

ウォーキングだより

第67号

発行日2015年1月25日



2015年1月10日(土)173回例会 藤沢七福神めぐりに60名参加 新林公園にて

例会

- 1 171回例会 錦織なす鎌倉
- 3 173回例会 藤沢七福神
- 9 172回(平日) 山手西洋館
- 14 176回例会予告 春の息吹
- 15 177回例会予告 洋館めぐり

オプション

- 5 PC勉強会/鎌倉・横浜市境
- 6 スケッチウォーク
- 7 深川木場散歩
- 8 稲村ヶ崎(再挑戦)
- 10 鎌倉文学館
- 11 三浦アルプス
- 12 水仙の鋸南町
- 13 運営委員会 11月・12月
- 16 3月-1 予定
- 17 3月-2 & 4月-1 予定
- 18 4月-2 予定
- 19 事務局連絡

新日本スポーツ連盟 神奈川ウォーキングクラブ機関紙

発行責任者 吉野 勉

〒221-0822 横浜市神奈川区西神奈川 1-18-2 永田ビル 3F 神奈川県スポーツ連盟内

電話 045-430-5665 FAX 045-430-5666

URL <http://k-walk.main.jp/> メールアドレス info@k-walk.main.jp

いざゆかん！錦織なす鎌倉へ

2014年12月7日(日) 晴れ

15000歩 10km

コース: 鎌倉駅→源平池→覚園寺→百八やぐら→天園ハイキングコース→六国見山展望台→北鎌倉

参加者: 中村年(L) 仲(SL) 山内(SL) 佐藤よ 吉越 吉野 平嶋 板垣 神谷 戸田 森山 熊坂 奴田
高橋文 伊藤眞 小野里 青松秀 熊島 佐藤繁 藤原和 新谷 平野 小林 河野 長井 宮野
加来 小島 清水修 栗田 横田 笹田 中川 草野 高木 山下 中村ゆ 平林勝 志村
細田(当日入会) 計40名 途中参加 平石一

今年の5月に初めて百八やぐらを見学しました。何時も歩いているコースの下にこんな世界が有るとは思いませんでした。ぜひ、皆さんにも見て頂きたいと今日に至りました。現在やぐらは177穴あるようですが、殆どが自然のままに放置されていますので又ゆっくり見学するのも良いかな。お天気にめぐまれ紅葉も何とか間に合ってホッとしました。今回が初めての班長さんありがとうございました。 <中村年>



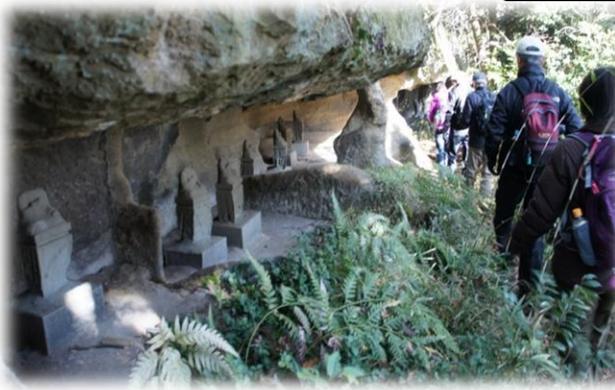
森山: 12月の初旬ですが裏日本、東北だけでなく四国の方々まで豪雪に悩まされた寒い一日の中、鎌倉への例会に参加を致しました。天園ハイキングコースは北鎌倉と鎌倉側から何回か歩きましたが、今回は初めて覚園寺の境内に入り建物、仏像の講話を聞きました。ゆっくりと話を聞く中で歴史の背景、仏像など知識を広めました。天園ハイキングコースでは若い方々が楽しめる中を、皆様は快適に歩いておられました。当方はアップダウンの多いのには悩まされました。そして何とか六国見山を越えて最終地に到着しました。コースを設定されましたリーダー、サブリーダーに感謝致します。

佐藤伊：覚園寺…寺僧のガイドで寺内を拝観する。本堂には重要文化財の薬師如来像、左右に日光・月光菩薩像、さらに周囲に十二神将と壮観です。庭内の紅葉は丁度見頃でしたが、撮影禁止でベストショットが撮れず残念！なんで？午後は天園コース・百八やぐらと進み、ラストは六国見山へ。坂道や階段が続くが、風もなく暖かい冬の陽ざしで気持ちよく歩いていましたが、コース終盤で不覚にも、つまづきダビング、前を歩いていた平嶋さんに体当たり。びっくりさせて、ごめんなさい。幸い二人ともケガはありませんでしたが、衰えを感じさせる出来ごとでした。



