

## ほゆう

## 会報 8月号

平成 26 年 (2014) 8 月 通算 244 号  
 発行 / 北総歩こう会 ・ 〒277-0841  
 柏市あけぼの 2-9-20 B902  
 TEL&FAX 04-7145-1620

お願い◆北総歩こう会の行事に参加される方は お弁当を出発前に必ずご用意ください

◆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には別途ご案内の通り、必ず確認をしてから参加をしてください。(1月号:237号に掲載があります)



## 行事の案内板

★9月平日ウオーク 成田空港発着陸見学 15km (コースリーダー 竹渕房夫)

《千葉県 54ウオーク 成田市・富里市》

日時 / 9月3日(水) 9時00分 団体歩行 参加費 / 北総歩 100円・CWA加盟団体 200円・その他 300円

集合 / 栗山近隣公園 (JR・京成線 成田駅 徒歩7~8分)

解散 / 14時30分頃 栗山近隣公園 (JR・京成線 成田駅 徒歩7~8分)

コース / 栗山近隣公園 (WC) ~ 潮音寺 (WC) ~ ほたる橋 ~ さくらの山公園 (昼食・WC) ~ 栗山近隣公園

○みどころ 成田市郊外の田園地帯を歩いて、ぼけ封じ関東三十三観音霊場一番の札所「潮音寺」を参拝し、さくらの山公園に行き、成田空港に発着陸する飛行機をすぐ近くで見学します。国際線のいろいろな国の飛行機が目の前を通過しますので迫力がありますのでお楽しみください。

※柏駅発 7:45 → 我孫子駅発 7:53 → 成田駅着 8:33 が最適な時間です。

★9月例会 白いカモメの水兵さん (下総航空基地見学) 12/6km (コースリーダー 筒井寿一)

《千葉県 54ウオーク 鎌ヶ谷市・柏市・松戸市》 ※ショートコースは六実駅集合です。

日時 / 9月27日(土) 9時30分 団体歩行 参加費 / CWA加盟団体無料・その他 300円

集合 / 新鎌ふれあい公園 (東武野田線 新鎌ヶ谷駅 徒歩2分) ※案内有り

解散 / 12時00分頃 下総基地内昼食場所 (以後、見学後自由解散 → 高柳駅まで自由歩行 = 徒歩約40分)

コース / 新鎌ふれあい公園 (WC) ~ 市制公園 (WC) ~ 栗野近隣センター ~ 北部公民館 (WC・北総いきいきウオークと合流) ~ 佐津間城址跡 ~ 高柳御嶽神社 ~ 滑走路端 ~ 下総基地入口 ~ 会場昼食場所 (解散・昼食) ~ 下総基地見学 ~ 下総基地入口 ~ 高柳駅まで各自、自由歩行

○みどころ 下総基地の航空基地開設55周年記念行事を見学します。途中で北総いきいきウオークと合流し、一緒に下総基地に向かいます。航空機見学・展示や色々なイベントが盛沢山・模擬店も多数出て一日楽しめます。高柳駅まで自由歩行で2.8kmです。心配の方は時間を決めて役員が駅まで案内をします。(ショートコースの方は北総いきいきWと同一行動)



★10月平日ウオーク 江東区縦断 運河とオリンピック会場 12km (コースリーダー 遠藤啓一)

日時 / 10月1日(水) 9時30分 団体歩行 参加費 / 北総歩 100円・CWA加盟団体 200円・その他 300円

集合 / 亀戸駅前公園 (JR総武線 亀戸駅北口 徒歩1分)

解散 / 15時00分頃 夢の島公園 (JR京葉線・東京メトロ有楽町線 新木場駅 徒歩5分)

コース / 亀戸駅前公園 ~ 亀戸大島緑道 ~ 小名木川タワーバー橋 (北砂水上公園) ~ 横十間親水公園 ~ 木場公園 ~ 辰巳の森海浜公園 (昼食・WC) ~ 東京辰巳国際水泳場 ~ 夢の島競技場 ~ 第五福竜丸展示場 ~ 夢の島公園多目的運動公園 (解散・WC) ~ 新木場駅

○みどころ 江東区を縦断します。歩きやすい緑道・運河に沿ってゆっくりとウオーキング。6年先の2020年に開催される東京オリンピック・パラリンピックの開催予定地を見学します。

