

7月 いきいきウオーク 上野公園からスカイツリー 8 km

団体歩行《C リーグ対象行事》

ウォーキングを体力に合わせて短い距離を歩きたい方、初心者の方にもお勧めです。

(コースリーダー 平野 利夫) 問い合わせ先 ☎ 04-7133-1589(平野)

日 時／7月30日(日) 9時迄集合 (8時45分~受付) (※昼食不要)

集 合／上野恩賜公園・国立西洋美術館北 (JR 常磐線上野駅公園口2)

解 散／12時頃 大横川親水公園 (東武スカイツリーラインとうきょうスカイツリー駅2分)

参加費／北総歩会員 100円・その他 300円

コース／上野恩賜公園~旧陸奥宗光邸~子規庵~根岸の里(WC)~金竜公園(WC)~浅草寺(WC)~すみだリバーウオーク~大横川親水公園



〇みどころ／2018.3.7(水) 195名の参加を得たコースをいきいきウオーク用にリメイクしました。スタート直後にゴール地点が見える珍しいコースです。上野公園裏手から下町の風情を今なお残す根岸の里境界を経て浅草へ、隅田川を渡ってスカイツリー直下までの行程をお楽しみください。

朝から30度越え ☀️ 天気予報では35度越えが12時頃という**猛暑日の中の行事**でした

動物前交番横の木立の中で暑さを避けて8時40分から受付開始

写真はリーダーが「赤信号！待つ間に水分補給」をと説明しているところです

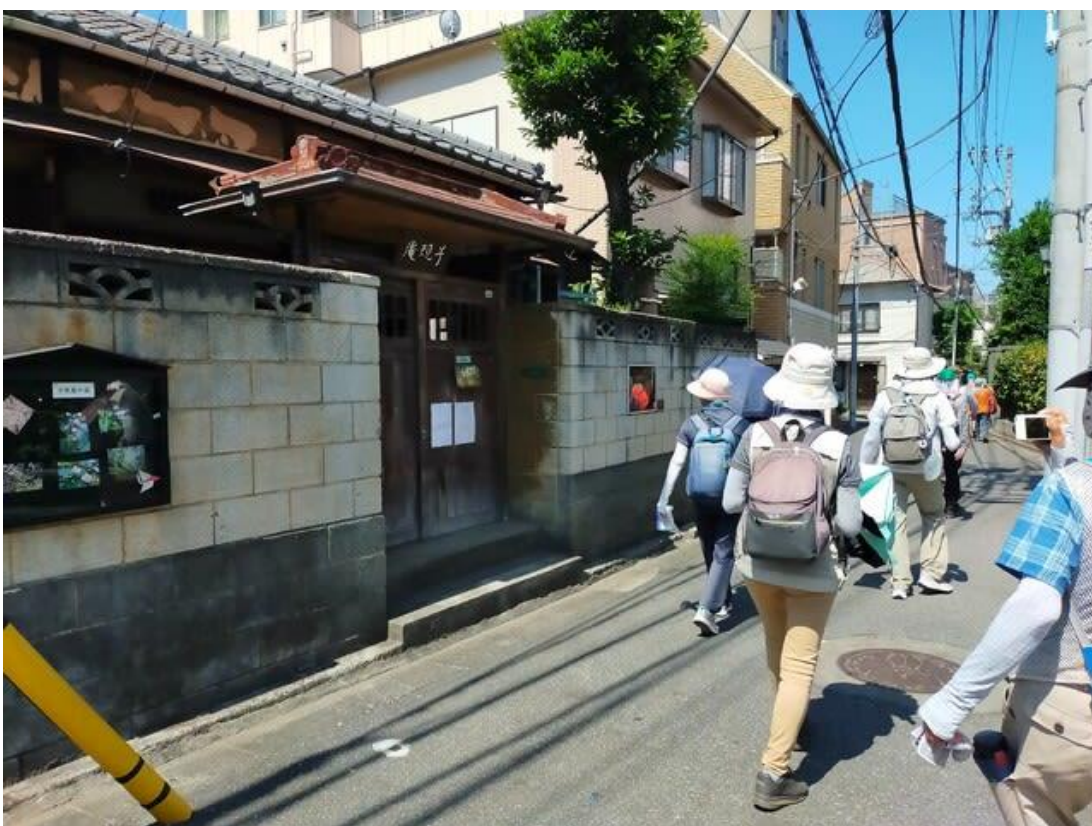


Cリーグ行事ということもあり **156名**の方が集まっていただきました

熱中症になる方を防止するためと、途中でリタイアできる様に朝のうちにCリーグ押印しスタート前にIVV・完歩証を配布しました。



最初の見学地 **開山堂**に入り旧本坊表門の砲弾で空いた穴を見て次の見どころへ



正岡 **子規庵**の前を通り



ねぎし三平堂を通過 喪中の紙が貼ってありました



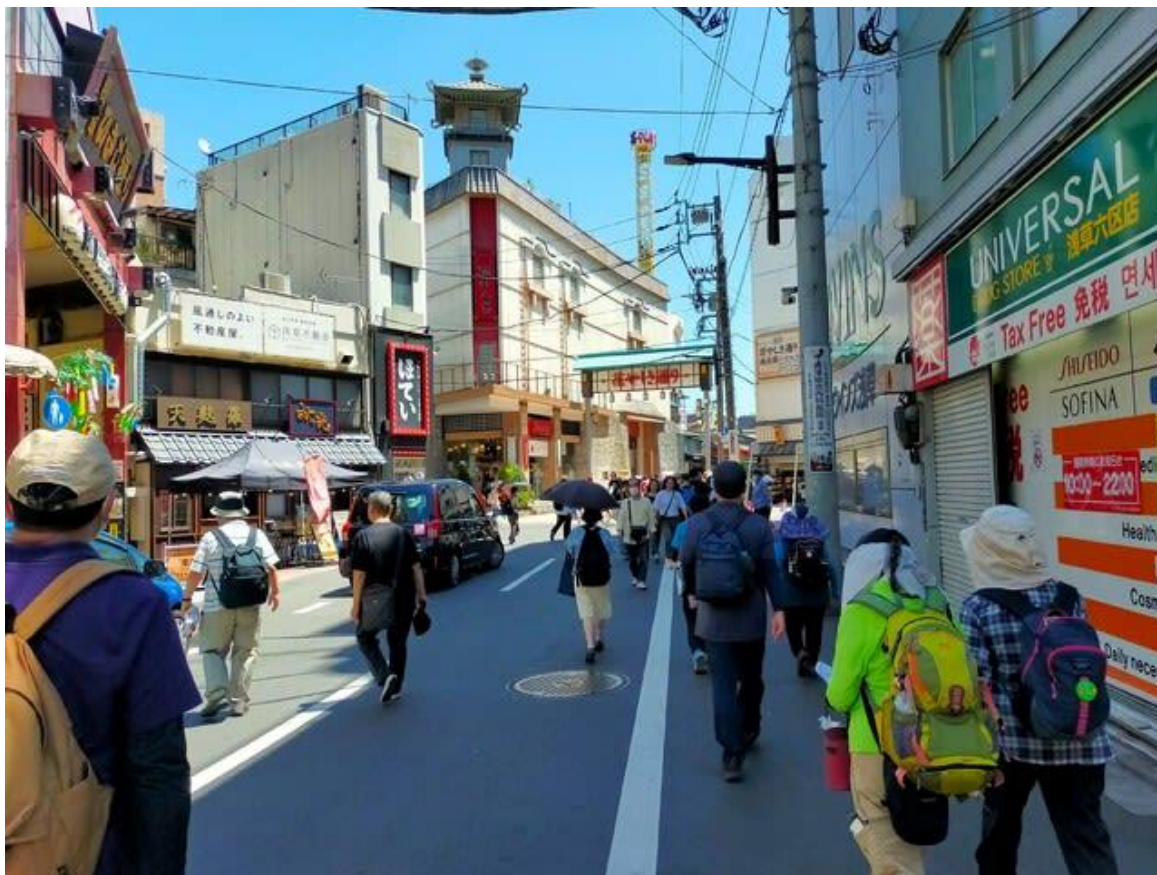
ねぎしの里公園で初めてのトイレ休憩



正岡子規や樋口一葉の作品や広重の錦絵にも描かれた **根岸御行の松**を見学