登山気分でゴー！

やぐら巡り～



栗田：覚園寺のガイドツアーは、黄葉（銀杏）は、少し遅かったけれど、日差し越しのもみじ、住職のお話を興味深く聞きました。駐車場をお借りして、昼食を終え、天国のハイキングコースへ。木立を抜けて、眼下には、八幡宮からの参道が海に続いているのが見えました。一度、明月院近くの住宅地に降りて、再び、



六国見山のコースへ。展望台からの眺めは、大島、伊豆半島も見えて、山に囲まれた鎌倉のウォーキングを満喫できました。最後に、北鎌倉の住宅地の広場に戻ってのストレッチ、鎌倉紅葉探しのウォーキングに花（葉）を添えてくれました。

紅葉の下でストレッチ

藤沢七福神めぐり



2015年1月10日(土) 晴れ 22000歩 15Km

コース：片瀬江ノ島駅10時出発→江島神社→龍口寺→新林公園（昼食）→感応院→諏訪神社→
常光寺→白旗神社→養命寺→皇大神宮→藤沢駅16時解散

参加者：小山文(L) 藤崎(SL) 小山美(SL) 勅使河原 吉越 平嶋 小作 神谷 戸田
鈴木徳 平石 熊坂 仲 大平 渡辺ノ 高橋文 伊藤眞 小野里 青松秀 熊島
佐藤繁 藤原和 斉藤優 新谷 深瀬 河野 宮野 伊藤美 小島重 村松 福士
清水修 落合 栗田 市村 横田 中村ゆ 丹後 志村 小島ま 桑原 山本 細田
大島 小林久 一般/守屋 下村夫妻 石田夫妻 一寸木夫妻 橘川 斉藤 富樫
岩崎 梅津 塩川 大川内 橋本 合計60名（内一般参加15名）

はじめて例会のリーダーをしました。参加者60名、大人数のウォーキングとなりました。幸い天候に恵まれた1日となり、弁天橋からは新春の富士を見ることもできました。今回の企画名は藤沢七福神めぐりでしたが、実際に参拝したのは八福神です。参加された方々には今年、何か1つ予想外のご利益があるものと思います。大きなトラブルもなく終えられたことに安堵しております。とはいえ、下見であらかじめ作っておいたタイムテーブルが予定通り進まなかった場合の対応の仕方、参加者が大人数（一般参加者も多い）になった場合の統率の仕方、などが、今回はじめてのリーダーを体験し、課題として残りました。<小山文>



新林公園

神谷：神奈川ウォーキングクラブ恒例の七福神めぐり、今年は藤沢七福神です。幸いにも良い天候に恵まれ、参加者も60人に膨れ上がりました。開運招福を願い、江島神社に向かって江の島弁天橋を渡りはじめるとくっきり雪化粧の富士山を望むことができました。青い海と白い富士とのコントラストが大変素晴らしく、幸先の良いスタートとなりました。島の参道は昔の温泉町を思わせる風情で大変な混雑です。藤沢七福神は毘沙門天が2箇所あるため巡拝する神社・寺は8箇所です。8箇所をお参りして4時無事藤沢に到着です。リーダー始めお世話頂いた方々ご苦労様でした。

藤原和：平成27年末歳の例会が快晴の下、参加者多数で藤沢七福神めぐりウォークです。小山リーダーのコース説明そして、6グループに分かれ①江の島弁天様、芸能の神様です。尾上菊五郎の燈籠が奉納されています。②毘沙門天様、知恵を少し授かりたいものです。もう遅いかな？③寿老人にあやかって長生きしたいものです。それにはやはりウォーキング。

④大黒天様にはお金が入って来るように念入りに拝みました。⑤福祿寿、幸せな気分になり、⑥布袋様に無病息災を祈りました。⑦毘沙門天(白旗神社)、義経ゆかりの神社です。⑧最後は威厳のある皇大神宮、いつも恵比須顔でいられますように浄財をはずみました。今日は本当に良い1日だったと一緒に歩けたことに感謝しました。

