# 北総歩こう会 会報



### 2022年5月号 通算334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 「 が協会「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464回(通算885回) 6月例会ウオーク 流山と松戸の紫陽花巡り 10km 自由歩行

(コースリーダー 島 明良) ■090-9231-6664(島)

- **日 時**/6月5日(日)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・CWA加盟団体会員 無料、その他 300 円
- **集 合/**東平賀公園(IR常磐線各駅停車 北小金駅 徒歩8分)
- **解 散**/10 時 30 分~13 時 本土寺(JR常磐線各駅停車 北小金駅 徒歩 10 分)
- コース/東平賀公園(WC)~香取神社~東部あじさい苑/流山東部公民館(WC)~あじさい通り~宝蔵院~野々下水辺公園(WC/CP)~坂川沿い~大金平大橋~本土寺

**〇みどころ** 毎年恒例の「流山の紫陽花(あじさい通り)」をゆっくり鑑賞した後、 流山のあじさい通り 坂川沿いを歩いて、ゴールの本土寺までの約10kmのコースです。ゴールでは、本土寺山門付近の紫陽花も鑑賞できます。さらにお時間ある方は、あじさい寺として親しまれている本土寺境内(参拝料¥500)の紫陽花も楽しむことができます。時間内であれば、コースを2周しても可(IVV 回数は1回、距離は20kmを認定)。



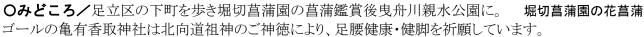
### 第265回(通算886回)6月いきいきウオーク 足立区の下町巡りと堀切菖蒲園

7 km 自由歩行

(コースリーダー 遠藤 啓一) ■090-2405-8353(遠藤)

### ★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**/6月13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 100 円、その他 300 円
- 集 合/袋橋公園(千代田線 綾瀬駅 徒歩5分)
- **解 散**/10 時 30 分~12 時 30 分 亀有香取神社(千代田線 亀有駅 徒歩 5 分)
- コース/袋橋公園~スポーツ公園~小谷野神社~堀切菖蒲園(WC)~妙源寺~曳舟川親水公園(WC)~蓮光寺~亀有香取神社





北総歩こう会の信条 明るく・楽しく・和やかに 略号・・・明楽和

### 第158回(通算887回)6月平日ウオーク つくば学園都市公園群縦断 10km 自由歩行

(コースリーダー 遠藤 啓一) ■090-2405-8353(遠藤)

**日 時**/6月22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、その他 300 円

集 **合/**荒川沖駅西口広場(JR 常磐線 荒川沖駅西口 徒歩1分)

**解 散/**11 時 30 分~13 時 30 分 中央公園(TX 線つくば駅 徒歩 2 分)

コース/荒川沖駅西口広場〜常磐高速道を潜り〜霞ヶ浦国際ゴルフコース脇〜赤塚公園(WC)〜洞峰公園(WC)〜二の宮公園 WC)〜竹園公園 WC)〜センター広場〜中央公園



**○みどころ**/荒川沖駅からほぼ一直線、つくば学園都市公園群遊歩道をのん エキスポセンターのロケットを びりと歩きます。途中にある公園の池の周りを散策・つくばエキスポセンター(有料)や、 **目指して歩く参加者** さくら民家園(無料)見学などいかがでしょうか?

### <u>第465回(通算888回)7月例会ウオーク 夏の風物詩 浅草ほおずき市と文学浪漫巡り</u>

<u>10km 自由歩行</u> (コースリーダー 安国 正夫) 🛮 080-4153-8901(安国)

日 時/7月10日(日)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**/お茶の水公園(JR 総武・中央線 御茶ノ水駅聖橋口 徒歩3分、千代田線 新御茶ノ水駅 B1 出口 徒歩3分)

**解 散**/11 時 30 分~12 時 30 分 花川戸公園(東武線·地下鉄銀座線浅草駅 徒歩 10 分)

コース/お茶の水公園~湯島天神~一葉旧宅跡~根津神社~上野公園~入谷鬼子母神~花川戸公園(ゴール)⇒ほおずき市会場(浅草寺境内)

**〇みどころ** 7月 9·10 日に浅草寺に参拝すると四万六千日分の功徳があると言われています。今回は文豪ゆかりの地を訪ねた後、浅草寺に参拝し、境内を彩るほおずきの屋台が並ぶほおずき市を散策しながら江戸情緒を味わいたいと思います。



浅草ほおずき市の風景

### 第159回(通算889回)7月平日ウオーク 葛西臨海公園ウオーターフロント

10km 団体歩行

(コースリーダー 島 明良) 😡 090-9231-6664(島)