★10月特別行事 ウオーキングステーションを歩こう 16km (コースリーダー- 神崎 武)

《千葉県 54ウオーク 柏市》

日時/10月18日(土) 9時00分 団体歩行 参加費/JWA・CWA加盟団体 200円・その他一般 260円

集合/そごう柏店正面出入口前 (JR常磐線・東武野田線 柏駅東口 徒歩1分)

解散/そごう柏店正面前 A班:12時00分~13時00分ゴール受付 B班:14時00分頃

コース/そごう柏店~柏ふるさと大橋~北柏ふるさと公園~船戸の森~手賀沼公園~イトーヨーカ堂~あけぼの山農業公園~布施弁天~あけぼの山公園~そごう柏店前

○みどころ 周囲からこんもりと突き出た小山の上にある「関東三弁天」の一つ布施弁天(紅葉山東海寺)を巡ります。境内には全国でも珍しい多宝塔式の鐘楼。桜門、いずれも千葉県指定重要文化財。昭和の名塔、三重塔も有り。

◆今回もA班(時速5~6kmで歩ける方・昼食休憩なし・コースが分かる方は自由歩行も可・時間内にゴールできない方はB班に合流してもらいます。)、B班(通常行事と同じペースで歩行)の2班に分かれて歩きます。

★10月例会 わが町の旧水戸街道① 千住~松戸 12km (コースリーダー 軍地恒四郎)

《千葉県 54ウオーク 松戸市》

日時/10月26日(日) 9時00分 団体歩行 参加費/CWA加盟団体無料・その他 300円

集合/千住本氷川神社 (JR常磐線 北千住駅西口 徒歩6分)

解散/14時30分頃 西口公園(JR常磐線 松戸駅 徒歩3分)

コース/千住本氷川神社(スタート)~足立区図書館(WC)~千住新橋~東京拘置所前~水戸橋~小菅東スポーツ公園(WC)~藤塚西公園(昼食・WC)~一里塚~水元公園(WC)~松戸神社~西口公園(ゴール)

○みどころ 旧水戸街道は日本橋から水戸へ至る30里21町(約125キロ)。この間の千住宿~我孫子宿を“わが町の旧水戸街道”として、僅かに残っている旧街道の面影を求めて3回シリーズで歩く。今回はその1回目。

ウオーキング初心者の方、体力に合わせ短い距離を歩きたい方にお勧めです。



# 北総いきいきウオーク

旧名称：ふぁみりーウオーク

ウオーキングの基本を学び、歩く楽しさが味わえて仲間ができます。

会費/会員無料(月例会等参加票(会員参加票)提出)・会員以外 300円(傷害福祉制度加入)

※中学生以下無料、小学生以下保護者同伴でお願いします。

★9月27日(土) 白いカモメの水兵さん 約6km (担当 吉田公康)  
(下総航空基地見学)

集合:東武野田線 六実駅 10時00分 ※参加費/CWA加盟団体無料

解散:下総基地内 12時00分頃 (解散後、昼食、見学等お楽しみください)

○各種航空機見学、イベント、模擬店など有ります。

○当日、新鎌ヶ谷駅行きの無料シャトルバスを運行しています。



7/19 赤城神社にて

★10月11日(土) 鎌ヶ谷の森 約7km (担当 九嶋 仁)

集合:くすりの福太郎薬局前広場 9時00分(東武野田線鎌ヶ谷駅東口 徒歩3分)

解散:貝殻山公園(解散式) (東武野田線 新鎌ヶ谷駅)12時00分頃

○当日は鎌ヶ谷市民祭りが有り、「相馬野馬追い」見物、模擬店等有り、大いに楽しんでください。

## 北総歩こう会の情報



# インフォメーション

### ●平日ウオーク完歩者表彰

7月9日(水)平日ウオークで表彰されました。おめでとうございます。

20回 東葛WC 来住知也さん 10回 船橋歩 蓮池 彰さん

### ●目指そう!地球一周4万キロ距離認定者(ウオーキングライフ2014年5月30日認定)

40000km達成おめでとうございます。合田昌子さん 三枝輝夫さん

### ●マーチングリーグ制覇表彰おめでとうございます

- ◆関東・甲信越マーチングリーグ(1都9県)マスターウオーカー賞 川越久子さん
- ◆関東・甲信越マーチングリーグ(1都9県)マスターウオーカー賞 石井信次さん
- ◆関東・甲信越マーチングリーグ(1都9県、21大会)スーパーマスターウオーカー賞 中村義久さん
- ◆東海・北陸マーチングリーグ(7県、12大会)スーパーマスターウオーカー賞 中村義久さん