新谷：藤沢七福神巡りに今年初めて参加しました。まずは江の島弁財天を目指して出発。参拝が終わりまず紫芋コロッケをほおぼり温かさで身も心もほっこり。

新林公園で昼食後、案内図で道順が赤く印刷してあるものを持っている人は感想文の当たりくじと聞き嫌な予感、ザックの中の地図を見ると今年最初の当り。これでテンションはマックス。最後の皇大神宮でおみくじを引く。吉は大。今年は当たりに当たりまくると自己満足。今年もよろしく願います。

宮野：雲一つない青空のもと、真白な帽子をかぶった富士山を右手に見て藤沢七福神(ここでは八福神)の1番目の江ノ島弁財天に向かった。その後滝口寺(毘沙門天)をお参りし、新林公園で徐々に冬の心地よい陽を浴びながら昼食をとった。何しろ、一般も含め60名という大人数にもかかわらず、お寺や神社に参詣するたびに小山さんの丁寧な説明が有り、とても素晴らしい新年の藤沢七福神めぐりであった。また私にとっては学生時代の4年間、毎年訪れていた遊行寺の銀杏の大木の話などとても感銘を受けた。

横田：七福神めぐりとあって、開運を願う多数の参加者です。長い行列でまずは江の島弁財天へ、この地から眺める富士の美しい姿に感激！今までに見た最高の富士山との出会いでした。新林公園では、もう小さな蕾をつけた梅が迎えてくれました。やはり湘南、早春の息吹があちこちで感じられ、楽しいウォーキングとなりました。

大島：天候にも恵まれ小春日和の快適な一日をありがとうございました。今回参加されました方々も十分新春の七福神巡りを堪能されたと思います。昼食の新林公園では茅葺の自然も味わいながらのゆったりした時を過ごすこと出来ました。感謝します。今日ご案内下さった皆様、参加されました全ての方にお礼を申し上げます。



富士山もくつきり



養命寺

パソコン勉強会

★わかりにくいことをお互いに勉強しましょう

2014年11月27日(木) 11時

開催場所：スポーツ連盟事務所2階

参加者：サポート・東京ウォーキングクラブ青嶋氏 吉越(L) 常盤 神谷 斉藤優
新横浜・加藤 東京・石森 計7名

①グーグルドライブとは何かを勉強

- ・資料に基づき概要を知る・・・複数の端末間で自分のファイルを簡単に共有できる。
- ・パソコンに設定・・・同期化という作業が難しく、1名は完了したが、2名がとうとうできませんでした。
青嶋さんが専門家に聞いてくれるということでしたので、後日に期待しています。

②伝助の集計の仕方・・・参加人数が多い時はエクセルファイルにすると便利なので、伝助→エクセルを勉強しました。

<吉越>

大船・岩瀬・今泉地区から 鎌倉・横浜市境界尾根を抜け、いたち川から大船へ



2015年1月7日(水) 晴れ 20000歩 14km

コース:大船駅→常楽寺→多門院→熊野神社→七久保橋→今泉里山→横浜・鎌倉・横浜市境界尾根→荒井沢市民の森入口→皆城山展望台(昼食)→鎌倉パブリックゴルフ場境界尾根→鳥の舞公園→矢沢なかよし公園→桂山公園→遊水池→矢沢堀小川アメニティ→上郷六反町公園→いたち川プロムナード→大船駅(解散)

参加者:仲(L) 吉越 勅使河原 平嶋 小作 平石 大平 伊藤眞 平山 小野里 菊池 熊島 斉藤優
中村年 平野 小林俊 沢崎 山内 森川 伊藤美 福士 市村 草野 23名



皆城山展望台にて

鎌倉の北に当たる大船・岩瀬地区、現在は住宅地、一方今泉地区は丘陵地帯で横浜栄区との境界尾根で鎌倉を囲む城壁。栄区側は都市化され山裾まで住宅地。この外側を砂押川といたち川が流れていて外堀の役を果たしていたと思いながら歩いた。<仲>



