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（7/1）

ほゆう

２０２３年７月号 通算３４８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４８０回（通算９２７回）８月例会ウオーク　ミニナイト手賀沼の花火　１１ｋｍ　団体歩行

（コースリーダー　鹿島　一眞）080-5037-3095（鹿島）

手賀沼の花火

日　時／8 月 5 日（土）17 時迄集合（16 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／稲荷谷公園（東武野田線　増尾駅東口 4 分）
解　散／19 時 40 分頃　柏ふるさと大橋高架下（JR常磐線　柏駅 25 分、または北柏駅 15 分までご案内します）
コース／稲荷谷公園～廣幡八幡宮～増尾城址公園（WC）～ヒドリ橋(ここより自由歩行)～北千葉導水ビジターセンター（WC）～柏ふるさと大橋高架下
〇みどころ／新型感染症の影響で一時中断するも、4 年ぶりに「手賀沼花火大会2023」として開催されます。市民の間に夜空の華として定着しています。県内最大級であり約1万3500発が打ち上げられます。

第４８１回（通算９２８回）９月例会ウオーク　取手史跡ウオーク　１０ｋｍ　団体歩行

（コースリーダー　遠藤　啓一）090-2405-8353（遠藤）

旧取手宿本陣

日　時／9 月 10 日（日）10 時迄集合（9 時 40 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／取手ウエルネス前広場（JR 常磐線　取手駅西口 5 分）
解　散／13 時～14 時頃　　取手駅東口（JR 常磐線　取手駅 1 分）
コース／取手ウエルネス前広場～井野天満宮～本多作左衛門墳墓～鹿島神社～相野谷川親水公園（昼食・WC）～埋蔵物文化センター（WC）～念仏寺～旧取手宿本陣～長禅寺（IVV 配布）～取手駅東口（流れ解散）
〇みどころ／茨城県の玄関口であり宿場町として栄えた取手の歴史をめぐる案内ウオークです。一筆啓上で有名な本多家の墳墓や史跡を中心に案内いたします。のどかな田園の中を歩き利根川沿いの相野谷川親水公園で食事後、埋蔵物文化センターでトイレ休憩。取手の裏道を選びながら歩き、取手駅東口で解散です。

第２７８回（通算９２９回）９月いきいきウオーク 祖光院の彼岸花　７ｋｍ 団体歩行

（コースリーダー　荒原　恒子）　080-3094-6678（荒原）

★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／9 月 18 日（月・祝）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／やまぶき公園（新京成線　五香駅西口 6 分）
解　散／12 時頃　ひまわり公園（新京成線　常盤平駅 3 分）

コース／やまぶき公園～祖光院～熊野神社(WC)～八坂神社～21世紀の森と広場(WC)～ひまわり公園
○みどころ／松戸市金ケ作にある祖光院の彼岸花は境内の林の中を真っ赤にいろどり、ミニ巾着田とも言われ見ごたえがあります。その中から白や黄色やピンクの品種を見つけるのも楽しいことでしょう。四つの小さな森の側も歩きます。

満開の祖光院の彼岸花→

第１７１回（通算９３０回）９月平日ウオーク　戦災樹木を巡る（台東区・墨田区）
６／９／１３ｋｍ　団体歩行　(コースリーダー　竹渕　房夫) 090-8725-1355(竹渕)

日　時／9 月 20 日(水) 9 時 30 分迄集合(9 時 15 分～受付)
参加費／北総歩会員 100 円、その他 300 円
集　合／上野恩賜公園動物園前交番前(JR 線　上野駅公園口 3 分)
解　散／6km　11 時頃　横網町公園(JR･メトロ線　両国駅 8 分)
9km　12 時 30 分頃　吾嬬神社(東武亀戸線　小村井駅 7 分)
13km　14 時 30 分頃　浅草寺裏側(東武･メトロ線　浅草駅 5 分)
コース／上野恩賜公園～小島公園～三筋一丁目～横網町公園(昼食･6km ゴール)～吾嬬神社(9km:ゴール)～飛木稲荷神社～牛島神社～隅田公園～浅草寺

東京都美術館裏の戦災樹木

○みどころ／「戦災樹木」とは 1945(昭和 20)年 3 月 10 日の東京大空襲による火災で被害を受けながらも消失を免れ、焦げ跡や空洞など戦争の遺跡を今に伝える樹木です。東京 23 区内には 202 本が確認されております。今回は比較的廻り易い台東区、墨田区内の合計 6 か所に現存する「戦災樹木」を巡ります。

