



ほゆる

2024年1月号 通算354号

発行／北総歩こう会・広報
〒270-2231 松戸市稔台 2-28-19 青木方
E-mail: 3715lief@jcom.zaq.ne.jp
HP: http://hokusouarukoukai.sakura.ne.jp/

年頭のご挨拶

北総歩こう会 会長 遠藤 啓一

会員の皆様及び北総歩こう会をご支援の皆様！明けましておめでとうございます。

皆様方には、令和6年の新春をお健やかに迎えのこととお慶び申し上げます。

昨年は30周年のイベントもあり大変忙しい1年でした。うさぎ年は、干支でいうと「癸卯年（みずのとうどし）」厳冬が去り春の兆しが訪れ、成長や飛躍へと向かう区切りの年。まさにその通りになり6月に過去3年間大変な思いをしたコロナ禍も5類になり通常の生活に戻ることができました。それを受け例会・特別・平日・いきいきの通常行事に30周年バスW・野田むらさきの里ふれあいW支援さらに、北総さんぼうオークを加えると50行事を実施いたしました。

記念式典では92名の参加者を得ておおいに会員同士の親睦を図ることが出来ました。30周年記念バスWはバス2台を連ね79名の参加の基に榛名湖へ、これまた大変盛り上がりました。これらは会員の皆様のご協力と役員・協力員・サポーターの献身的な支えのお陰です。心より感謝を申し上げます。

さて今年の「甲辰」は、「あまねく光に照らされ、急速な成長と変化が起きる」「将来の大望を叶えるための準備が整う年」になりそうです。

- 過去の歴史上の出来事は
- <1964年>アジア初となる東京オリンピックの開催 世界初の高速鉄道「東海道新幹線」JWA誕生
 - <1976年>大和運輸が「クロネコヤマトの宅急便」開始 アップル (Apple) 設立
 - <1988年>青函トンネル、東京ドーム、瀬戸大橋など大型建造物の竣工社会現象
 - <2000年>都営地下鉄大江戸線の全線開通 BS デジタル放送の開始 2000円札の発行
 - <2012年>東京スカイツリーの開業などがあげられます。

「伝承と改革」「協調と調和」を掲げ新しい北総歩こう会に変えていきたいと考えています。会員の皆様のご協力を宜しくお願い申し上げます。

最後になりましたが、本年も会員の皆様、ご支援の皆様にとりまして、健康で良い年であることを祈念し、年頭のご挨拶とさせていただきます。



ウォーキング行事の案内板

スマホで見られます
行事予定表
QRコード



- お願い◆北総歩こう会の行事に参加される方は、事前申込不要です。当日、直接集合場所にお出で下さい。
- 出発前に必ずお弁当・飲み物を持ってご参加ください。(※中学生以下無料、小学生以下は保護者同伴で。)
- ◆参加者は万全な健康管理のもとご参加ください。万一事故が発生した場合、加入した(一社)日本ウォーキング協会「JWA傷害福祉制度」の範囲および応急処置以外の責任は負えませんのでご了承ください。
- ◆荒天、災害、積雪、交通機関の事故等、行事の中止が予想される時は、北総歩こう会ホームページまたは、コースリーダーに確認をしてからご参加ください。ホームページは「北総歩こう会」で検索してください。

第176回（通算944回）2月平日ウオーク Cリーグ 西白井の白鳥ウオーク2024**6/13km 団体歩行**

(コースリーダー 遠藤 啓一) ☎ 090-2405-8353(遠藤)

日 時/2月7日(水) 9時15分迄集合(9時~受付)

参加費/北総歩会員 100円、その他 300円

集 合/新鎌ふれあい公園(東武・北総・新京成線 新鎌ヶ谷駅3分)

解 散/6km 11時30分頃 西白井駅前ロータリー

(北総線 西白井駅1分)

13km 14時頃 新鎌ふれあい公園(新鎌ヶ谷駅3分)