#### 《Cリーグ対象行事》

**日 時** / 7 月 20 日 (水) 9 時 30 分迄集合 (9 時~受付)

**参加費/**北総歩会員 100 円、その他 300 円

集 合/子供の広場(東京メトロ東西線 西葛西駅南口 徒歩7分)

**解 散**/12 時 30 分頃 葛西臨海公園内大観覧車付近(JR 京葉線 葛西臨海公園駅 徒歩 6 分)

コース/子供の広場(WC)~新長島川親水公園~新左近川親水公園(WC) ~フラワーガーデン(WC)~葛西臨海公園内散策(WC)~大観覧車付近



**〇みどころ**/暑い時期ですので、出来るだけ水辺と木陰のあるコースを歩きます。 **葛西臨海公園の大観覧車** 葛西臨海公園内を散策し、大観覧車付近がゴールになります。解散後、園内でお仲間と昼食(お弁当)を楽しまれてはいかがでしょうか。なお、残念ながら、大観覧車と水族館は定休日になっています。

### 第266回(通算890回)7月いきいきウオーク 「松戸を歩く 古民家旧齋藤邸~国分川」

7 km 自由歩行 (コースリーダー 佐々木 のぶ子) <u>090</u>-9837-9512(佐々木)

★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** / 7 月 30 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

集 **合**∕東松戸中央公園(JR 武蔵野線 東松戸駅西口 徒歩 4 分)

**解 散**/10 時 30 分~11 時 45 分 松戸 3 丁目公園(JR 常磐線 松戸駅東口 徒歩 10 分)

コース/ 東松戸中央公園(WC)~ゆいの花公園(WC)~眞隆寺~古民家旧齋藤邸~子の神橋~獅子舞橋~二十世紀梨原木の碑(WC)~陣ケ前信号~松戸3丁目公園



古民家旧齋藤邸

**○みどころ**/ 鮮やかな色の花やハーブのいい香り満載の公園、夏草の生い茂る水辺、二十世紀梨の誕生の地、など足が喜んでくれたらいいなあと願い 7kmのコースが出来ました。松戸市観光スポットの「古民家旧齋藤邸」は土曜日なので門が閉っています。残念ですが門構えにも趣を感じられます。市の花はつつじ・紫陽花・野菊です。



# 北総歩こう会の情報 インフォメーション

### ●新行事のご案内・・・「北総**さんぽ**ウオーク」がスタートします。

ウオーキングをこれから始めたい方、北総歩に入会したがウオーキングについてもっといろいろと学び、本格的に歩きを続けたい方、長く歩いてきたがこれからは短い距離をゆっくりと歩きたい方、健康を維持するためにウオーキングを続けたい方などを対象に新行事を始めます。歩行形態は「団体歩行」になります。役員と一緒に楽しく歩きましょう。たくさんの皆様のご参加をお待ちしております。

- ・初回は5月28日(土)、今後は原則として毎月第4土曜日を予定しております。 ※次回以降、6/25(土)、7/23(土)に開催。
- ・時間は9時30分~12時頃(お弁当は不要です) ※当日、午前7時の天気予報で雨の場合は中止。
- ・場所は北柏駅南口から徒歩13分の「北柏ふるさと公園」です。 ※毎回、同じ場所に集合します。
- ・参加費は北総歩会員100円、その他300円。
- ・距離は3~5km 位です。※IVV、完歩証は有りません。
- ・ポールを使ってのウオーキングも可能です。 (ポールの貸し出しは有りません、ご持参ください。)

※詳細はチラシをご覧ください。

■ 090-8725-1355(竹渕)



### ●2022年4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.1085 松戸市 前田 忍さん

会員 No.1086 清瀬市 中西 昭文さん

### ●平日ウオーク、平日パスポート回数達成者表彰

4/5(火)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 ちば歩 五十嵐 信雄さん 30回 ちば歩 小関 重美さん 10回 ちば歩 倉橋 みつゑさん

### ●ウオーキングステーション30回達成者表彰

3/28(月)いきいき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 柏の葉WC 坂東 京子さん

### ●緊急時の連絡について

2022 年度会員更新の際に、更新申し込み用紙にご記入いただきました PC メールアドレス、携帯電話メールアドレス、携帯電話番号を登録させていただきました。当会からの行事開催中止などの緊急連絡に使用させていただきます。その際発信者名は、「北総歩こう会」または運営委員長の「遠藤」と表示されます。固定電話のみの登録の会員の方は、役員より電話連絡とさせていただきます(1/29 谷中界隈散策中止のご連絡から運用せてい