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 14 回　7 月 22 日（土）第 15 回　9 月 23 日（土）
第 16 回 10 月 28 日（土）第 17 回 11 月 25 日（土）
9 時 20 分(9 時～受付)～12 時頃
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。(IVV、完歩証は有りません)
柏市民対象の「かしわフレイル予防ポイント」対象事業として、ポイント付与があります。

北総歩こう会の情報
インフォメーション

『30周年記念式典･祝賀会』を担当して

記念式典・祝賀会担当　遠藤　啓一

30周年も前回同様、五つの部会(記念式典･祝賀会、記念品･記念ウオーク、表彰、広報、バスウオーク)の設定から始まりました。役員全員がどこかの部会に入り打ち合わせを重ねてきました。その設定は1年以上前の5月から始まりました。まずは開催日程を決めて会場の確保です。日程は毎回6月なので11日の日曜日とあっさり決まりました。次は会場探しですが、6月の流山の紫陽花の日に電話をして前回同様ハート柏迎賓館の新しい担当者と打ち合わせし、予約ができました。 30周年は大きな節目の時、役員の顔ぶれも変わっています。新しい役員をプラスして役員会のたびに打ち合わせしてきました。表彰部会は前回とメンバーが変わらなかったので一番早く作業が進んでいきました。

会長の挨拶

広報は毎回過去5年間の行事記録をまとめる良いチャンスですが、原稿集めや校正・会場でのスライドショー用の写真を集めるにも大変な苦労があったと聞いています。今回の記念誌の出来はいかがだったでしょうか？また、記念品部会は限られた予算の中で皆さんが使っていただけるものをと考えブックカバーを選びました。最初は合皮でなく本革と考えたのですが予算オーバーのため断念。その分細いボールペンやカードホルダーを付け使い方のマニュアル作成などの工夫に追われました。式典部会は20・25周年の経験があったので比較的楽でしたが、直前になると色々細かい作業に追われました。

表彰式（5 年間完歩賞）

記念ウオークは朝からの雨のため参加者が少なかったのですが、時間前に式典会場に着くよういろいろな工夫を重ねて時間前に到着できました。記念撮影も雨なら式典会場でとテーブルを並び替え準備しましたが、幸い撮影の時間の11時頃には雨もやみ曇りとなり当初の予定通り入口階段にて撮影することができました。その後の式典・祝賀会は参加役員全員おもてなしの心で各テーブルに散って会員の皆さまを盛り上げるようお願いしました。そんな苦労も式典・祝賀会にご参加いただいた会員の皆さまの笑顔に報われた思いです。慣れない運用でございましたが5年に1回の事ですので多少の事は目をつぶられてお許し下さい。5年後同様に楽しく35周年パーティーに参加頂けますよう皆様のご健康を祈念いたします。

ゆったりと会食・カラオケ

カラオケの最後は女性コーラス隊

●3 月 13 日より『マスク着用は個人の自己判断』に！「当会では役員会にて以下を確認」

支援役員はマスク持参、リスクの高い「受付時のマスク着用を申し合わせ、他の場面では自己判断」

●北総歩こう会 30 周年を祝し、6 名様よりご寄付を頂きました。感謝申し上げます。

金一封　匿名希望(6 月 7 日、6 月 11 日、6 月 14 日および 6 月 25 日に計 6 名様から)

※ご寄付は 30 周年記念事業に使わせていただきました。

●平日パスポート回数達成者表彰

6 月 14 日平日ウオーク開催時に認定・表彰されました。おめでとうございます。

90 回　北総歩　矢田貝　君子さん	90 回　北総歩　遠山　登士さん
50 回　北総歩　宮本　昇さん	50 回　船橋歩　蓮池　彰さん
30 回　あつぎ W　武村　泰幸さん	10 回　ちば歩　大西　美智子さん

行事報告

2023 年 4 月平日ウオーク「常盤平さくら通りと公園巡り」を担当して　　コースリーダー　青木　茂

開催日：2023 年 4 年 18 日（火）天候：曇　参加者：97 名　距離：7/13km　団体歩行

常盤平さくら通り、八柱霊園、紙敷さくら通り、国分川と桜の名所を巡るコースとして提案しましたが、季節は移り、つつじや藤の花が咲く時期となりました。常盤平さくら通りの桜は散り、葉が茂り涼しげでした。曇り空で汗をかかないようゆっくりと歩き、八柱霊園ふれあい広場でトイレ休憩。立ち寄ったゆいの花公園は藤の鉢が藤棚の

