１９９３年４月１１日創立　北総歩こう会　会報　市民公益活動団体・生涯学習団体 (2/1)

ほゆう

２０２２年２月号 通算３３１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/

★中止が予想される場合は事前にＨＰかコースリーダーに確認をお願いします。

★参加者の皆様に６つのお願いです。

①検温(37.5 度以上は参加をご遠慮ください)　②マスクの着用　③手指の消毒

④筆記用具の持参　⑤ソーシャルディスタンスの順守　⑥飲食時の感染防止

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、北総歩こう会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。ホームページは「北総歩こう会」で検索してください。

第１５５回（通算８７５回）３月平日ウオーク　中山のおひなまつり　１０ｋｍ　自由歩行

(コースリーダー　竹渕　房夫)　090-8725-1355(竹渕)

日　時／3 月 2 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／東松戸中央公園(JR 武蔵野・北総線　東松戸駅　徒歩5分)
解　散／10 時～12 時迄　奥之院でIVV・完歩証を配布後、ひなまつりを自由見学(JR 総武線　下総中山駅　徒歩 20 分／京成線　京成中山駅　徒歩 15 分)
コース／東松戸中央公園～本光寺前～姥山貝塚(WC)～奥之院(IVV・完歩証配布)～法華経寺(WC)～清華園～京成中山駅～下総中山駅

段飾りひな人形(イメージ)

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、奥之院(若宮)まで中山がおひな祭り一色になります。奥之院で IVV、完歩証を受領したら、ゆっくりと「おひなまつり」を楽しんでください。

第４６０回（通算８７６回）３月例会ウオーク　江戸川の菜の花　１１ｋｍ　自由歩行

(コースリーダー　染谷　勇)　090-7191-1863(染谷)

日　時／3 月 21 日（月祝）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／運河水辺公園(東武野田線　運河駅西口　徒歩 5 分)
解　散／11 時～13 時 30 分 流山駅前広場(流鉄流山線 流山駅 徒歩1分)
コース／運河水辺公園～におどり公園(WC)～江戸川土手～流山クリーンセンター(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、土手いっぱいに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２６２回（通算８７７回）３月いきいきウオーク　桜三昧ウォーク　８ｋｍ　団体歩行

(コースリーダー　染谷　勇)　090-7191-1863(染谷)

★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。

大堀川沿いの桜

日　時／3 月 28 日（月）9 時 30 分迄集合(※お弁当不要)
参加費／北総歩会員 無料、その他 300 円
集　合／手賀沼公園(JR 常磐線 我孫子駅南口 徒歩 10 分)
解　散／11 時 30 分頃 大堀川防災レクリエーション公園(JR 常磐線・東武野田線 柏駅 徒歩 17 分)
コース／手賀沼公園～手賀沼ふれあいライン～北柏ふるさと公園～柏ふるさと公園～北柏橋～大堀川リバーサイドパーク～大堀川防災レクリエーション公園
〇みどころ／お馴染みの手賀沼公園をスタートし、手賀沼ふれあいライン・北柏ふるさと公園・柏ふるさと公園・大堀川リバーサイドパークと全行程の約 7 割近くを桜の下を歩き満開(？？)の桜を楽しんでいただける平坦なコースです。

第１５６回（通算８７８回）４月平日ウオーク　変わりゆく東京　１０ｋｍ　自由歩行

（コースリーダー　宮﨑　敏之）　080-3431-4628(宮﨑)

日　時／4 月 5 日(火)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、その他 300 円(4 月から一部参加費を改定しました)
集　合／代々木公園原宿門(JR 山手線原宿駅 徒歩 3 分、地下鉄千代田線 明治神宮前駅出口 2 より 3 分)
解　散／11 時 30 分～12 時 30 分 JR 高輪ゲートウェイ駅(JR 山手線、京浜東北線)
コース／代々木公園～明治通り～渋谷駅東口～澁谷橋～広尾散歩道通り～有栖川宮記念公園～芝公園～高輪ゲートウェイ駅
〇みどころ／TOKYO2020 を契機に目まぐるしく変化を遂げている東京、試合会場が多く建設されている湾岸地区は今回外し山手線内を歩きます。明治神宮のある原宿を起点に渋谷の町中を探索し その喧騒から切り離されたような有栖川宮記念公園、芝公園(伊能忠敬測地遺功表がある)を巡り、JR 東日本の中で一番新しい駅、高輪ゲートウェイ駅でゴール。

変貌を遂げた原宿駅

第２６３回（通算８７９回）４月いきいきウオーク　海老川から谷津干潟へ　７ｋｍ　自由歩行

（コースリーダー　安国　正夫）　080-4153-8901(安国)