コース/新鎌ふれあい公園~中木戸公園(WC・分岐点)~八幡溜野馬除

土手~神崎川遊歩道~白鳥飛来地~七次第一公園(昼食・WC)~栗野

コミセン(WC)~栗野地区公園~市政記念公園(WC)~新鎌ふれあい公園

○みどころ/今回は平日ウオークなので白鳥飛来地に行くまでのコースを変え、あまり行かない八幡溜野馬除土手や神崎川遊歩道を歩き飛来地に入ります。また、6km参加者とあまり早く歩けない方は途中から平坦地の別ルートで飛来地からゴールまでご案内いたします。13kmコース参加の方は昼食を忘れずにお持ちください。



白鳥飛来地

第283回（通算945回）2月いきいきウオーク 松戸戸定邸の紅白梅 7km 団体歩行

(コースリーダー 荒原 恒子) ☎ 080-3094-6678(荒原)

日 時/2月11日(日) 9時迄集合(8時45分~受付) 昼食不要

参加費/北総歩会員 100円、その他 300円

集 合/松戸西口公園(JR常磐線・新京成線 松戸駅西口5分)

解 散/12時頃 松戸西口公園(松戸駅西口5分)

コース/松戸西口公園~来迎寺~常夜燈(WC)~浅間神社(WC)~

戸定邸~松戸神社~松戸西口公園

○みどころ/松戸駅近辺の江戸川堤防と寺社を巡り、戸定邸を訪れます。

松戸戸定邸は第15代将軍徳川慶喜の弟で最後の水戸藩主徳川

昭武の別邸として1884年に建てられ、現在は国指定重要文化財に

なっています。その庭園(戸定が丘歴史公園)を見学します。紅梅と白梅が満開で迎えてくれるといいですね。



戸定が丘歴史公園の梅園

第487回（通算946回）2月例会ウオーク 総会ウオーク「取手のひなまつりとアート」**6/10km 団体歩行**

(コースリーダー 安国 正夫) ☎ 080-4153-8901(安国)

日 時/2月23日(金・祝) 9時30分迄集合(9時15分~受付)

参加費/北総歩会員・CWA加盟団体会員 無料、その他 300円

集 合/取手ウエルネスプラザ前広場(JR常磐線 取手駅西口5分)

解 散/6km 11時45分頃 柴崎台中央公園(常磐線 天王台駅5分)

10km 13時15分頃 我孫子ふれあい広場(常磐線 我孫子駅3分)

コース/取手ウエルネスプラザ~市民ギャラリー~旧取手宿本陣~市民会館・福祉会館

~大利根橋~柴崎台中央公園(ショートゴール・昼食)~我孫子ふれあい広場

○みどころ/取手のひな祭りはコロナの影響により規模が縮小して行われます。市内にはひな飾りやつるしびな、さらに東京芸大美術学部の教員と学生・市民が制作した作品や壁画が沢山展示されているので鑑賞しながら歩きます。ゴール後に14時から定期総会が開催されます。多くの方のご参加をお待ちしています。



アート作品「釣りをする」

第488回（通算947回）3月例会ウオーク 千住の裏道を歩く 8/12km 団体歩行

(コースリーダー 武田 幸彦) ☎ 090-9290-3646(武田)

日 時/3月3日(日) 9時30分迄集合(9時15分~受付)

参加費/北総歩会員 無料、その他 300円

集 合/汐入公園・ふれあい広場

(JR常磐線・日比谷線・つくばエクスプレス線 南千住駅東口12分)

解 散/8km 11時30分頃 北千住駅前

(JR常磐線・東武伊勢崎線(日比谷線)・つくばエクスプレス線 北千住駅西口1分)

12km 14時頃 北千住駅前(東京電機大前)(北千住駅東口1分)

「おくのほそ道旅立ち」の壁画



コース／汐入公園・ふれあい広場～松尾芭蕉像～投込寺～天王公園(WC)～おくのほそ道旅立ちの壁画～千住仲町公園(WC)～北千住駅前(ショートゴール)～荒川虹の広場(昼食・WC)～柳原千草園(WC)～北千住駅前(東京電機大前)