### ●I V V回数記録認定者(ウオーキングライフ2014年5月30日認定)

1300回 柳田秀雄さん 900回 中村明弘さん 800回 合田昌子さん 700回 武部信二さん  
700回 中林 毅さん 100回 近藤光次さん

### ●I V V距離記録認定者(ウオーキングライフ2014年5月30日認定)

21000km 中村明弘さん 16000km 和崎悦子さん 15000km 合田昌子さん 15000km 武部信二さん  
13000km 掛川 洋さん 12000km 松本昴二さん 11000km 中林 毅さん 6000km 若月慎彌さん  
6000km 渡辺哲郎さん 5000km 武田幸彦さん 3000km 軍地恒四郎さん

## ★「東海・北陸マーチングリーグを制覇して」

北総歩会員 中村義久

第11回加賀百万石ツアーに参加する数日前に、同大会の実行委員会から電話があった。内容は出発式の時にエイエイオーの掛け声をしてくれとの依頼であった。過去に長崎の島原と北九州無法松ツアーでもやっているので一応承諾した。でもなぜ私を選んだのかと尋ねたところスーパーマスター受賞の該当者だからという理由であった。お蔭で約3千名の参加者の前で「千葉県の北総歩こう会の中村です！」と名乗り気持ち良く役目を果たすことが出来た。

東海・北陸MLは私が行き始めた頃は7県14大会あったのだが現在は12大会に減ってしまっている。諸般の事情があろうが石川県の紅葉と溪谷美に感動した白山・手取川もみじウオーク、最初に船に乗り陸地側を見学し、それから30km歩いた福井県の若狭おばま歴史街道ウオーク(ここは魚も美味かった。)など思い出深い大会が無くなったのは残念だ。

東海・北陸MLのチャレンジは平成19年5月に福井県の三方五湖から始まった。マスターウオーカー賞は平成24年6月に岐阜県の長良川で頂いた。すべての大会を制覇したのは6年5か月後の平成25年10月の富山県の氷見きときとウオークであった。今回、パスポートを事務局に送りそれから表彰手続きをしたためスーパーマスターウオーカー賞の受賞は今年になった。

各大会それぞれの思い出があるが一番の思い出は、桜の咲いていない時期に開催する「早春淡墨桜浪漫ウオーク」だった。ここは60kmコースがあり、今まで60kmも歩いたことが無く心配だったが朝6時にスタートし夕方4時にはゴールできた。60km歩くということは大変お腹がすくもので恥ずかしながら途中耐え切れず、写真を撮っていた年配の男性に食料品の店は無いかと尋ねたが無いという返事、だがチョイト待てと言ってなんと家に駆け戻り、自分用に購入しておいただろうパンとバナナを差し出してくれた。地獄で仏・・・その方の思いやりの気持ち優しさに心から感謝・感激の気持ちに浸った。生涯忘れられない思い出となった。



出発式で「エイエイオー」の発声をする中村さん

## ★「地球一周4万キロを達成して」

北総歩会員 合田昌子

私がウオーキング協会に入会したのが昭和60年。その翌年から地球一周4万キロの認定が始まりました。「地球一周4万キロ達成、私はどの位までいけるかな？」その程度のスタートでした。1万キロ達成すると、楽しく、元気で歩いていたら、私でも、いつか達成できるかと漠然としたいつか来る日を夢みるようになりました。子育て、仕事と忙しい中で思うように歩くことができませんでした。たがいつも、いつか、いつかとその日が来るのを楽しみに

