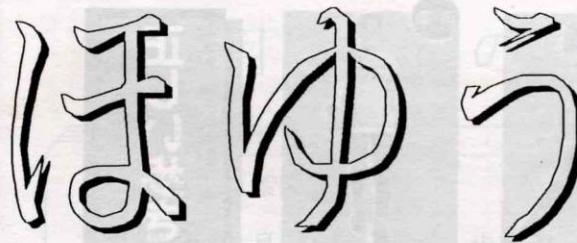


# 北総歩こう会

(1)



会報 40号

平成9年(1997) 5月例会時発行

〒271 松戸市松戸新田 24-9-504

北総歩こう会事務局

030-34-58750

## 手賀沼周遊ウォークについて！

本日は「手賀沼周遊ウォーク」に御参加いただき、ありがとうございました。  
突然の事で御迷惑をおかけいたしますが、本日の運営方法に変更が生じました事をお知らせ致しますと共に、御理解の程よろしくお願い申し上げます。

### ☆参加費

- ・北総歩会会員 ⇒ 無 料
- ・他歩協 " ⇒ 100円

記念品等は、なし！

- ・一般参加者 ⇒ 1000円  
(中学生以下は、500円です)

150名まで準備！

昨年までは、行事の参加者全員から「参加費1000円」をいただき、記念品等を差し上げておりました。  
しかし、運営方法の見直し等について議論が行われた結果、参加費・記念品・会員対応等改善する事となりました。

この結果、在庫品等への補充によって不必要的在庫を抱える事が懸念される為、今回は充分な品数が揃わないまま、開催させる事となりました。  
そこで、現在庫品は一般参加者用に使わせていただきますので、会員の皆様方には記念品のないかわりに参加費を無料(100円)とさせていただきます。

来年からは装いも新たな「第1回手賀沼周遊ウォーク」を開催する予定です。  
ぜひ御期待下さい。

(事務局)

### ☆事務局会から

9日(土)、千葉市花園公民館で千歩協事務局会が開催されました。  
報告事項から、内容は次のとおり。

1. アルコロジー大会開催  
10月25日の予定が、11月9日に変更。  
県庁所在地の公園を中心に、毎年開催するとの事。
2. 20周年記念行事について  
細部について、実行委員会で検討中。  
式典は「ほてい屋」で200人程度を予定。  
会費500円?
3. 東京湾横断ウォーク  
名称は「東京湾アクリネ完成記念ウォーク」  
11月24日が本命との事。  
ユースホステル協会と協力して実施。  
日歩協会が主催し、千歩協会が主管。  
当日は東海道ウォークと重なる為、東歩・  
埼歩等にも協力を要請中。
4. レクリエーション大会が野田市で開催  
平成10年に 野田市レクリエーション協会の  
主催で開催されるとの事。  
ウォーキングの参加要請も検討される。

