ほゆう

会報　６５号
平成11年(1999)１０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

☆我孫子３００町（北町）を担当して

我孫子市は南を手賀沼・北は利根川の、馬の背と言われた土地で、ＪＲの駅が市内に６駅もある東西に細長い地形をしています。
このコースは、距離が長いので出来るだけ最短距離になるようにと、何回が歩いた末決めたものでしたが、例会当日はとにかく暑い日でした。
無風状態で蒸し暑く、最初のトイレ休憩場所である体育館で２名の御婦人が「もう歩けない！」と申し出てリタイヤ。
昼食をはさんで３回目のトイレ休憩場所となる“我孫子市立ふれあい工房„で、１４㎞コース（天王台駅）と１８㎞コース（我孫子駅）に分かれる事になっていましたが、あまりの暑さに多くの人達が天王台駅へと向かって行きました。

当日参加された皆様には、よく頑張って歩いていただきありがとうございました。
また、運営に積極的に協力していただいた他役員の皆様にも、感謝致します。
ありがとうございました。

我孫子市在住役員　宮崎篤司

☆『初心者ｳｫｰｷﾝｸﾞ教室』
を終わって　和田武年

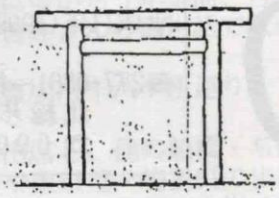
９月１８日開催のふぁみりーWで、本年上期の「ｳｫｰｷﾝｸﾞ教室」が終了しました。
昨年末、当初の目的を達成した事と、退任する役員が多く本例会の維持も危ぶまれる状況にあった事から、廃止の検討も行われましたが、存続を願う声に議論を重ねた結果、ｳｫｰｷﾝｸﾞ教室を加える事で再開する運びになりました。
小林氏を中心とする協力メンバーにコースをお願いし、私は「初心者ｳｫｰｷﾝｸﾞ教室」を担当する事になりました。
講師の協力も得られた為、私自身の出番は３回程でしたが、膨大な資料からＡ４一枚に何を掲載して６回分に取りまとめるか、苦労しました。　最終回は卒業記念にと「みんなで歩こう」の歌の指導もやってみましたが、皆さんの協力もあって大成功！
今月から下期が始まりますが、この教室で“歩く楽しさ„を知っていただき、本例会にも参加してもらえる事を願っています。

☆皆様も如何ですか？
柏市　社本峰子

私が歩くきっかけになったのは３年前、通勤バスの遅れがひどく一度歩いてみようと思った事からです。
それが今では楽しみになり、今年の１月北総会に入会し年間完歩を目指しつつ、大会にも少しずつ参加しているこの頃です。
９月１８～１９日には「第一回ｸﾞﾘｰﾝｼｬﾜｰ蓼科ツーデー」に参加してきました。
第一回目の大会でもあり、参加者は少なかったけれども地元役員の方々と和気あいあいの楽しいウォークになりました。
八子ケ峰の頂上からは、蓼科湖・女神湖や白樺湖が一度に見られ、又役員の方が担いで登って御馳走してくれた“スイカ„の美味しかった事、夜空いっぱいに輝いていた星がとてもきれいで感動した事など、良い思い出が沢山できた蓼科ウォークでした。
来年は是非皆様も参加して、地元の方々のあたたかい気持ちに触れ合いつつ、歩いてみませんか。

鳥居あれこれ（その２）

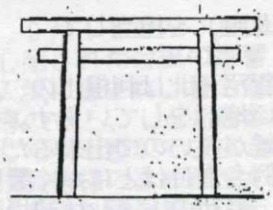
『神明鳥居』

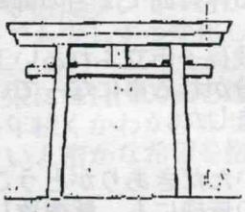


基本的な鳥居で、すべて円材を使います。この鳥居だけ「貫」が左右の柱までであり その他の様式では「貫」が柱を貫通しています。
靖国神社の鳥居が、この鳥居です。

『鹿島鳥居』

神明鳥居の「貫」を角材にして、その両端が柱を貫通し外に出ているものです。
鹿島神宮とその系列神社特有のものです。





『春日鳥居（八幡鳥居）』

神明鳥居の「笠木」に島木をつけ、後世になってソリをつけるようになりました。
明治神宮の鳥居がこれです。

ふぁみりーウォーク

誰でも自由に参加できますが、参加費（１００円）をいただきます。
約２時間程度（約６～８㎞位）のウォーキングを、のんびりと楽しみながらコース途中では皆様の参考になればと、「ウォーキング教室」も開催します。
是非一度、お友達と誘い合わせておでかけ下さい。

