

ほゆう

会報 67号

平成12年(2000) 1月例会時発行

〒277-0835 柏市松ヶ崎1194-222

北総歩こう会事務局

☎ 090-3345-8750

謹賀新年



会長 黒河内 尚

20世紀を締めくくる年が明けました。
そして北総歩こう会も八年目を迎えることになります。
昨年は、全国各地の大会で必ずと言って良い程、本会会員の方々にお目にかかる事が多くお声を掛けられるようになりました。思いがけない応援を得たような気がして心強く、大変嬉しい思いを致しました。

会員の皆様の暖かい御声援有り難く、厚く御礼申し上げます。

1996年菊池維平初代会長の後を受け、会長職も三年目を経過しましたが、その間に1998年に急遽日歩協事務局長を、その後ウォーキングセンター所長の大役を引き受けた為、会務は殆ど副会長・運営委員の皆さんに任せしちゃなしの状態となり、会長としての務めも満足に果たす事ができませんでした。それにもかかわらず、全国の大会等に参加する都度、北総歩こう会がウォーキングの普及発展に貢献し、充実してきた事を実感し、誇らしく胸を張ることができました。

ひとえに、少数とはいえ精銳揃いである役員の皆様の、日頃の努力の賜物と深く感謝する次第であります。

さて年も改まって、本年の例会スケジュールもお手元に届き、「あるけ新聞」新年号で皆様の手帳では年間計画等をあれこれと御検討されておられる事と思います。

私は、本年を輝く未来に向けて力を蓄える年としたいと思います。

昨年まで取り組んできた目標を確実に実行すべく、次の事柄を会員の皆様に提案致しますので、御協力下さる様よろしくお願ひ致します。

1. ウォーキングマナーの実践
 - 会員一人一人が「ウォーカーマナー指導員」です。
歩く地域に感謝して、他人に迷惑を掛けずに交通ルールを守りましょう。
2. ファミリーウォークの継続
 - ゆっくり楽しく歩く会員仲間を大切にしましょう。
3. 運営委員等を一人でも多く
 - 現在の会員数を更に増やしたいと思いますが、その為には事務局・運営委員等の拡充を図る必要があります。
どなたでも結構です、ぜひお手伝いいただけませんか？
4. 機関紙「ほゆう」の魅力倍増
 - 寄稿原稿・ご意見等をよろしくお願ひします。集委員に力を貸せる人求む。
編集等のお手伝いをいただける方、お申し出下さい。

☆事務局からのお願い！

まだ、継続の意思表示をされていない会員の方が多数おいでになります。
総会資料等作成の関係もあり、1月末日で一端締めさせていただく事とします。
継続意思のある方は、早めに御連絡下さい

☆事務局からのお詫び！

- (1). 名札の作成が大変遅れております。
半年近くお待ち戴いている方もあり
大変申し訳ありません。
総会迄には、必ずお手元に届く様に
致しますので、今暫く御容赦下さい。
- (2). 昨年の御入会時に、7300円をお支払い戴いた方々への事務手続きが悪く
継続時には大変御迷惑をお掛け致しました。
会計整理が済み次第
早急に御返納をさせて戴きますので
今暫くお待ち下さい。

運動不足の解消

会社を退職してから7年近く人生のゴールデンタイムを味わっている。
それまでの一切の義務責任負担から解放され、世の極楽の様な日々で過ごしてきたが一つ気になったのが健康管理（運動不足）であった。67才まで毎日朝早くから夜遅くまで会社人間の連続で、運動不足等考えた事はなかったが日頃の不摂生が祟り足腰の衰えを感じてきた。

3年前、知人の紹介で北総歩こう会に入会させていただき、歩く事の大切さを知らされました。

今では早朝1時間（約4km）程歩くのが1日の始まりとなっていました。
今後共、仲間の皆様と一緒に楽しいウォーキングをし、健康管理をしたいと思います
年間完歩を目指に頑張りますので、仲間の皆様よろしくお願ひ申します。

— 沼南町在住 匿名 —

ふあみりーウォーク

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6～8km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。

（事前の参加申し込みは、必要はありません）

☆2月19日（土）北の鎌倉を訪ね歩く、約8kmコース。
JR我孫子駅に、9時00分（集合・出発）

⇒手賀沼公園から歩き始め、出発地の我孫子駅に戻ります。

☆3月18日（土）鎌ヶ谷の社寺と貝塚めぐり、約8kmコース。
東武線鎌ヶ谷駅に、9時00分（集合・出発）

⇒解散は、新京成線の初富駅になります。

両日共、駅の改札口付近で御案内を致します、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

☆2月例会「第8回北総歩こう会 定期総会(&ウォーク)」

開催日：平成12年2月27日(日)

