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 (4/1)

ほゆう

２０２３年４月号 通算３４５号
発行／北総歩こう会・広報
〒270-2231 松戸市稔台 2-28-19 青木方
E-mail：3715lief@jcom.zac.ne.jp
HP：http:/hokusouarukoukai.sakura.ne.jp/

ウオ-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。

★中止になるかの判断に迷われた場合は事前に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受付時・会話時のマスク着用 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

〜〜

第４７６回（通算９１７回）特別例会ウオーク 第２０回大正浪漫ウオーク in 手賀沼

6/10/18/32ｋｍ 全コース：自由歩行

≪Cリーグ対象ウオーク≫ 【国際・日本市民スポーツ連盟公認大会、子供パスポート認定大会】
【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（土・祝）
自由歩行：32ｋｍ 8 時 30 分～9 時迄受付 受付終了後順次スタート
自由歩行：18/10/6ｋｍ 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 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。
32km：手賀沼一周+手賀川両岸、大正浪漫の各施設を歩きます。
18km：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 20 回目となる人気のコースです。全コースとも自由歩行で手賀沼を反時計回りに廻ります。32kmコースは手賀川両岸を歩きます。6kmコースはご家族、お友達と大正浪漫関連の施設がゆっくりと楽しめます。

※事前受付は 15 日迄、お急ぎ下さい。詳細は「第 20 回大正浪漫ウオーク in 手賀沼」チラシ参照。

第２７５回（通算９１８回 ５月いきいきウオーク 春の清水公園からむらさきの里　８ｋｍ 団体歩行

（コースリーダー　宮﨑　敏之）　080-3431-4628（宮﨑）

上花輪歴史館(高梨氏の邸宅跡)

★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／5 月 4 日（木・祝）9 時 15 分迄集合(9 時～受付)（※昼食不要）

参加費／北総歩会員 100 円、その他 300 円

集　合／清水市民の森(東武野田線　清水公園駅西口 5 分)

※集合場所にはトイレがありません。駅で済ませてお集まり下さい。

解　散／12 時頃　東武野田線　清水公園駅　東口広場(清水公園駅 1 分)

コース／清水市民の森～桜の里公園(WC)～上花輪歴史館～郷土博物館(WC)～けやき公園～あじさい公園～清水公園駅東口広場

〇みどころ／　日本の調味料の「醤油」その醤油でも世界に名だたる「キッコーマン」醤油を造り上げた「茂木氏」、「高梨氏」そして醤油の町「野田」はそのあちらこちらに両氏の活躍の跡が見受けられます。今回は「上花輪歴史館」(高梨氏の邸宅跡)「郷土博物館(茂木氏の邸宅跡)を見て歩きます。

第１６８回（通算９１９回）５月平日ウオーク　キンラン・ギンランを訪ねて　７／１１ｋｍ 団体歩行　（コースリーダー　竹渕　房夫）　090-8725-1355（竹渕）

東深井地区公園のキンラン

日　時／5 月 10 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／運河水辺公園(東武野田線　運河駅西口 5 分)

解　散／7km　11 時 30 分頃　柏の葉公園　(バス停:東大前 2 分　柏駅西口行/江戸川台駅行)

11km　14 時頃　かしわのはらっぱ(TX 線　柏の葉キャンパス駅 2 分)

コース／運河水辺公園～東深井地区公園(キンラン・ギンラン)～柏の葉公園(7kmゴール・昼食)～こんぶくろ池(キンラン)～1号近隣公園～かしわのはらっぱ

〇みどころ／キンラン・ギンランの可憐な花を観に「東深井地区公園」と「こんぶくろ池」を訪ねます。綺麗な花が観られると良いですね。緑豊かな自然の道、新興住宅街、高層ビル街と変化の有るコースをお楽しみください。

第４７７回（通算９２０回）５月例会ウオーク　旧日光街道の松並木を歩く　１０／１３ｋｍ　団体歩行　（コースリーダー　鹿島　一眞）080-5037-3095(鹿島)

旧日光街道千本松原

日　時／5 月 20 日（土）9 時迄集合(8 時 45 分～受付)

参加費／北総歩会員・CWA加盟団体会員 無料、その他 300 円

集　合／見田方遺跡公園(JR 武蔵野線　越谷レイクタウン駅北口　2 分)

解　散／10km 12 時頃　百代橋(太鼓橋)(東武伊勢崎線　獨協大学前駅 5 分)

13km 13 時 30 分頃　氷川中公園(東武伊勢崎線　草加駅 4 分)

コース／見田方遺跡公園～東漸院～草加公園～三覚院～蒲生の一里塚～百代橋(太鼓橋)(10km コース　ゴール)～矢立橋(太鼓橋)(昼食)～草加芭蕉庵(札場河岸公園)～東福寺～氷川中公園

