神社～戸定が丘歴史公園(WC)～浅間神社～野菊の墓文学碑(WC)～じゅん菜池緑地(WC)～里見公園(WC)～国府台駅手前江戸川堤防

**○みどころ** 3箇所の梅園を含め見所いっぱい。ゆっくり歩こう！最初は松戸神社から戸定が丘歴史公園の梅園。浅間神社から野菊の墓文学碑を経て、じゅん菜池北側梅園、遊歩道を半周し南側梅園。最後は里見公園梅園に寄り、江戸川に出ればゴールはすぐ。



じゅん菜池と冬鳥

### 第445回(通算836回)例会ウォーク「総会ウォーク(旧水戸街道を歩く)」 10km 自由歩行

(コースリーダー 遠藤 啓一) ☎090-2405-8353(遠藤)

**日時**／2月27日(土) 9時30分～10時受付  
 (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・その他 300円

**集合**／南柏駅東口ペDESTリアンデッキ(JR常磐線 各駅停車 南柏駅東口徒歩1分)

**解散**／11時30分～13時迄 時間厳守 我孫子ふれあい広場  
 (JR常磐線 我孫子駅北口 徒歩2分)

**コース**／南柏駅東口～豊受稲荷本宮～柏神社～国道16号線～国道6号線を潜り～北柏駅～東陽寺～国道6号線陸橋渡る～常磐線跨線橋渡る～我孫子八坂神社～旧我孫子宿脇本陣跡～常磐線を潜る～我孫子ふれあい広場

**○みどころ** ㊤自由歩行なので受付時間9時30分～10時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付はできません。旧水戸街道沿いには沢山の神社仏閣があります。それを見学しながら昔の旅人になってゆっくり歩いてください。



旧水戸街道(明治14年古地図)

### 第143回(通算837回)平日ウォーク「中山のひなまつり」 8/10km 自由歩行

(コースリーダー 竹淵 房夫) ☎090-8725-1355(竹淵)

**日時**／3月3日(水) 9時30分～10時受付 (受付終了後 順次スタート)

**参加費**／北総歩会員 100円・CWA加盟団体会員 200円・その他 300円

**集 合**／8km:みかど公園(JR武蔵野線市川大野駅 徒歩5分)  
10km:東松戸中央公園(JR武蔵野・北総線 東松戸駅 徒歩5分)※参加距離により集合場所が異なります。

**解 散**／11時～13時 時間厳守 下総中山駅(JR総武線 下総中山駅 徒歩1分)※10時～12時迄 奥の院で

**コース**／10km:東松戸駅～東松戸中央公園～本光寺前  
8km:市川大野駅～みかど公園～本光寺前  
～姥山貝塚(WC)～奥の院(IVV・完歩証配布)～  
法華経寺～清華園～京成中山駅～下総中山駅

**〇みどころ** 下総中山駅からまちなかの商店、清華園、法華経寺、奥の院(若宮)まで中山がおひな祭り一色になります。奥の院でIVV、完歩証を受領したら、ゆっくりと「お雛祭り」を楽しんでください。



ひなまつり(イメージ)

#### 第446回(通算838回)例会ウオーク「江戸川の菜の花」 11km 自由歩行

(コースリーダー 森 廣) ☎090-1421-7103(森)

**日 時**／3月20日(土) 9時30分～10時受付  
(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・その他 300円

**集 合**／運河駅西口前(東武野田線 運河駅 徒歩1分)

**解 散**／11時～13時30分迄 時間厳守 流山駅前広場(流鉄流山線 流山駅 徒歩1分)

**コース**／運河駅西口～におどり公園(WC)～江戸川土手～流山グリーンセンター(WC)～江戸川土手～近藤勇陣屋跡～流山駅前広場～流山駅

**〇みどころ** 春風に乗って自然豊かな運河と江戸川堤をウオーキングし、土手いっぱい咲き誇る菜の花の香りをかぎながら春を満喫しましょう。



江戸川土手の菜の花

#### 第250回(通算839回)いきいきウオーク「大堀川の桜を楽しみに」 7km 自由歩行

ウオ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

(コースリーダー 軍地 恒四郎) ☎090-6654-2253(軍地)