○みどころ／南千住から北千住までの個性的な寺社(回向院、投込寺(浄閑寺)、すさのお神社)・おくのほそ道旅立ちの壁画・名倉医院を巡り、荒川虹の広場や柳原千草園の四季折々の花が楽しめる公園等、迷路のような千住の裏道を歩きます。ほとんど平坦なコースです。

第284回(通算948回) 3月いきいきウオーク 枝垂桜と花桃散策 8km 団体歩行

(コースリーダー 平野 利夫) ☎ 04-7133-1589(平野)

日時／3月23日(土) 9時迄集合(8時45分～受付) 昼食不要

参加費／北総歩会員 100円、その他 300円

集合／東平賀公園(JR常磐線各駅停車 北小金駅西口8分)

解散／12時頃 流山おおたかの森南口公園

(東武野田線・つくばエクスプレス線 流山おおたかの森駅南口5分)

コース／東平賀公園～清瀧院(WC)～野々下水辺公園(WC)～花桃畑～流山おおたかの森南口公園

○みどころ／「花桃の隠れた名所を散策したい」と手書きの簡単な地図を添えて会員から要望されました。行事選考委員会に提案し採用された後、すぐに下見をし、このコースを設定しました。枝垂桜で有名なお寺と花桃の名所2か所を巡ります。ゴール近くの花桃畑は私有地で見つけにくい所に見えますが見応えあります。



色あざやかな花桃畑

第177回(通算949回) 3月平日ウオーク 大堀川の桜三昧W 2024

8/12km 団体歩行

(コースリーダー 竹渕 房夫) ☎ 090-8725-1355(竹渕)

日時／3月27日(水) 9時迄集合(8時45分～受付)

参加費／北総歩会員 100円、その他 300円

集合／流山おおたかの森南口公園

(東武野田・つくばエクスプレス線 流山おおたかの森駅南口5分)

解散／8km 11時30分 北柏橋(JR常磐線各駅停車 北柏駅南口7分)

12km 14時頃 手賀沼公園(JR常磐線 我孫子駅南口10分)

コース／流山おおたかの森駅南口公園～大堀川水辺公園～成顕寺～駒木橋～大堀川防災レクリエーション公園～木崎橋～北柏橋～柏ふるさと公園(昼食・WC)～手賀沼ふれあいライン～手賀沼公園

○みどころ／2022年3月28日(月)に歩いたコースを逆に上流から下流に歩きます。景色が変わって新しい発見があるかも?大堀川水辺公園から大堀川沿いに咲く桜の下の遊歩道をゆっくりと歩きます。



満開の桜の大堀川遊歩道を歩く

北総さんぽウオーク 3～5km 団体歩行

(コースリーダー 竹渕 房夫) ☎ 090-8725-1355(竹渕)

日時／第20回 2月24日(土) 第21回 3月16日(土)

9時20分(9時～受付)～12時頃

参加費／北総歩会員 100円、その他 300円

集合・解散／北柏ふるさと公園(JR常磐線各駅停車 北柏駅南口10分)

ウオーキングをこれから始めたい方、北総歩に入会したがウオーキングについてもっといろいろ学び本格的に歩きを続けたい方、長く歩いてきたがこれからは短い距離をゆっくり歩きたい方、健康を維持するためにウオーキングを続けたい方などぜひご参加ください。(IVV、完歩証は有りません) 柏市民対象の「かしわフレイル予防ポイント」対象事業として、ポイント付与があります。



北総歩こう会の

インフォメーション

大正浪漫ウオーク in 手賀沼」のチラシ配布、事前受付を1月6日から開始します。

4月29日(月・祝)開催の「第21回大正浪漫ウオーク in 手賀沼」のチラシ配布、事前受付を開始します。北総歩の行事、CWA傘下の行事に参加いただいた時等に事前受付をいたします。友人、知人など多くの歩く仲間をお誘いいただき、第21回大会を皆さんで盛り上げていただきますようお願いいたします。