ただきました)。従いまして現行の「会員限定メールサービス」は、廃止とさせていただきます。

会員更新の際に<u>①PC メールアドレス、②携帯電話メールアドレス、③携帯電話番号</u>を書き漏らされ、登録希望の方は①~③を複数かまたはいずれかをメモで、平野事務局長までお申し出ください。

### ●会員募集中で<u>す。一緒に歩きませんか。</u>

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 加入でき、例会は参加費無料(一般 300 円)。 北総いきいきウオーク、平日ウオークは 100 円(一般 300 円)とお得 です。入会案内、入会申込書は行事に参加されたときに役員にお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。入会をお待ちしております。

年齢を問わずたくさんの方が歩いています。仲間になって一緒に楽しく歩きませんか。



## 行事報告

2022 年 3 月例会ウオーク『江戸川の菜の花』を担当して

開催日:2022 年 3 月 21 日 (月祝) 天候:晴れ 参加者:137 名 距離:11km 自由歩行

当初計画時のリーダーが体調不良によりサブリーダーが繰り上がりました。前 回 2017 年に同タイトルで運河駅をスタートし 15km のコースでしたが所用があ り欠席したため初めてのコースとなりました。15km は長すぎると思い短縮して流 山駅まで11km に設定しました。天気にも恵まれ運河の菜の花・江戸川の菜の 花と両方楽しんでいただけたと思います。メインの江戸川の菜の花は下見の際 あまり咲いてなく当日はもっと咲いていると思いましたが少なかったように感じま した。このコースはトイレが少なく中間を少し過ぎた流山クリーンセンターでは祭



日ですが月曜日の為休館日でNG。向かいのホットプラザ下花輪の外から使用できるトイレ 江戸川の菜の花 があるのがわかり使用許可をもらいました。しかし一つしかなくご不便をおかけしましたがなにごともなく終了でき ましたのは参加者の皆さんの協力のおかげです。有難うございました。(コース担当 渡邊 博史 平野 利夫)

### 2022 年 3 月いきいきウオーク『桜三昧ウオーク』を担当して

コースリーダー 染谷 勇

開催日:2022年3月28日(月)天候:晴れ 参加者:111名 距離:8km 団体歩行

この桜の行事の担当が決まった時、以前担当した時は葉桜になっていたり、 強風だったり良い思い出は有りません。今回は、いきいきウオークで距離を短くし 手賀沼公園をスタートして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~ゴールの大堀川防災レクリェーション公園 まで全コース桜の下を歩くことにしました。開催の一週間前頃までの桜開花予報 は手賀沼近辺で3/28が満開予報で安心していました、しかし4~5日前から急 に気温が下がり雪が少し降り、雨になりつぼみがなかなか開かずヤキモキしまし



たが前日に気温が上がり何とか五分咲き位に、中には満開の木もありホッとしました。 柏ふるさと公園での花見 北総としては初めての試みとして感染防止のため班分けでの歩行をお願いしましたが参加者の皆さんが楽しく 歩いている様子をみて団体歩行にして良かったと思いました。参加者・役員・協力員の皆さんご協力有難うござ いました。 (コース担当 加藤 洋子 中山 弘)

### 2022年3月平日ウオーク『変わりゆく東京』を担当して

開催日:2022 年 4 月 5 日(火)天候:小雨/晴れ 参加者:112 名 距離:10km 自由歩行

4月最初のウオークは東京での開催。集合場所に来てみると霧雨が降っており 肌寒くどのくらいのウオーカーさんが見えるのだろうかと心配でしたが 112 名の参 加があり安心いたしました。コースは出来るだけわかりやすく歩きやすいものをと 考え作りました。東京の街の変化が著しくウオーカーの皆さんも驚いたのでは・・・ 明治通り沿いには枝垂桜がここぞというばかりに咲いておりソメイヨシノとはまた違

った趣がありウオーカーさんを優しく迎えているようでした。 ただ自由歩行ということもあり地図を見ながら歩いて頂いた為にコースから外れて 歩かれた方もいらっしゃったようでした。慣れていない東京の道ではありますがウ



ゴールの高輪ゲートウェー駅

オーカーの皆さん、そしてサポートして戴いた役員・協力員のおかげで事故もなく無事終了させていただきまし た。ありがとうございました。 (コース担当 安国 正夫

【編集後記】コロナ感染拡大も近県(都)では減少傾向にあり、少しホッとしています。季節も木々が芽吹き新緑と なり、いろいろな花も咲き始め、ウオーキングには最適の時期になってきました。 気温に注意し熱中症にならない よう水分を取りながら無理をしないでマイペースで歩きましょう。コロナ感染拡大防止対策も忘れずに。〈歩友人〉