

# ほゆう

会報 58号

平成11年(1999) 3月例会時発行

☎277-0861 柏市高田 754-13

北総歩こう会事務局

☎ 090-3345-8750

## 総会を終えて

会長 黒河内 尚

2月14日、無事総会を終えることができました。

前年の総会は5周年の節目でしたが、「設立して5年経つと運営委員の老化、マンネリなどにより活動が鈍りがちになる。新たに気持ちを引き締めて運営にあたります。」こんな事を御挨拶で申し上げました。

それからの一年間を振り返ってみると、私自身の努力不足のみが目立ち、将来に向けての明るいニュースの少ない、足踏みに終始した年だったように思います。おおいに反省もしております。

さて本年度ですが、登録会員数もほぼ昨年並みの中で、同様の行事開催を予定しております。その他に、県協会の行事として既に実施済みですが、大きな話題と旋風を巻き起こし房総半島を一周して行った「平成の伊能忠敬ウォーキング」を皮切りに、幾つかの協力行事等が計画されております。

さらに急速に高まりつつある一般市民のウォーキングへの関心からか、行政を始めとする諸団体が大会を企画したいと、本会へも協力要請が舞い込んできている状況にあります。

しかし、諸般の事情等により本年の運営委員は半減し、少数精銳にての対応になる事が現況です。

非常に好評であった「ふぁみりー ウォーク」も、今までの頻度ではこなせそうにありません。

そこで会員の皆様にお願いがあります。我こそはと思われる方、ぜひ運営委員に加わっていただけませんか。

また、会報用の原稿（ご意見・感想など）にもご協力をいただきたいと思います。

皆様のお力で、一段と充実した「北総歩こう会」となるように、もりたて、励ましていただける事をお願い申し上げます。

## ちょっと一言

1月、鹿児島県・指宿で開催された第一回「いぶすき菜の花マーチ」に参加した時名物の砂蒸し風呂にはいって、ポカポカ気分に浸ってまいりました。

ウォーキングの後に、のんびり温泉につかるのは最高な気分でした。

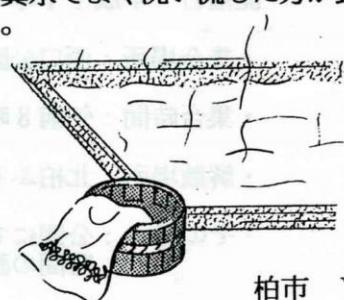
ここで、温泉の正しい入り方について、ちょっと一言。

かけ湯は心臓に遠い方から始め、湯舟には湯口から離れた所から入浴し、体を慣らしながら徐々に胸まで入りましょう。

ぬるめなら30分程度で、温泉の成分は充分吸収できるとのことです。

とても気持ちがいいからと言って、最初から何回も入浴するのは、却って体に良くないので注意が必要です。

また、泉質が酸性泉や硫黄泉などの場合は年配の方や、肌の弱い人などは湯から上がる時、真水でよく洗い流した方が良いそうです。



柏市 Y・K

## 「ふぁみりー ウォーク」について

4月より再開の方向で準備中です。昨年までのように、月三回の開催はできませんが、今までとは一味違った行事になるものと思います。

詳細は、次号の中で御報告致します。

— 事務局 —

## 月例会の案内板

### ☆ 4月例会「花シリーズ・般若院の桜を見に」

開催日 平成11年 4月 4日(日)、12km

- ・集合場所：佐貫駅前広場（常磐線佐貫駅下車、案内あり）

- ・集合時間：午前9時00分

- ・その他：本数が限られていますので、ご注意ください。

松戸	柏	我孫子	佐貫
----	---	-----	----

7:55	⇒	8:04	⇒	8:09	⇒	8:24
------	---	------	---	------	---	------

8:07		8:16		8:21		8:41
------	--	------	--	------	--	------

般若院の大桜が見られるといいですね。

毎年3月の下旬頃から、4月上旬頃が見頃とか？

参加される皆様の心掛けに期待します。

解散は、竜ヶ崎駅で午後2時30分頃の予定。

(担当者 大神智恵子)

### ☆ 5月例会「北柏の工場祭りに」

開催日 平成11年 5月16日(日)、13km

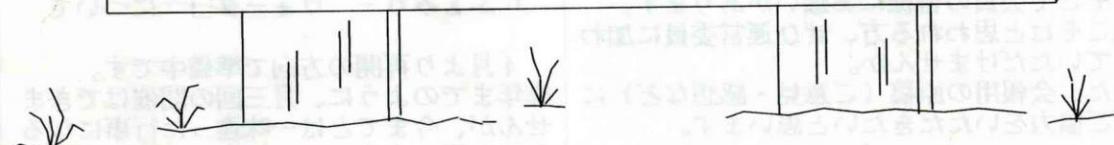
- ・集合場所：西口公園（常磐線・天王台駅下車、案内あり）

- ・集合時間：午前8時30分

- ・解散場所：北柏ふるさと公園にて、13時頃の予定。

- ・その他：公園にて解散後、工場祭りに参加します。  
時間の許す限りお楽しみ下さい。

(担当者 加藤洋子)



☆ 詳細は次号「あるけ新聞」か事務局へ！