池波正太郎記念文庫の脇にある**金滝公園**で2度目のトイレ休憩



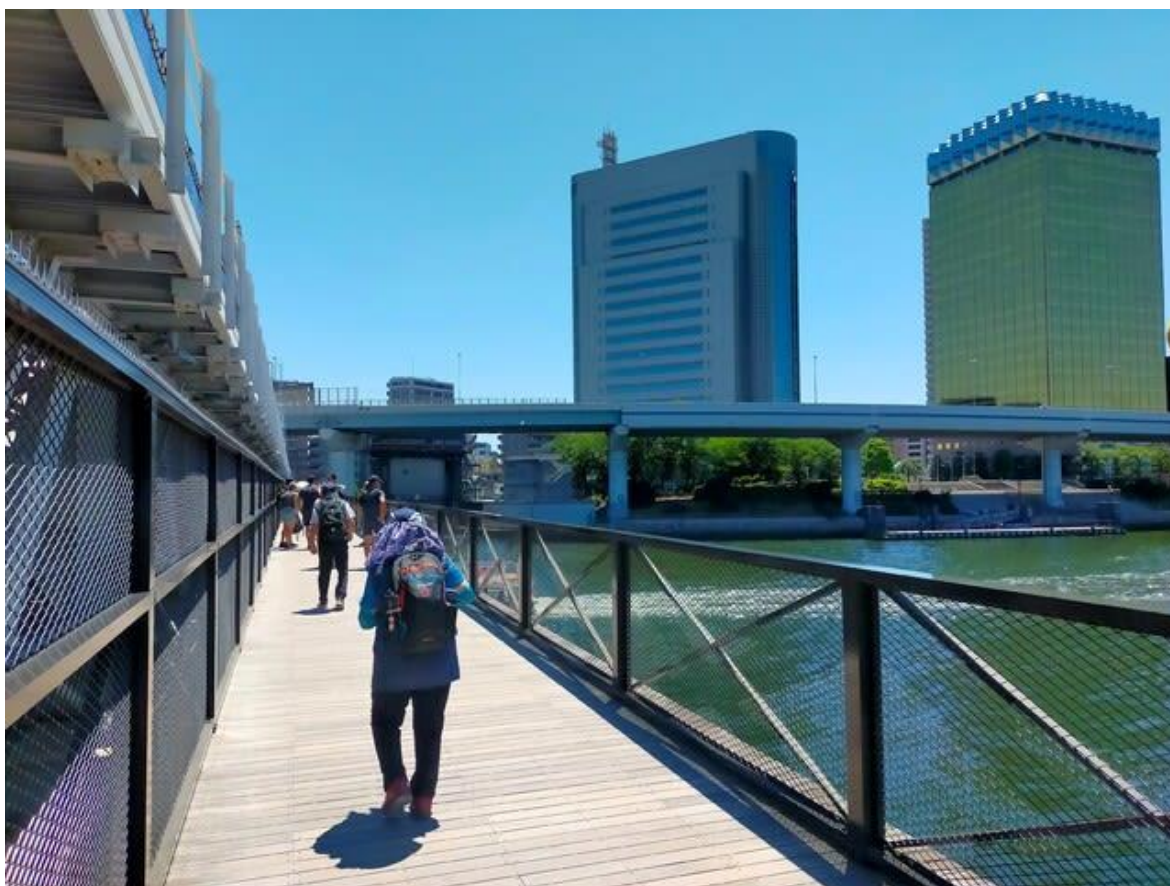
花屋敷通りを通り



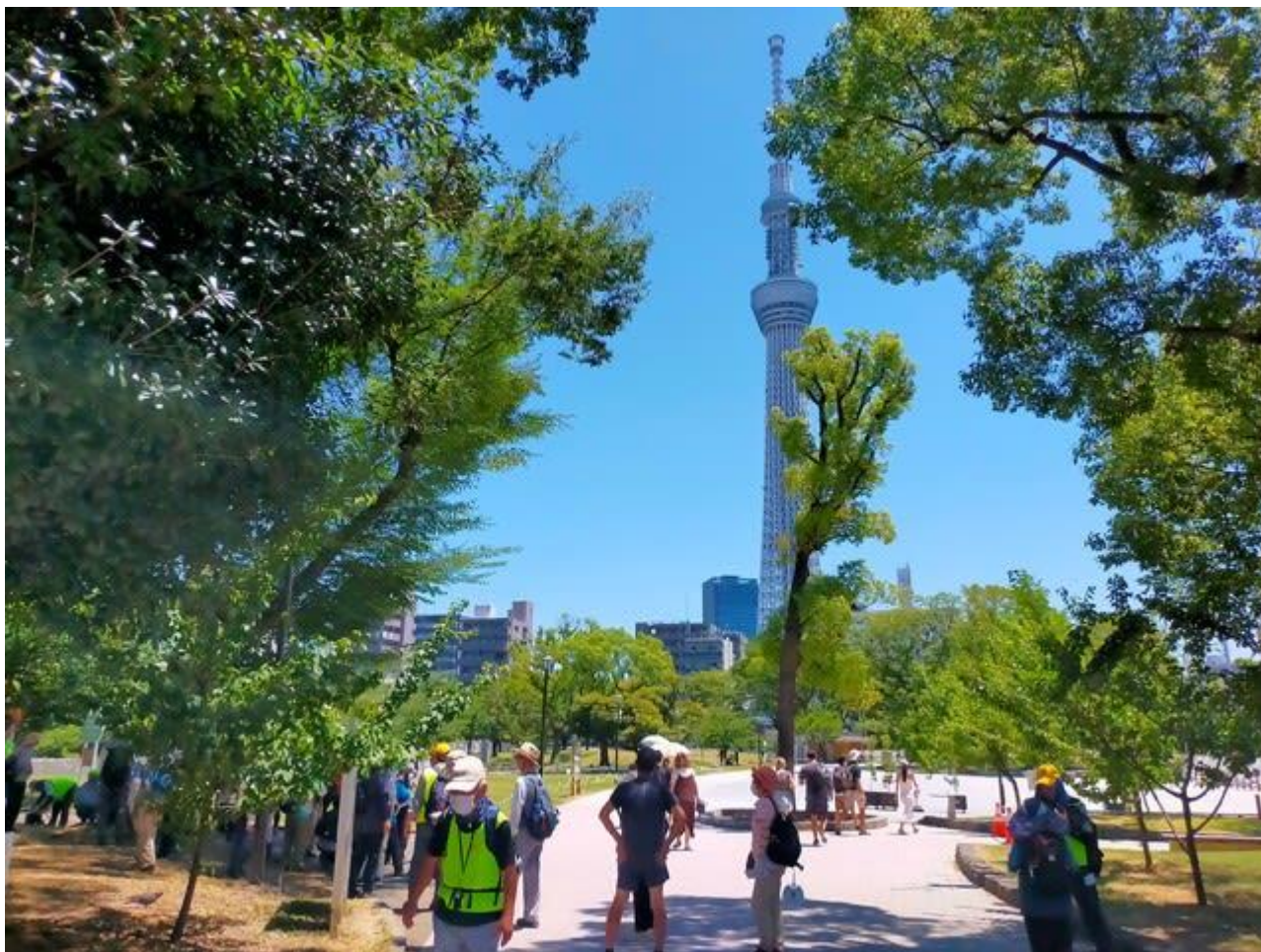
人ごみをかき分けて浅草寺・浅草神社前を通過



すみだリバーウォークを通ります。前日の隅田川花火は100万人が集まったそうです



反対側には墨田区役所とお馴染みのアサヒビールのビルが



渡り終えた**隅田公園**で解散式 ここまで来られたのは約5割 80名の方が頑張りました一人も転倒や熱中症にもならず完歩いただきました。ご協力ありがとうございました
投稿担当 遠藤啓一

7月平日ウォーク 守谷界限散策6 / 10 km

団体歩行 (コースリーダー 青木 茂) 問い合わせ先 ☎ 090-2320-4793(青木)

日 時 / 7月19日 (水) 9時30分迄集合 (9時15分~受付)

集 合 / 土塔公園 (TX・常総線 守谷駅土塔口3分)

解 散 / 6km 11時30分頃 (TX・常総線 南守谷駅0分)

10km 13時30分頃 土塔公園 (TX線・常総線 守谷駅土塔口3分)

参加費 / 北総歩会員 100円・その他 300円
コース / 土塔公園~八坂神社~守谷城址公園 (WC) ~守谷城址~鳥のみち~野鳥の森~南守谷駅前(6kmゴール)~けやき台公園 (昼食・WC) ~松ヶ丘公園 (WC) ~土塔公園
〇みどころ / 緑の濃い守谷城址を訪ね、城址口から明るい湿地草原の鳥のみち (木の道) を進み、静かな林間の野鳥の森散策路を歩き、南守谷駅前が6kmコースゴールです。

けやき台公園で昼食をとり、幸福の路を歩き松ヶ丘公園からゴールへと緑が多い歩きやすいコースです。 注意: 集合場所にトイレはありません。



この日は、連日の猛暑ほどではありませんでしたが、ほとんど風がなく、湿度が高く、とっても暑い日になりました。集合場所の「土塔公園」には、**85名**の元気な歩友（ほゆう）が集まりました。出発式で会長から、こまめに水分をとり、熱中症（脱水症状）にならないようにと注意喚起がありました。