歩いてきました。そしてその日が来たのです。その日は平成26年4月2日。『ちりも積もれば、山となる』です。

歩き始めて29年目です。人に話をしたら「ええー、29年もかかったの！」と驚くと思います。仕事をしながら、子育てをしながら2万キロ、定年退職してから2万キロというのがおおよその割合です。歩きを続けるきっかけになった日本スリーデーマーチは今でもなぜか参加してしまいます。今年、3日間完歩で25回目になります。学校を休ませて参加した子供たちと歩いた思い出が一杯の大会です。今、孫たちがその頃の子供たちと同じ年ごろにしようとしています。ほんとうに気の遠くなる年月だったと再確認させられます。楽しい思い出をいっぱい、いっぱいもらったと思います。

次は長野県阿智村の「信濃比叡」の大会に参加して、「オールジャパン完歩」と「4万キロ完歩」の歩楽達人之碑の刻銘を見たいものだと思っています。

★この記事はこの度「地球一周4万キロ」達成した合田さんに、①挑戦したきっかけ②達成までの苦労したこと、楽しかったこと③達成した感想④今後の展望・意気込み等を伺いたく記事原稿を依頼して頂いたものです。「歩楽人」



平成 26 年 7 月 9 日 平日ウオーク

## 『ビール工場見学と守谷の公園めぐり』を担当して

コースリーダー 島 明良

6月の「流山の紫陽花めぐり」に引き続き、役員になって2度目のコースリーダーを担当させていただきました。昨年、今回のビール工場見学のコースリーダーを引き受けようと思ったのは、「ビールが大好き！」という単純な理由からでした。なにしろ、ウオーキングを始めた理由も、ウオーキングの後に「ぐいっと」飲むビールの味が忘れられなかったからです。

私と同じような理由で、ビール工場見学からウオーキングを始められた方も多いと思います。後から聞いた話ですが、ビール工場見学の担当コースリーダーはたいへんだということです。お天気ならば、200名強の参加が予想されるイベントで、ビール工場側の見学受け入れの関係(1回の見学は100人まで)があるため、当日の参加人数によって2グループに分ける必要があり、しかも時差をつけるため、コースも二通り設定しておく必要があるとのことでした。そんな事も考えずに、コースリーダーを引き受けてしまいました。

コースリーダーを引き受けた以上、やるしかありません。もちろん200名以上の参加を想定し、二通りのコースを設定しました。コース設定にあたっては、昨年担当されたE先輩の全面的なご支援とアドバイスをいただきながら、また2月と6月の2回の下見をもって決定しました。余談ですが、2回目の下見の時、集合場所(栄町公園)を出発してまもなく、永泉寺へ向かいました。ところが、永泉寺への参道が工事のため通行止めとなっていました。永泉寺への良い迂回路を探しましたが、見当たりませんでした。結局、永泉寺をコースから外すことにしましたが、この時、本番時のコース設定において下見の大切さを実感しました。

一方コースリーダーにとっては常に当日の天気が一番気になることです。天気によって参加人数も大きく変わるし、雨降りの状況によっては、昼食場所変更、コース変更等、臨機応変の対応が要求されます。最悪の場合は中止の判断をせざるをえない場合もあります。

今回は、台風の影響で午前中に一時霧雨もあり、午後からの天気も若干の心配がありましたので、会長他コース担当役員とも相談の上、急遽参加者全員の1回での見学受け入れを窓口相談することにしました。117名で受け入れぎりの人数だったことから、承諾の連絡を受けることができました。結果的には良かったのですが、コースリーダーとしては、できれば200名強の参加者があり、せっかく作った2コースを予定通り実施できたらもっと良かったなあ、と思います。残念！！(本心)でも、今回117名という多数の方にご参加いただきました。ビール好きのみなさま、ご参加ありがとうございました。工場見学の後、試飲会場で飲んだ「できたてのビール」のお味、いかがでしたか？

(コース担当 遠藤啓一、九嶋 仁、渡辺哲郎)

~~~~~

【編集後記】梅雨明けの暑さは厳しいとの先人の言葉の通り、猛烈な極暑が続き、全国で毎日熱中症で救急車搬送される方が急増し、死亡者も例年以上に多くなっています。高温の直射日光の下での作業、スポーツ、散歩、また家の中にいて安全の場所は無いようです。エアコン、扇風機を上手く使って、水分、塩分の補給をしっかり取って、栄養、睡眠と無理をしないで自分の体は自分で体調管理をして極暑の夏を乗り切ろう！。<歩楽人>



アサヒビール工場に入る参加者