会場：松戸市 常盤平市民センター
(新京成線常盤平駅下車、改札口前より会場まで案内)

集合：午前9時30分より受付開始

開会：午前9時45分(予定)

総会終了後、午後より約10km程のウォーキングを
予定しております。是非御参加下さい。

(W担当者 友野孫治)

※本日参加された北総歩こう会会員には、総会の御案内を配付致しました。案内図に従って、時間までにお集まり下さい。
当日の欠席が明らかな場合は、事務局宛「はがき」にて御連絡の程お願いします。

☆3月例会「春の相馬靈場八十八箇所めぐり⑤」

開催日：平成12年3月12日(日)、15km

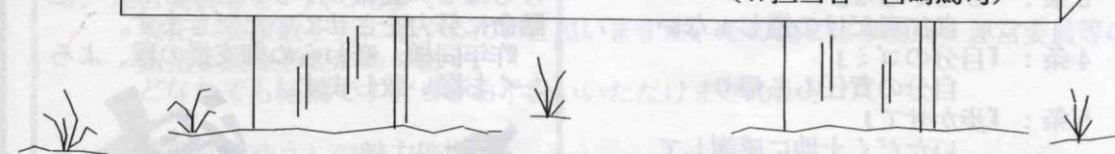
・集合場所：我孫子市保険センター
JR成田線湖北駅下車、南口より案内あり

・集合時間：午前9時00分

・解散場所：58番札所で、15時頃の予定
(最寄り駅 JR成田線布佐駅)

※総会時に、案内本を販売予定！

(W担当者 宮崎薫司)



☆詳細は次号「あるけ新聞」か事務局へ！



会員の皆様、歩友の仲間たち、明けましておめでとうございます。西暦2000年のお正月を健康で明るく、元気一杯に迎えた事と思います。

私事ではございますが、昨年長男と長女に相次いで孫が生まれて

至福の正月を迎えております。

世の中はまだ少々明るさが不足しているようございます。

せめて私たち歩く仲間たちは元気に歩き、世の中に「しあわせ」という豪華な福袋を配達して回りましょう。

20世紀は多くの人身を殺傷し、古代から培われた文明を破壊してきました。そしてスピードと効率のみを追求した物の文明を大量に作って参りました。

しかし、大量の便利な物に囲まれていても人は『しあわせではない』と気付き始めたようです。

21世紀は心の時代になるでしょう。ゆっくりと自分の足で歩き、額に汗して、全身で風の流れ、降り注ぐ太陽を感じる生活。健康で歩ける自分が『しあわせだなー』と言える人達が、次にくる21世紀の扉を開く事になるでしょう。今年1年、しっかりと準備をしておきましょう。

さあ、歩きましょう。本年も役員一同、魅力ある行事運営に努力致しますので、よろしくお願ひ申し上げます。

運営委員長 和田武年

・<ウォーキングマナー・5ヶ条>

- 1条：『やあ！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

※今年もまた、この5ヶ条をよく守って楽しく安全な歩きを続けましょう！



新年明けましておめでとうございます。旧年中は例会に、多くの皆様の御参加をいただきありがとうございました。20世紀最後の今年も、多数の御参加をお待ち申し上げます。

御承知の如く、当会も本年は新企画を設け、また日歩協でも新たに“オールジャパンウォーキング”を設けました。

他の会の例会に参加しても「北総さんは行儀が良いですね」と良く言われます。この評判を維持して行きながら、全国の歩友とのより深い交流を持ち、楽しい歩けをしたいものです。

歩けは健康に良く、老いも若きも年齢に関係なく、天候にも左右される事なく行う事のできるスポーツですので、皆様のお友達にも気軽に参加して一緒に歩ける、楽しい会にしたいと思っております。

本年は20世紀の締めくくりの年です。今年1年を無事に楽しく歩き、来る21世紀を元気に迎えようではありませんか。

副運営委員長 森禎之

<編集後記>

新年のお慶びを申し上げます。昨年は皆様に、何かと御協力をいただきました。

今年もまた1年、皆様に期待していただける様な「会報づくり」をめざし、一生懸命に努力をさせていただきます。

昨年同様、変わらぬ御支援の程、よろしくお願ひ致します。