★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。

日　時／4 月 16 日（土）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、その他 300 円(4 月から一部参加費を改定しました)
集　合／天沼弁天池公園(JR・東武線 船橋駅北口 徒歩 5 分)
解　散／ 10 時 30 分～11 時 45 分 谷津公園(京成線 谷津駅 徒歩 5 分)
コース／天沼弁天池公園～海老川太郎橋～海老川橋(長寿の橋)～船橋港親水公園～浜町中央公園～谷津干潟公園～谷津公園
〇みどころ／船橋市内を流れる海老川に架かる 13 の橋の欄干には特徴的な像やレリーフがあしらわれています。コース図に橋の名称と像やレリーフを表示してありますのでそれらを鑑賞しながら歩き、谷津干潟には野鳥の観察スポットも設けられているのでバードウオッチングを楽しみながら歩いては如何でしょうか。

太郎橋の金太郎像

第４６１回（通算８８０回）４月例会ウオーク 柏北部のぼたん寺めぐり 7/１２ｋｍ 自由/団体歩行

（コースリーダー　青木　茂）　090-2320-4793(青木)

日　時／4 月 24 日（日）9 時～9 時 30 分受付 受付終了後順次スタート　団体は 9 時 30 分スタート
参加費／北総歩会員・CWA加盟団体会員 無料、その他 300 円
集　合／柏たなか駅西口駅前広場(TX 線 柏たなか駅西口 徒歩 1 分)
解　散／7km 10 時～11 時 30 分 松葉第一近隣公園 (JR 常磐線 北柏駅行バス停 ライフタウン中央 徒歩 2 分) 12km 11 時～13 時 30 分 柏西口第一公園(JR 常磐線・東武野田線 柏駅 徒歩 8 分)
コース／柏たなか駅西口駅前広場～医王寺～柏たなか北公園(WC)～吉祥院～松葉第一近隣公園(7km コース ゴール・WC)～高田緑地～西光院(WC)～柏西口第一公園

医王寺のぼたん

○みどころ　柏たなか駅をスタートし、柏北部のぼたん寺として有名な医王寺（約 600 株）及び吉祥院（約 100 株）を拝観し、ショートコースゴールの松葉第一近隣公園へ歩き、高田緑地を経て西光院（約 800 株）と巡ります。満開になった色とりどりの美しいぼたんは見ものです。初心者・団体希望の方は、役員と一緒に歩きましょう。

第４６２回（通算８８１回）特別例会ウオーク　第１９回大正浪漫ウオーク in 手賀沼

6/10/20/30ｋｍ　全コース：自由歩行

≪Cリーグ対象ウオーク≫　【国際市民スポーツ連盟・日本市民スポーツ連盟公認大会】
【美しい日本の歩きたくなるみち500選認定大会　千葉12－01】

問い合わせ先　☎04-7133-1589（平野）

日 時／4 月 29 日（金・祝）
自由歩行：30ｋｍ　　8 時 30 分～9 時迄受付　受付終了後順次スタート
自由歩行：20/10/6ｋｍ　9 時～10 時迄受付　受付終了後順次スタート

集合・解散／手賀沼公園（JR常磐線 我孫子駅南口　徒歩10分）
ゴール受付時間／11 時～15 時 30 分（最終ゴールは 15 時 30 分です）
参 加 費／事前:500 円(4 月 15 日締切)　当日:800 円（我孫子市・柏市の市民は 700 円）。中学生以下無料、小学生以下保護者(有料)同伴を。障がいのある方無料、介助者(有料)同伴ください。
申し込み／事前申込を受付中。北総歩などの行事及び当会役員宛に事前申込書に現金を添えてお申し込み下さい。または郵便局からの振り込みをお願いします。振込手数料は参加者負担ください。
※当日参加の場合、記念品等が無くなることが有ります。事前申込をお願いします。

手賀沼自然ふれあい緑道

コース／各コース 500 選のみちを歩きます。
30km：手賀沼一周+手賀川両岸、大正浪漫の各施設を歩きます。
20km：手賀沼一周+大正浪漫の各施設を歩きます。
10km：手賀沼西側半周手賀大橋を渡り、大正浪漫の各施設を歩きます。
6km：大正浪漫の各施設、手賀沼自然ふれあい緑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各 300 円です。(3 館共通券 600 円有)

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、歴史を訪ねてのウオーキングはいかがですか。今年で 19 回目となる人気のコースです。全コースとも自由歩行で今年は手賀沼を反時計回りに廻ります。今回も 30kmコースは手賀川の両岸を歩きます。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ます。

※. 詳細は「第 19 回大正浪漫ウオーク in 手賀沼」チラシ参照。ホームページからプリントも可能。

北総歩こう会の情報

インフォメーション

●２０２２年度定期総会開催のお知らせ

日時　2022年2月27日（日）　14時から17時（受付は13時50分開始）
会場　我孫子市民プラザホール(JR 常磐線 我孫子駅北口　徒歩 5 分)
（我孫子市我孫子4－11－1　あびこショッピングプラザ内 3 階　☎04-7183-2111）
議題　・2021年度事業報告、決算報告、会計監査報告
・2022年度事業方針及び事業計画（案）、予算(案)
・その他
★同日実施される「総会ウオーク(旧水戸街道を歩く)」終了後、開催されます。
※1 総会の詳細は郵送される「2022年度定期総会開催について」をご確認ください。
なお、総会会場へは我孫子駅より案内があります。
※2 検温 37.5 度以上の方は参加をご遠慮ください。マスクの着用、筆記具をご持参ください。
受付の前に、検温・手指の消毒を実施します。