ようでした、またきれいな花壇に癒されました。お昼ごろから雲いきが怪しくなり、ほぼ4割近くが東松戸中央公園で帰られました。昼食後は予定より早めにスタートし、菜の花と鴨が遊ぶ国分川、和名ヶ谷スポーツセンター内公園を通り、松戸中央公園までとにかく雨に降られず無事にゴールできました。松戸駅が遠くてご迷惑を掛けました。ご参加の皆様、支援役員の皆様ありがとうございました。
（コース担当　荒原　恒子 ・ 渡邊　博史）

ゆいの花公園を歩く→

2023年5月いきいきウオーク「春の清水公園からむらさきの里ウオーク」を担当して
コースリーダー　宮﨑　敞之

開催日：2023年5月4日（木・祝）天候：晴　参加者：117名　距離：8km　団体歩行

　抜けるような青い空、絶好のウオーキング日和、ゴールデンウオークの中日、いきいきウオーク開催には絶好の条件がそろい117名のウオーカーが清水市民公園に参集していただきました。予定通りウオークを開始するとそれに伴い気温がグングン上がり熱中症が心配されるほどの陽気でした。一部コースを変更して清水公園の中を歩きました。コースの途中では初夏に咲くつつじや多くの花が咲いていました。ただ本日のコースはトイレの場所が少なくそのためトイレのあるところではその都度多めの時間を取ったためゴール到着が10分ほど遅れてしまいましたが多くのウオーカーは心配していた熱中症も何のそのゴールの清水公園東口広場まで完歩されました。事故やけがもなく無事行事が終わりましたがこれも参加されたウオーカーのご協力、又サポートしていただいた役員の皆さんのおかげだと感謝しております。　（コース担当　島　明良 ・ 平野　利夫）

郷土資料館で休憩後に出発

2023年5月平日ウオーク「キンラン・ギンランを訪ねて」を担当して
コースリーダー　竹渕　房夫

開催日：2023年5月10日（水）天候：晴　参加者：96名　距離：7/11km　団体歩行

　快晴の夏日との予報の為か、タイトルに魅力が無かったのか、期待が大きすぎたのか96名の参加者になりました。今回はコース地図をフルカラーにして、皆さんにきれいな地図ですねとの声をいただき良かったと思いました。

　キンランは今年桜、チューリップなどもそうですが2週間ほど早く開花してしまい、当日まで咲いていてくれるか気をもんでいました。3日前の下見で咲いているのを確認してホッとしました。キンランは小さな花ですので咲いている場所には説明人を配置して、参加者の皆さんに観ていただきました。柏の葉公園のバラと合わせ、皆様に喜んでいただきほっといたしました。ご参加の皆様有難うございました。　（コース担当　平野　利夫 ・ 宮﨑　敞之）

キンランの花

2023年5月例会ウオーク「旧日光街道の松並木を歩く」を担当して　コースリーダー　鹿島　一眞

開催日：2023年5月20日（土）天候：曇　参加者：102名　距離：10/13km　団体歩行

　仕事で海外出張となり当日リーダーの役目を果たせず申し訳ありませんでした。今回のコースは学生時代4年間を過ごした草加市の思い出の場所を結ぶ形に致しました。但し、当時と違い今回訪れた松並木等の見所は、どこも綺麗に整備されていました。木陰が少ないコースなので連日の猛暑を警戒しましたが当日は曇り空で助かりました。草加市内最古の東漸院では二つの市指定文化財を見学し、東京ドームの4倍の広さを持つ、そうか公園を北から南に抜け、蒲生の一里塚を目指しました。草加松原並木を満喫し百代橋の手前で約30名が10km のゴール。草加芭蕉庵周辺で昼食後、東福寺へ。三本葉の松の落ち葉を財布に入れておくとお金が貯まると言われる「三鈷の松」では皆さん落ち葉を拾っていました。一方通行化され歩道が拡がった旧街道を散策して草加神社前でゴールしました。参加者の皆様、ご協力ありがとうございました。
（コース担当　平野　利夫(リーダー代理)・宮園　憲子）

百代橋（太鼓橋）を渡る

〜〜〜

<u>編集後記</u>：4月に後期高齢者の仲間入りをしました。いつまでも健康で過ごしたいものです。歩こう会の行事のないときは朝のウオーキングを日課にしています。30周年記念事業は式典・祝賀会を盛大に終えることができました。記念誌作成に携わり30年の重みを感じました。残るバスウオークへの参加をお願いいたします。（歩晴人）