〇みどころ／市内最古の寺東漸院、三覚院を巡り、旧日光街道千本松原とも呼ばれる石畳が敷かれた遊歩道(1.5km)を歩いて江戸の風景を満喫頂きます。10km コースは途中にある百代橋がゴールとなります。その後、三鈷の松で知られる東福寺を訪れゴールの氷川中公園を目指します。13km コースを歩かれる方は昼食の用意をお願いします。

北総さんぽウオーク　3～5ｋｍ 団体歩行

（コースリーダー　竹渕　房夫）　090-8725-1355(竹渕)

日　時／第 11 回　4 月 22 日（土）**第 12 回** 5 月 27 日（土）

第 13 回　6 月 24 日（土）**第 14 回** 7 月 22 日（土）

9 時 20 分(9 時～受付)～12 時頃　(IVV、完歩証は有りません)

参加費／北総歩会員 100 円、その他 300 円

集合／解散　北柏ふるさと公園(JR 常磐線各駅停車　北柏駅南口 10 分)

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ぜひご参加ください。

第４７８回（通算９２１回）６月例会ウオーク　３０周年記念ウオーク
１０ｋｍ　団体歩行　（コースリーダー　島　明良）090-9231-6664(島)

日　時／6 月 11 日（日）9 時迄集合(8 時 45 分～受付)
参加費／北総歩会員・CWA加盟団体会員 無料、その他 300 円
集　合／手賀沼公園（JR常磐線 我孫子駅南口 10 分）
解　散／10km 11 時頃　柏ふるさと公園(JR常磐線各駅停車 北柏駅 10 分)
コース／手賀沼公園(集合・WC)～25 周年記念植樹(八重桜)前～手賀大橋～道の駅しょうなん(WC)～北千葉導水ビジターセンター(WC)～柏ふるさと公園(解散)～ハート柏迎賓館(記念式典会場)に歩行誘導
〇みどころ／当会のホームグランドである手賀沼周辺を散策します。大正浪漫ウオークでおなじみのコースとなります。

手賀沼親水広場・水の館

午後から創立30周年記念式典・祝賀会があります。午前中解散の為、昼食の準備は不要です。
★記念式典・祝賀会に参加されない方もウオークは通常の例会ですので、お気軽にご参加ください。

第１６９回（通算９２２回）６月平日ウオーク　流山の紫陽花２０２３
６／１０ｋｍ　団体歩行　（コースリーダー　島　明良）090-9231-6664(島)

日　時／6 月 14 日（水）9 時 15 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／南柏児童遊園(JR常磐線各駅停車　南柏駅西口 5 分)
解　散／6 ㎞ 11 時 30 分頃　流山総合運動公園(TX線　流山セントラルパーク駅 5 分)
10 ㎞ 14 時頃　東平賀公園(JR常磐線各駅停車　北小金駅 8 分)
コース／南柏児童遊園(WC)～流山市東部公民館(WC)～東部あじさい苑～あじさい通り～寶蔵院～流山総合運動公園(6km ｺｰｽｺﾞｰﾙ・昼食)～本土寺山門(経由)～東平賀公園(WC)

あじさい通りの紫陽花

〇みどころ　流山の紫陽花(あじさい)と言えば、「あそこ」というほど有名？になりました。
最初の休憩場所「流山市東部公民館」前の『あじさい苑』を鑑賞した後すぐ、約 300 メートルにわたる流山の名所『あじさい通り』を歩きます。日本古来のあじさい、大正時代に逆輸入されたといわれる西洋あじさい、北アメリカ産のあじさいなど、色・形もとりどりに咲くありさまは見事です。お楽しみください！！

第２７６回（通算９２３回）６月いきいきウオーク 皇居東御苑と北の丸公園　８ｋｍ 団体歩行
（コースリーダー　平野　利夫）☎04-7133-1589(平野)
★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 25 日（日）9 時迄集合(8 時 45 分～受付)（※昼食不要）
参加費／北総歩会員 100 円、その他 300 円
集　合／上野恩賜公園・国立西洋美術館北(JR 常磐線上野駅公園口 2 分)
解　散／12 時頃　北の丸公園（地下鉄　九段下駅 5 分）
コース／上野恩賜公園～清水観音堂～万世橋～神田須田町界隈～神田児童公園(WC)～鎌倉橋～将門塚～大手門～天守閣跡(WC)～北桔橋門～北の丸公園(WC)～地下鉄九段下駅

皇居東御苑・二の丸庭園

〇みどころ／江戸城の本丸、二の丸、三の丸部分が現在の皇居東御苑。今年、開園 150 年を迎える上野恩賜公園は江戸時代に寛永寺の境内地だった。最短で 5km 弱の行程を歴史的建造物等を巡る寄り道をして楽しみます。皇居東御苑では右廻り、左廻りの二コースに分かれ、天守台脇で合流し、北の丸公園に向かいます。