—以上—



振り出す足裏がよく見え、背筋と後ろ足もよく伸びている。



背筋をピンと伸ばし、腕を振って元気よく。



目の高さは真っすぐ。足の裏が見えるくらいに振り出した足を伸ばす。

## 正しい歩き方



女性に多いフォームのくずれた力のない歩き方。



考え事をしているなど元気のない歩き方。

## ふあみりーウォーク

誰でも自由に参加できます。

約2時間程度（6～8km位）のウォーキングを、のんびりと行う予定です。  
お友達と誘い合わせて、ぜひ一度おでかけ下さい。

☆我孫子⇒6月 7日（土）

我孫子駅改札前に9時00分（集合・出発）

我孫子の史跡を訪ねて、北星神社から実篤邸を経て船戸の森へ

☆松 戸⇒6月 14日（土）

松戸駅西口広場、時計台前に13時30分（集合・出発）

水元公園から縛られ地蔵へ！ 解散はJR金町駅に。

☆ 柏 ⇒6月 18日（水）

JR南柏駅北口に9時00分（集合・出発）

流山総合グランドへ紫陽花の美しさを訪ねる予定。

※問合せ先 030-34-58750（古宮）

見えるはず 止まるはずでも 手をあげて

## 月例会の案内板

### ☆6月例会「紫陽花と一茶！」

開催日 6月15日(日)、歩行予定距離約12km。

- ・集合場所：千代田線南柏駅（駅より徒歩5分、南柏児童公園）
- ・集合時間：9時00分

足のむくまま、気のむくままに一茶の歩いた道を辿ってみたいと思います。

流山総合運動公園の紫陽花を愛でた後、一茶双樹記念館に立ち寄ります。

解散は流山鉄道の平和台駅で、15時00分の予定。

(担当者 菱和吉郎)

### ☆7月例会「ビール工場ウォーク」

開催日 7月26日(土)、歩行予定距離約13km。

- ・集合場所：我孫子駅北口（駅より徒歩2分、ふれあい広場）
- ・集合時間：8時30分

あけぼの山農業公園資料館と風車広場でちょっと一息。

恒例のアサヒビール茨城工場で見学後、美味しいビールを！

解散は関東鉄道の守谷駅で、15時00分頃の予定。

参加希望者は、はがきに住所・氏名・連絡先を記入して事務局へ  
7月5日までにお願いします。

(担当者 宮崎薫司)

☆詳細は次号「あるけ新聞」か事務局へ！

## 事務局より

・名札ができていますが、なかなか送る事ができず申し訳ありません。  
今少し待って下さい。（すいません！）

(携電、☎ 030-34-58750)

## 入会案内

常磐線沿線の自然と歴史、文化等を求めて、毎月一回楽しく歩いています  
入会金、年会費等初年度は6800円  
会員は（社）日本歩け歩け協会会員としても登録されます。

御連絡を戴ければ、入会案内書等を送ります。お友達をお誘いの上、皆様の御入会をお待ちしております。

— 事務局 —

## 6月例会案内

- |                             |        |
|-----------------------------|--------|
| 7(土) 緑の茂原ウォーク               | (ちば歩会) |
| 8(日) 九十九里はだしで歩こう            | (千歩協会) |
| 8(日) 大江戸八百八町・伊能忠敬           | (日歩協会) |
| 22(日) 川と水郷 菖蒲めぐり (船橋歩、市川歩会) |        |

☆ぜひお友達と一緒に出かけ下さい。

— 詳細は、あるけ新聞又は各歩会の事務局で！ —

## 独り言

晩春から初夏にかけて日本の山野はツツジで彩られる。“山で赤いのはつづじにつばき咲いてからまる藤の花”と俗謡に歌われているように、昔からツツジは燃えたつような花の色が賞美されてきた。

日本にはツツジの種類が多く、野生種だけでも20種以上あり、園芸種に到っては数百種にもなると言われています。

普通ツツジと言えばヤマツツジを指し、北海道から九州までの広い地域で自生する。高さ1~3mの小灌木、花は直径4~5cmのロート形、色は赤・紅紫・朱紅でまれに白色がある。

ミヤマキリシマは九州特産で霧島・阿蘇・九重・雲仙などの高山に生え、6月頃山肌をピンク色に染める。サツキはサツキツツジの略名でツツジの一種、川岸の岩の上に自生する。



花言葉は、  
赤花が恋の喜び  
白花は初恋

盛りなる花曼陀羅の躊躇かな

## <編集後記>

富士五湖ビック～東京スリーデー～手賀沼と、行事が毎週の様に続き、少しバテ気味！  
来週末はJR佐渡の下見予定。ちょっと遊んでこようかと思っていますが、振り返って見るとこの連休は一日も家に居なかつた事に気が付き、ドキッ！

話変わって、きょうから愛鳥週間が始まりました。手賀沼周辺に棲息する小鳥達を観察してみては如何。

(M)