木曾義高墓を説明する平石さん

スケッチウォーク（日本大通り／イチョウ並木）

2014年12月3日（水）晴れ

10000歩 7km

コース：関内駅→横浜公園→日本大通り→県庁→山下公園→横浜駅

講師：亀崎正一先生

参加者：斉藤優（L） 吉越 中村年 小山文 森川 野田 一般／石山 計8名



参加の皆さん



秋の終わりなのか、冬の始まりなのか？

陽射しはあるものの風が冷たい一日。

まだまだ黄金色に輝く美しいイチョウ並木をスケッチ。途中、テレビの取材を受けて、ニュースで3回もオンエアされるというハプニングもありました。

帰りは横浜駅までウォーキング。

途中、面白い演劇団に大爆笑したり、みなとみらいのクリスマスツリーを見たり、おまけ付きでした。



秋空のもと、イチョウの絵を描いてみました。とても気持ちのいい日でした。皆様も楽しんでみてください。 <野田>



誰の作品？ホームページで

<山岡先生案内>

深川木場散歩と「花咲チーズオムライス」

2014年12月11日(木) 雨時々曇り 9500歩 約6km

コース:住吉駅(11時出発)→猿江恩賜公園・材木座跡→重願寺・住吉神社→小名木川→釜屋跡→

クローバー橋→岩井橋→横十間川親水公園→【オムライスランチ】→洲崎神社→木場駅(解散)

参加者:講師・山岡光治氏 小島重(L) 吉越(SL) 鈴木徳 内田絵 内田成 斉藤優 濱崎和 佐藤繁
渡辺ち 中村年 渡辺リ 森川 井内 落合 山下 丹後 桑原 野田 細田 計20名



朝から生憎の空模様になってしまい、傘をさしてのウォークとなった。集合場所の住吉駅は、普段馴染みのない駅なので心配していたが、電車の遅れで自分が最後になってしまった。今回の深川木場周辺は、小名木川、仙台堀川、横十間川等が江戸時代の水運を担っていたエリアで、歴史を感じました。皆さんお待ち

かねの、本日のランチ「花咲チーズオムライス」ですが、トロトロチーズとデミグラスソースの絶妙なコラボで、これを目的に女性の参加が多いのも納得出来た。ただ男性の舌には少々もの足りない感も。今月がお誕生日の吉越さんには、お店からのプチプレゼントもあり、ミニパーティーのような雰囲気でも盛り上がりました。<小島>



内田成: 今回参加者20名中、男性4名とまさに「女子会」であった。江戸時代の物流を河川に託し、運河と埋め立てとともに発展した深川。仕事関係で河川物流にも関わっていたので、水上物流の原点に返ったような気がした。

桑原: 江戸時代、物流の要だった川沿いを歩き、お腹をすかせてお目当てのランチへ。オムライスはカカオのデミグラスソースとトロトロ卵、チキンライスが一体となった初めての味。デザートプリンまで美味しく頂きました。

関東ふれあいの道（再挑戦）

5 番目「稲村ヶ崎・磯づたいのみち」前半

2014年12月13日（土）晴（風強し） 10000歩 7.5km

コース：鎌倉駅→由比ヶ浜→稲村ヶ崎→七里ヶ浜→小動岬→小田急片瀬江ノ島駅

参加者：仲（L）平石一 高橋文 小野里 青松 新谷 深瀬 河野 宮野 福士 清水修 栗田 横田
高木 中村ゆ 丹後 平林勝 志村 小島ま 桑原（会員20名）井口 山田 高井（一般3名）



稲村ヶ崎にて

には砂塵が目に入ったりして難行苦行の連続です。これが逆コースで追い風であったらどんなに良かったであろうかと思いました。ただ太陽はさんさんと輝いてくれたので、これだけは救いでした。昼食は新江ノ島水族館の前庭で採りましたが、鳶が弁当を狙って低空飛行で飛来するので注意を払いながらの昼食となりました。そして砂塵が舞っているためか、ザラザラしたものを一緒に飲み込んだ食事でした。一日中風との戦いのウォーキングとなりました。

高橋文：天気は良好、絶好のウォー

キング日和だとウキウキした気持ちで鎌倉駅を後にしました。処が由比ヶ浜に着くや、いきなり強い浜風に遭遇、海は大波で荒れ狂っていました。今日のコースは海辺をたどっていくので、一日中この風との付き合いになりそうです。最初は向かい風で前傾姿勢をとって歩を進めました。次は横殴りで、吹き飛ばされないように腰を落としての歩行です、時