●参加費改定のお知らせ

受付担当の負担軽減、参加者の便宜のため参加費を単純化させていただきました。

改定日　2022 年 4 月 1 日以降の開催行事から適用。

改定料金　改定後の新料金は次の通りとなります。

例会ウオーク　北総歩会員・CWA 加盟団体会員　無料、　その他　300 円

平日ウオーク　北総歩会員　100 円、　その他　300 円

いきいきウオーク　北総歩会員　100 円、　その他　300 円

●２０２２年１月に入会された方のご紹介　★先輩の皆さんよろしくお願いいたします。

会員 No.1078　柏市　岡本　恵子さん　会員 No.1079　船橋市　明石　章子さん

会員 No.1080　船橋市　田中　雄二さん　会員 No.1081　柏市　深野　澄礼さん

会員 No.1082　松戸市　落合　智子さん

●平日ウオーク、平日パスポート回数達成者表彰

1/10(月)平日ウオーク開催時に認定されました。おめでとうございます。

30 回　北総歩　杉本　正夫さん　10 回　北総歩　森　満子さん　10 回　船橋歩　入江　幸子さん

●ウオーキングステーション３０回達成者表彰

12/26(日)例会ウオーク、1/10(月)平日ウオーク開催時に認定されました。おめでとうございます。

270 回　北総歩　荒原　恒子さん　150 回　北総歩　西田　久美子さん

●ＩＶＶ距離認定５００００ｋｍ達成者表彰（ウオーキングライフ 2022 年 1-2 月号掲載）

中山　弘さん

●目指そう！地球一周４万キロ歩行距離認定者（ウオーキングライフ 2022 年 1-2 月号掲載）

20000km　宮﨑敞之さん

●ＩＶＶ回数記録認定者（ウオーキングライフ 2022 年 1-2 月号掲載）

2700 回　市川　操さん　2100 回　中村　明弘さん　1800 回　中山　直巳さん　1700 回　川田　友行さん

1600 回　遠藤　次男さん　1300 回　佐藤　安子さん　200 回　秋好　富美恵さん

●ＩＶＶ距離記録認定者（ウオーキングライフ 2022 年 1-2 月号掲載）

40000km　川田　友行さん　21000km　佐藤　安子さん　13000km　武田　幸彦さん

9000km　五十嵐　美智子さん　9000km　石川　睦彦さん　8000km　石川　アツ子さん

～～

2021 年 11 月　例会ウオーク　自由歩行

行事報告『常盤平の紅葉』を担当して

コースリーダー　島　明良

開催日：2021 年 11 月 27 日（土）天候：晴　参加者：131 名　距離：10km

担当者として一番気になるのは当日のお天気ですが、どこまでも広がるロイヤルブルーの空を見てほっと胸を撫でおろしました。良く知られたさくら並木・けやき通りだけではない一つ奥の道や公園を歩いて新鮮だったこと、光を受けて紅葉がちょうど見ごろだったこと、降り積もった落ち葉を踏み踏み歩き、その音で晩秋の風情を味わえたことなどをゴールで聞かせていただき、日本に四季があることを改めて嬉しく思いました。

好天の下、たくさんの方にご参加いただき、事故もなく予定通り終えることが出来ました。参加者・役員の皆さまのご協力に感謝いたします。　（コース担当　佐々木　のぶ子・渡邊　博史）

2021 年 12 月　平日ウオーク　自由歩行

行事報告『年忘れ「布施弁天」お参りウオーク』を担当して

コースリーダー　染谷　勇

開催日：2021 年 12 月 6 日（月）天候：晴　参加者：123 名　距離：11km

今回の行事は本来、以前好評であった東京で開催の「千住の歴史と水辺散歩」を計画していました。コロナの関係で 12 月までは東京での開催を見送ることになり、12 月の開催でもあり急遽初詣で人気のある布施弁天とし 1 年の締めくくりで年忘れお参りウオークとしました。途中あけぼの山農業公園の花畑には、コスモスが終わりパンジーに代わっていましたがお楽しみいただけましたでしょうか。季節によりチューリップ・ひまわり・ポピーなど一年を通して季節の花が楽しめます。季節を変えて行ってみてはいかがでしょうか。

（コース担当　宮﨑　敞之・森　廣・安国　正夫）

～～

【編集後記】デルタ株が収まりつつあり収束に希望が見えてきたと思ったら、変異株の「オミクロン株」の急拡大でまん延防止措置指定地域が増えています。「うつらない・うつさない」が基本です。感染防止対策の確実実行を。〈歩友人〉