つながるスマホ教室

初心者も
大歓迎

スマホの基礎知識から SNS の基礎・お役立ちアプリの紹介まで
初心者の方、もう少し詳しく知りたい方一緒に勉強しませんか。
講座は三部構成です。

一時間目：スマホの基礎知識、二時間目：SNS に参加しよう、三時間目：お役立ちアプリの紹介
日 時／2024 年 1 月 21 日(日)13 時～17 時
場 所／柏市中央公民館5階会議室 A;B(柏 5 丁目 8 番 12 号(教育福祉会館内)) 柏駅東口から徒歩 10 分
募集人数／30名(今回はアンドロイド対応スマホをお持ちの方を対象として実施いたします)
参加費／無料(定員がありますので北総歩行事参加時などにお申し込みください)
講 師／北総歩こう会役員
連絡先／遠藤 啓一 ☎ 090-2405-8353(遠藤)



2024年度定期総会開催のお知らせ

日時 2024 年 2 月 23 日(金・祝) 午後 2 時から(受付は1時50分開始)
会場 我孫子市民プラザホール(JR 常磐線 我孫子駅北口 5 分) 我孫子駅より案内があります
(我孫子市我孫子4-11-1 あびこショッピングプラザ内 3 階 ☎04-7183-2111)
議題 ・2023 年度事業報告及び決算報告
・規則・細則の改定(案)
・2024 年度事業方針及び事業計画(案)、予算(案)
・その他

※総会の詳細は郵送される「2024 年度定期総会開催について」をご確認ください。

★同日実施される「総会ウオーク 取手のひなまつりとアート」終了後、開催されます。(前記参照)
また、総会終了後、懇親会(参加費無料)を予定しております。

「軍地 恒四郎さんを偲んで」

北総歩こう会 会員 竹淵 房夫

北総歩こう会の役員を14年間していただいた軍地恒四郎さんが11月20日にご逝去されました。数年前に癌に侵されましたが放射線治療と抗がん剤治療で小康状態が続く中、北総歩の行事支援は通常に続けていただいております。2020年以來のコロナ下で行事の中止や自粛が長引き、参加者の高齢化、体力低下傾向が進む中でも頑張っておられました。

今年2月ごろから病状が悪化、治療に専念されていましたが満83歳で生涯を閉じられました。北総歩活性化のために一緒に尽力された仲間を失ったことは残念で寂しい気持ちでいっぱいです。

私と軍地さんの出会いは町会の会合で隣に座った時にウオーキングを勧め、北総歩に入ってくださいました。すぐに役員になられ一緒に活動し、家が近かったので家庭菜園で採れた野菜を持参すると喜んで食べてくださいました。軍地さんは俳句をやっておられたので私が柏シルバー大学院で投稿する短歌や川柳の添削、アドバイスをお願いしてご指導をいただいたことも有りました。人生100年時代、まだまだこれからも一緒にウオーキングやそば打ち体験、リンゴ狩り、小旅行等を楽しみたかったのに心のこりです。

数々の功績を残された軍地恒四郎さん、心からご冥福をお祈りいたします。 合掌

● 12月3日(日) 第33回手賀沼ふれあい清掃に参加して

大正浪漫ウオークの会場となる手賀沼の自然環境を守る清掃活動に役員有志 10 名で参加しました。会場の手賀沼公園は受付開始 8 時 30 分には、多くのボランティアが集まり実行委員長、星野我孫子市長の挨拶の後、分別用のゴミ袋を持ってごみ拾いに出発しました。分担エリアは手賀沼公園から親水広場(水の館)まででした。我孫子市の鳥オオバンのイラストが入ったトートバッグ、お菓子等をいただき、11 時頃解散となりました。ご苦労様でした。(青木記)



~~~~~  
編集後記：明けましておめでとうございます。ほゆゆの発行も無事に終え新年を迎えました。感謝！（歩晴人）