6 番目「湘南海岸・砂浜のみち」後半 16000歩 10.8km

コース：片瀬江ノ島→新江ノ島水族館→ニエール記念碑→国道134号→柳島→浜見台

参加者：仲（L）平石一 高橋文 小野里 青松秀 新谷 深瀬 河野 宮野 福士 清水修 栗田 高木
中村ゆ 丹後 平林勝 志村 小島ま 桑原（会員19名）

風が強いため海岸通りは避けて防風林、国道134号箱根駅伝コースを歩く羽目



になりました。解散後、平塚方面6名は平塚までと、大磯まで歩いた方もいたそうです。〈仲〉



ニエール記念碑にて

山手西洋館の Xmas イルミネーション



2014年12月17日（水） 晴れ 約5400歩 3km

コース：石川町駅→大丸谷坂→（プラフ18番館と外交官の家）→山手本通り（ベーリックホール・エリスマン邸・山手234番館）→港の見える丘公園（イギリス館・山手111番館）→元町中華街駅

参加者：斉藤優（L） 平嶋 荒波 平林幹 仲 小野里 青松秀 新谷 渡辺ち 中村年
小林俊 森川 井内 小島重 横田 高木 細田 計17名

山手の丘に建っている美しい西洋館は歴史の息吹を感じられる施設として公開されています。今年も、各西洋館がテーマ国を決めて、その国の特徴的なクリスマス装飾を華やかに演出しています。山手111番館では、日本の飾り付けを見ることができました。

当日は、かなり風が冷たく外でのイルミネーションを想像していた方も、「部屋の中で良かったあ〜」と本音も。どこの西洋館でも華やかなテーブルセッティングがなされ、楽しく、賑やかなクリスマスが想像できました。

<斉藤優>



ここにはどんなに美味しい料理が出てくるのかしら？



寒さに震えながらベーリックホールの前で

12月の街は Xmas 一色。山手の洋館も世界の Xmas を豪華に紹介していました。どこの館も、入るとまず目に飛び込んでくるのはダイニングルームの飾り。テーブルクロスを敷き大きなアレンジメントが置かれています。そしていくつも並んだグラスやお皿のセッティング。そんな食卓に並ぶ料理は・・・？と想像するだけでもほんわかと心が和みます。寒さも忘れる夢心地の空間でした。

<高木>



山手111番館の和風の飾り付け

旧前田侯爵別邸の鎌倉文学館へ



2014年12月25日（木）晴れ 10000歩 約8km

コース：鎌倉駅西口→御成通り→下馬→一の鳥居→旧ソビエト大使館→和田塚
→寸松堂→吉屋信子記念館→鎌倉文学館→甘縄神明社→旧諸戸邸（長谷こども会館）
→加賀谷邸→高德院裏道→浅間神社→新佐助トンネル→鎌倉中央図書館→鎌倉駅

参加者：仲（L）吉越 神谷 勅使河原 平嶋 常磐 鈴木徳 大平 高橋文 小野里 菊池 熊島 佐藤繁
藤原和 斉藤優 新谷 平野 小林俊 森川 山内 小島重 福士 落合 中川 草野 高木 丹後
桑原 計 28名



草野：神社仏閣巡り以外の「鎌倉」も良いものです。多くの文人達が住み、貴重な足跡を残してくれました。それらを展示している鎌倉文学館は、木々に囲まれトンネルをくぐった奥にレトロモダンな洋館として佇んでいます。ステンドグラスや暖炉、照明器具等気品溢れた部屋、部屋のショーケースの中に文人達の自筆原稿は収まっています。感激です！ 昼食は薔薇が咲いたら美しいであろう庭園で光る海を眺めながら-----何とも優雅で貴重な体験をさせて

頂き思い出深い一日となりました。（そうそう、太蔵さん、お庭の裸婦像にお手を触れてはダメですよお…）

神谷：今年の締めくくりは鎌倉です。裏通りを歩くコースで今まで見たことのない光景に出くわし、大変興味深く楽しみながら歩きました。鎌倉の大通りは埃っぽく、賑わっているのと反対に裏通りは稀にしか人には出逢わないくらい閑散でした。さすが鎌倉通のリーダーの企画に感心しました。やがて静かな住宅街を抜けみどり豊かな山麓にある鎌倉文学館に到着です。旧加賀藩主前田侯爵の別邸で昭和58年市に寄贈されました。鎌倉ゆかりの文学者の直筆原稿や手紙、愛用品などが収集、保存されています。その文学者は