☆１１月２０日（土）　手賀沼ふれあいウォーク
柏ふれあい公園に、９時００分（集合・出発）
常磐線北柏駅で下車して下さい。

※当日は、有料例会（大会）への一日参加となりますが、通常時と同じ参加方法となります。
会員で参加する場合、押印と行事参加の認定は行いません。

☆１２月１８日（土）　三郡境・不動様を見に、約　㎞コース。
柏西口公園に、９時００分（集合・出発）
解散は北柏駅に御案内致します。

共に、駅の改札口付近で御案内致します。　　安心してお出かけ下さい。

※問合せ先　　０９０－３３４５－８７５０（古宮）

月例会の案内板 ． 変更編

☆１１月例会「手賀沼ふれあいウォーク・ツーデーマーチ」

開催日：平成１１年１１月２０日（土）～２１日（日）

主会場：北柏第一公園（北柏駅改札前より案内あり）
１０㎞、２０㎞、３０㎞の３コース（２日間共）で実施

受付け：午前８時００分～９時３０分まで
受付け後、順次出発する自由歩行です。

参加費：当日・１２００円（本大会参加費　５００円を含みます）
参加記念品等の数に限りがある事を、御了解願います。
なお、前日まで電話受付（事前）を行いますので御一報下さい。（参加費１０００円で受付けます）

※２１日（日）が「手賀沼ふれあいウォーク９９」の本大会です。
当日のみ参加を希望する方は、会場で受付けをして下さい。
北総歩会としての受付けはありませんので、御注意を！

☆１２月例会「望年ウォーク」

開催日：平成１１年１２月１２日（日）、１３㎞

・集合場所：柏市中央公民館（柏駅東口より徒歩５分、案内あり）

・集合時間：午前９時３０分

・解散場所：松戸宿渡船場跡（午後３時頃の予定）
徒歩約１５分位でＪＲ常磐線松戸駅に着きます。

※平成１２年用「手帳」等をお渡ししますので、できるだけ出席の程よろしくお願いします。

※諸般の事情等により、前回お知らせした行事内容等に変更が生じました。
御確認の上参加の程、よろしくお願い致します。

— 柏市中原　今井誠一 —

私は北総歩こう会に今から３年半前、古希になったのを契機に吉井さんの御世話で入会しました。
最初の例会が「相馬霊場八十八ケ所巡り」でした。
その後殆どの例会に出席し、他の船橋・ちば・いちかわ歩こう会や東京都・埼玉県の歩け歩け協会にも競合しないよう毎週末出掛けております。

普段は自宅（光ケ丘中学校のそば）を中心に、東は広幡八幡宮・西は小金原台地・南は観音寺から南部公園・北は旧水戸街道沿いまでをエリアとし、８つのコースを設定して８～９㎞を約１時間４０分位歩いて一日が始まります。　同じ所でも少しずつ変化して、面白いものです。
お蔭様で、この８月末には11,000㎞を達成しました。　あと何年続くかわかりませんが40,000㎞を目指したいと密かな希望を抱いております。

今後も皆様のお世話になる事と思いますがよろしくお願いします。

— 我孫子市　匿名 —

平成１０年３月末退職。
東京圏へのパートタイマー我孫子市民より全日市民として、２１世紀に向け努力中の６５才男性です。
平成１１年４月より、北総歩こう会先輩の紹介で入会させていただき、月例会を楽しみに参加させていただいております。

９月１２日の「我孫子３００町」に参加心配された台風の影響もなく（関東地方）天気に恵まれ、暑さ対策と水分補給の御指導のもと、１４８名参加の皆様と一緒に楽しく歩く事ができました。
役員皆様のきめ細やかな心配りと、お世話に心より感謝致しております。

☆☆☆　反射材の活用を！　☆☆☆

日の出が遅くなり、日暮れが早くなったこの時期は、安全に歩く為の必需品として『反射材』の活用を検討して見て下さい。
自分は気をつけていても、車からは見えにくいものです。
自分の身を守る為にも、是非使って見ては如何ですか。

反射バンド　足首や腕にマジックテープで巻き付けて

＜ウォーキングマナー・５ケ条＞

1条：『やぁ！お早よう』
　　明るい挨拶さわやかに

2条：『信号で』
　　慌てず、焦らず、待つ余裕

3条：『ひろがるな』
　　参加者だけの道じゃない

4条：『自分のゴミ』
　　自分の責任もち帰り

5条：『歩かせて』
　　いただく土地に感謝して

＜編集後記＞

大変涼しくなりましたが、皆様は如何お過ごしですか。
今年の夏はいつもより一ヵ月程長かったような感じでしたね。
この頃になると夏の疲れが出て、体調を崩す事が多くなりますが、充分注意して下さい。　歩きやすい季節ではありますが、無理はしないでね！

－誠－

反射材　着けてあなたを　光らせて