**日 時**／3月29日(月) 9時30分～10時受付  
(受付終了後 順次スタート)

**参加費**／北総歩会員 無料・その他 300円

**集 合**／北柏第一公園(JR常磐線各駅停車 北柏駅 徒歩3分)  
(※お弁当不要)

**解 散**／11時～12時30分 時間厳守 高田緑地(JR常磐線 柏駅 西口行きバス停「高田下」徒歩1分)

**コース**／北柏第一公園～柏ふるさと公園(WC)～北柏橋～大堀川防災レクリエーション公園(WC)～高田近隣センター(WC)～高田緑地

**〇みどころ** 今や桜の名所となった大堀川リバーサイドパークの桜並木。満開の桜をゆっくりたっぷり観賞、楽しんでください。



大堀川リバーサイドパークの桜並木

#### 北総歩こう会の情報



## インフォメーション

#### ●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 11月25日 1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。

## ●ウオーキングステーション30回達成者表彰

12月27日(日)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。  
90回 北総歩 合田 昌子さん

## ●2021年度定期総会開催のお知らせ

2021年2月27日(土) 14時から17時(受付は13時50分開始)

我孫子市民プラザホール(我孫子市我孫子4-11-1 あびこショッピングプラザ内)

☎04-7183-2111)

- 議題 ・2020年度事業報告、決算報告、会計監査報告  
・規約・細則の改定(案)  
・2021年度事業方針及び事業計画(案)、予算(案)  
・理事・監査の改選(案)  
・その他

※総会の詳細は手交または郵送された「2021年度定期総会開催について」をご確認ください。

なお、総会会場は我孫子駅より案内があります。(我孫子駅北口より徒歩約5分)

★同日実施される「総会ウォーク(旧水戸街道を歩く)」終了後、開催されます。(2ページ参照)



2020年11月 北総いきいきウォーク 自由歩行

## 行事報告『鎌ヶ谷から高柳』を担当して

コースリーダー 遠藤 啓一

開催日：2020年11月14日(土) 天候：晴 参加者：74名 距離：7km

団体ならあまり人が歩かない複雑なコースを設定できるのですが、自由歩行はできるだけ分かりやすいコースを作らねばなりません。最初は新鎌ヶ谷ふれあい公園スタートを考えていましたが距離が5kmと短い為、鎌ヶ谷駅までスタート地を持って行きました。駅からただ船取線を歩くだけの単純なコースになってしまったのがリーダーとしては不満が残りました。鎌ヶ谷資料館に下見で寄った際、鎌ヶ谷市として「澁谷邸」が初めて登録有形文化財(建造物)に認定されたとの情報を知りました。当日は快晴で絶好のウォーキング日和となりましたが、たまたま東葛のウォークと重なった為、間違えて新鎌ヶ谷駅で降りられた方がいらしたそうでした。北総歩こう会では地図がなくても迷わないような矢貼りと誘導員配置を心がけています。参加者から良いコースで分かりやすく迷わなかったとの声を聞き安心しました。ご参加ありがとうございました。



受付後順次スタートです

(コース担当 平野 利夫)



2020年11月 例会ウォーク 自由歩行

## 行事報告『江戸川を歩くー2020』を担当して

コースリーダー 竹淵 房夫

開催日：2020年11月21日(土) 天候：晴 参加者：130名 距離：8/15km

当日は11月にしては暖かい晴れの日でしたが風の強い一日となってしまいました。江戸川を歩くは何回も行っておりますが風の強い日が多かったように思いました。今回はコロナの関係で千葉県側のみの堤防のコースの為、8kmコースは松戸駅西口広場から国府台駅近くの堤防上のゴール場所まで、15kmコースは8kmのゴール地点をチェックポイントにして同じ道を松戸駅西口広場迄戻る分かりやすいコース設定にしました。受付を済ませた方から順次スタートをして、130名の方に晩秋の江戸川の風景を観ながら、楽しんでいただきました。特に15kmコースを歩かれた方は復路が強風の中のウォークになり、20キロは歩いた感じだとの声を頂きました。予定の時刻までに無事故で全員の方がゴールでき、ほっといたしました。皆様有難うございました。



CPで折り返す皆さん

(コース担当 染谷 勇・渡邊 博史)

~~~~~  
【編集後記】コロナ禍の中、良いお年を迎えられましたでしょうか。2020年は、新型コロナウイルス感染拡大により、コロナ・コロナでウォーキングもままならない大変な一年でした。2021年もすぐには収束のきざしも見えない状況です。感染拡大防止対策を十分取りながら「感染しない・感染させない」個人個人十分注意しながら歩きましょう。〈歩友人〉