川端康成、夏目漱石、芥川龍之介、与謝野晶子ら300人以上とのことで誠に驚きです。鎌倉は文学の街といっても過言ではない気がします。鎌倉文学館からの湘南の海の景観は誠に素晴らしく去りがたく、うしろがみを引かれる思いで文学館を後に



紅葉のトンネルを抜けると雪国ならぬ文学館／この階段を上ると浅間神社

しました。（浅間神社から大仏ハイキングコースに出る小道がありました。4月頃コース設定します。仲）

春早い三浦アルプス南尾根 を歩き棚田で散策しよう



2015年1月4日(日) 曇りのち晴れ 20000歩 12km

コース:JR逗子駅(10時集合)→バス→森戸海岸→仙元山→189m峰→167m峰→176m峰→上山口→杉山神社裏の棚田→バス→JR逗子駅(16時45分散散)

参加者:平石一(L) 勅使河原 小野里 青松秀 菊池 河野 野村 宮野 伊藤美 栗田 高橋紀 佐々木 中村ゆ 平吹 志村 大島 計16名

大島: 三浦アルプス南尾根ウォークは初めてで愉しく12キロはあっという間の歩きでした。人数も男女均等で各8人総計16人で和気あいあいで愉しく完歩出来ました。

森戸海岸越しから見る富士山を始め山々の景観は圧巻で天気もほぼ快晴でウォーキング日和となりました。アフターウォークでも和やかに皆様といっぱいおしゃべりが出来て愉しい一日となりました。また参加させて下さい。



達成感で笑顔いっぱい



稲の刈り取り後の棚田



一幅の絵のよう。(歩いてきた峰々)

今回は3度目の三浦アルプスとなりましたが、まず全員が完歩することと怪我と体調不良にならないよう、ゆっくり歩くことに心がけました。また低山でありながら山が深いので、全員がまとまることにも気を配りました。お天気も味方して森戸海岸では富士山も楽しめました。三浦アルプスは名もないピークが連続しており健脚向きの山です。また階段も多くさらにトンネルも数知れず神秘的なところですよ。今回歩いた南尾根は、桜の巨木も多くあと3ヶ月もすれば花見街道となり登山者も増えるでしょう。三浦アルプスは狭い山域ですが四季おりおりに楽しめますのでこれからも皆様を御案内いたします。 <平石一>

地図を片手にカントリーウォーク 日本三大水仙群生地千葉県鋸南町を歩く

2015年1月20日(火) 晴れ 21000歩 約13km

集合:久里浜港(東京湾フェリー)乗り場 9時10分

コース:久里浜港(東京湾フェリー9時25分出航)→金谷港→浜金谷駅10:36発→10:43着安房勝山駅
(地図をもらい)→源頼朝上陸の碑→左久間川沿に進む→江月水仙ロード→保田駅15:40発→
15:43 着浜金谷駅→フェリー16:30発→久里浜港17:10着

参加者:吉越(L) 山下(SL) 勅使河原 鈴木徳 熊坂 佐藤繁 藤原和 長井 森川 小島重 山口
志村 小島ま 塩川 計14名



熊坂:水仙は姿も香りも大好きです。あんなにたくさん咲いているのを見たのは初めてでした。水仙ロード最後では枯れてしまうからと無料で水仙摘をさせてもらって感激でした。

山下:安房勝山駅では水仙の香がお出迎え、穏やかな空気を胸一杯にし、終始楽しいウォーキングでした。

山口:大好きな日本水仙に出会え最高に幸せな1日でした。

小島・塩川・藤原:フェリーには水仙ロードを楽しみに旅行気分でもり込みました。さすが銘打っている通り、水仙! 水仙! 無料の水仙刈りも! 偶然、自転車に乗ってきた男性が大きな操り人形のお披露目、1本の糸で首・手足を自在に動かすのは芸術的ですね。フェリーからの大きく真っ赤な夕日はとても神秘的、楽しい一日良かったです。



カントリーウォークは楽しい 八重の水仙が大好きと熊坂さん
安房勝山観光協会の快活な女性の窓口案内に、良い一日になる予感がしました。地元の皆さんに声を掛けると親切に伝えてくれるし、遠くから手を振って「こんにちは!どこから来たの～」と挨拶してくれました。ハイキングコース・水仙ロードは観光協会からもらった地図と案内板を眺めながら安心して歩けました。点在している水仙や野菜を売るお店を片っ端から覗いては買い物、皆のリュックは花、球根、野菜でいっぱいでした。<吉越>