北総歩こう会の情報
インフォメーション

●2024 年度行事（案）募集中。提案ください（4 月 29 日まで）。
名所・旧跡・景色が良い、過去に歩いて良い等、歩いてみたいコース案を適当な用紙に書いて、4/29(土・祝)「第 20 回大正浪漫ウオーク in 手賀沼」の行事までに染谷運営委員長、又は近くの役員にお渡しください。
●創立 30 周年記念式典：祝賀会を開催します（会員限定・飲食あり）詳細は次月号にて。
30 周年記念ウオーク終了後に、参加される方を会場(ハート柏迎賓館)まで歩行誘導します。

●２０２３年３月 21 日迄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.1100　船橋市　小野塚　弘子さん　　　会員 No.1101　流山市　堀越　和美さん
会員 No.1102　千葉市　數馬　實さん

新役員紹介

2023 年度定期総会において、武田幸彦氏が新役員に承認されましたので紹介をさせて頂きます。今後ともよろしくお願いいたします。

武田（たけだ）　幸彦（ゆきひこ）氏　（会実員番号　H-694）

この度の総会で新役員となりました武田と申します。

生まれは秋田県、その後、埼玉県、東京都、香川県と移り住み、現在柏市に住んでおります。ウオーキングを始めたきっかけは、健康診断でコレステロール、中性脂肪などが年々悪くなる一方で、医師から薬よりも、ウオーキングを始めた方が良いと言われた事でした。2001 年（平成 13 年）の秋から香川県ウオーキング協会に入会、2 年間単身赴任した後、2003 年（平成 15 年）4月から北総歩こう会に入会し、始めは健康のためにウオーキングしておりましたが、2008 年（平成 20 年）あたりから、歴史、博物館、風景を観ながら、楽しくウオーキングできるようになりました。2019 年（令和元年）から 4 年間協力員として楽しくお手伝いをさせていただきましたが、この度とうとう役員を引き受けることになりました。会員の皆様、役員の皆様には、これからもご指導よろしくお願い申し上げます。

行事報告

2023 年 2 月平日ウオーク「防災ウオーク旧水戸街道　綾瀬～松戸」を担当して
コースリーダー　宮﨑　敞之
開催日：2023 年 2 月 1 日（水）天候：晴　参加者：116 名　距離：7/12km　団体歩行

一里塚跡碑と光圀公・助さん・格さん像

都内のウオークにしては 30 分も早くの受付時間、さてどのくらいの方に参加していただけるのか心配致しましたが、天気に恵まれ予想を超える115名の方々に参加いただきました。出発式後旧水戸街道をゴールの松戸西口公園を目指しスタートしました。途中途中旧水戸街道であったことを示す石碑等を見ながらショートコースゴールである金町に到着。ここで半数の方がお帰りになりました。残りの方々はゴールの松戸に向けスタート。このころから風が強く吹き始め途中昼食場所の東金町運動場では落ち葉にまみれての昼食後平日ウオークの表彰式を行い再スタート。
風はさらに強くなり帽子を押さえながらのウオークでしたが無事松戸西口公園に到着。
ショートコースの方々にはリーダーのミスにより大変ご迷惑をおかけしてせっかくの楽しいウオークに水を差してしまいました。参加者の皆様、スタッフの皆さんのご協力のおかげで事故もなく終わりました。ありがとうございました。　（コース担当　竹渕　房夫・青木　茂）

2023 年 2 月いきいきウオーク「西白井の白鳥」を担当して　　コースリーダー　遠藤　啓一
開催日：2023 年 2 月 11 日（土祝）天候：晴　参加者：143 名　距離：5/9km　団体歩行

白鳥を見学する参加者

西白井の白鳥は3回目、前回は 3 年前の同時期174名集まった行事をほぼ同じコースで開催しました。北総鉄道は料金が高いのでどうしても新鎌ふれあい公園出発になり新しい道と行っても限られますが何とか知恵を出し多少変化をつけたコースとなりました。特に一人で初めてコース下見した際、七次川調整池全体を見ることができる団地内遊歩道を見つけた時は自分自身感動しました。その後、西白井駅前のバス乗り場で新鎌駅直通バス乗り場を探すが見つからず苦労しましたが何とか見つかってホッとしました。地図を印刷後直前の下見でそのバスの時刻表が少し改定されていました。

楽しめて、参加者の皆様から今日のコースは良かったとの声も頂きました。
けが等の事故もなく、無事行事を終了出来ましたのも参加の皆様、役員・協力員御協力のおかげと、感謝しております。有難う御座いました。　（コース担当　安国　正夫・荒原　恒子）

～～～

編集後記：今月号より編集を担当する青木です。初めてのことで戸惑いながら何とか発行できました。これからもよろしくお願いいたします。今年で創立 30 周年、大正浪漫ウオークも 20 回と記録ずくめの年となります。皆様のご協力をお願いいたします。リーダーの行事は殆ど晴れのためニックネームを歩晴人と決めました。（歩晴人）