受付風景（土塔公園）



受付を終えた参加者は、木陰で出発式の開始を待っています。



平日パスポート回数達成者とイヤールウンド30達成者の表彰式が行われました。





「八坂神社」を参拝しました。



「守谷城址碑」前を通過して、最初の休憩場所の「城址公園」に向かいます。



「守谷城址公園」でトイレ休憩をとりました。





休憩場所の近くに、古代ハスの池があるので、みんなで見にいきました。

とてもきれいに蓮の花が咲いていました。





「守谷城址 二の曲輪」付近。



「鳥のみち（木の道）」を通り・・・



「水辺公園」で休憩をとった後、
ショートコース（6 km）ゴールの南守谷駅に向かいました。
南守谷駅前で、ショートコース参加者には、IVV と完歩証が配布されました。
ロングコース（10 km）参加者は、南守谷駅前を通過して、
昼食休憩場所の「けやき台公園」に向かいました。「けやき台公園」で40分程、昼食休憩をとったあと、「幸福の路」、「松ヶ丘公園」を経由して、ゴールの「土塔公園」（出発場所と同じ）に到着。



約50人がこの暑さの中、10 kmコースを無事完歩しました。
しっかりクールダウンを行った後、解散になりました。お疲れさまでした。

投稿担当：島 明良

7月例会ウォーク 手賀沼干拓地を歩く

9 / 12 km 団体歩行・

(コースリーダー 染谷 勇)

問い合わせ先 ☎ 090-7191-1863(染谷)

日 時 / 7月8日(土) 9時20分迄集合 (9時~受付)
(我孫子駅発成田行き 8:24 8:46の乗車がお勧めです)

集 合 / 湖北台中央公園 (JR 成田線 湖北駅南口 10分)

解 散 / 9km 12時頃 南新木沖田公園 (JR 成田線 新木駅 6分)
12km 14時頃 布佐駅南口西公園 (JR 成田線 布佐駅 3分)

参加費 / 北総歩会員・CWA加盟団体会員 無料・その他 300円

コース / 湖北台中央公園~手賀沼第二干拓地~興福院共同墓地(WC)~旧手賀教会堂~手賀教会堂~手賀沼第一干拓地~南新木沖田公園(9km コースゴール・昼食)~旧井上家住宅~布佐駅南口西公園

〇みどころ / 手賀沼の干拓は、江戸時代の約350年前から計画着手、度重なる洪水で流され失敗の連続。昭和43年の排水機場の整備でやっと干拓の基盤ができた。干拓に尽力した「旧井上家住宅」も見学。リニューアルオープンした現存する日本で唯一の転用教会堂(明治期の茅葺屋根の民家を移築)「旧手賀教会堂」も見学します。

梅雨時の行事は天気が心配です。黒い雲が垂れ込めていたが、雨には降られず開会式もできました。はっきりしない天気しかも不便な成田線湖北と悪い条件にもかかわらず、元気なウォーカーが続々と見えられ最終的に **98名**の参加者となりました。



受付を開始しました



開会式の会長挨拶



しっかりとストレッチをやり出発です





曇り空で風があり歩きやすい、みどり濃い第二干拓地の田んぼを進み手賀川に出る



水道橋を一行歩行で渡る参加者



興福院墓地でトイレ休憩しました



出発待ちする参加者たち



藁ぶきの旧手賀教会堂の写真撮る参加者、中には入れず残念



旧手賀教会堂を後にし、台地上の裏道を歩く、無風となりじっとりと汗をかきました



第一干拓地を突っ切り手賀川の浅間橋を渡る



浅間橋からの直線道路で遅れる人がいて、9 kmのショートコースで約 4 割の人が帰られ、残った人は昼食をとりました



昼食をとり、残った元気な 58 名が南新木沖田公園をスタートしました



旧井上家住宅で休憩し、表門を出て布佐下通りを歩きゴールへ



閉会式のストレッチを終え IVV と完歩証を配布し解散です

蒸し暑い中でのウォークで熱中症が心配されました、昼食場所直前で遅れる人がいましたが、無事に到着できて良かったです。夏の時期のショートの 9km はきついと思いました。参加者および支援役員の皆様お疲れさまでした。有難うございました。

(投稿:青木 茂)