花摘みしてと頼まれ、転がりそうになりながら夢中で

～運営委員会だより～

第5回運営委員会 2014年11月27日(木) 15時30分 場所：県連事務所2階

66号機関紙発送作業 13時より

出席：石川/議長 平嶋/書記 藤崎 吉野 中村 小山 平石 斉藤 高橋 常盤 神谷 吉越 仲 平野 14名
議題

■機関紙66号 67号・・・ページ割振りの確認

山岡提案について・・・掲載することに決まり、1回目はI頁で2回目から半ページ。詳細については12月のウォーキングで先生と相談。

■関東ブロックまとめ・・・機関紙67号20頁に掲載。参加者人数55名（川崎は8名に訂正）
マリオンに載せたが主管クラブに相談しなかったと反省。結果として事故もなく無事終了して良かった。（吉野会長）

■山古志実行委員会立ち上げ

年明けに決める・・・参考までに熊野は6人の実行委員がいた。

■関東ふれあいの道報告

2014年は一通り終わり、踏破した人（神谷・小野里）は1月末までに写真と感想文を神谷さんに送る。

■例会の年間スケジュールの確認、6月が未定だったが担当の平野さんから「表丹沢の公園」と発表。
集中ウォークの状況確認・・・16頁に掲載21名参加・吉越さんが別の日に単独で行ったのが抜けていた。伝助に○をすることでお願いし、了解を得た。

■健脚コースについて参加者は、必ずリーダーの許可を得る。但し、断ることもあるという事を明記する。

■3月初めのオプションで河津さくら・・・67号3月予定表で日にちを空白にして発表する。2月末頃確定日をHP・メールにて知らせる。両方ない人で参加希望者はリーダーに問い合わせる。

■ホームページ・伝助他・・・ 関東ふれあいの東京版を菊池さんに依頼。

■その他・・・80歳大山でのケーキ代を会から出す。

第6回運営委員会 2014年12月27日(土) 15時30分 場所：県連事務所3階

出席：吉越/議長 仲/書記 平嶋 藤崎 吉野 中村 小山 平石 斉藤 高橋 常盤 神谷 平野 石川 菊池 15名

議題

■機関紙67号 雨で中止になった企画があり、機関誌頁割振りに変更あり。

■関東ふれあいの道報告（神奈川コース） 神谷 高橋文 小野里 内田絵 4名完全制覇
（東京コース）4月から7回実施（すべて健脚コース）第1回4月25日(土) 詳細は機関誌に掲載

■会計

1月機関紙発送時に請求書・振り込み用紙同封の準備

■今後の例会・オプションについて

1月例会七福神めぐり（Lは小山人文さん SLは小山美さん SL 藤崎さん）

■やや健脚コースの一般参加者の取扱について

健脚コースのみ会員限定でしたが、やや健脚も危険度が高いのでスポーツ保険に加入している会員限定とする。ホームページにも会員限定と記載。

■3月オプション河津さくら・・・開催予定日をHP・メールにて知らせる。

■神奈川ウォーキングクラブが主催する海外ウォーク

「ウォーキング大国イギリスのフットパスとパリ・モンマルトをウォーク」

■機関紙のカラー化について・・・カラー化は難しいが2015年1月よりPDFで配布する方向で検討する。

春の息吹が聞こえる公園へ

2015年3月7日(土)

約13Km

集 合:小田急六会日大前駅

9時45分

10時出発

コース:六会日大前駅→天王森泉館→天王森泉公園→俣野公園→相州春日神社→

花應院→飯田牧場→東俣野中央公園→翠ヶ丘公園→遊行寺→藤沢駅

持ち物:お弁当、飲み物、雨具、敷物、歩数計、健康保険証等

★天王森泉公園で雛人形を愛で、イダ牧場でジェラードを食べよう。



天王森泉館



[参加費] 一般500円 会員無料

[主 催] 新日本スポーツ連盟神奈川ウォーキングクラブ

[電 話] 045-430-5665 (神奈川県スポーツ連盟内 平日10時~17時)
(お気軽にお電話下さい) FAX 045-430-5666

[メールでのお申し込み] info@k-walk.main.jp (神奈川県ウォーキングクラブ)

みなと横浜とっておきスポットと

桜の名所横浜洋館めぐり

みなと横浜の歴史を物語る建物を見ながら

山下公園や港の見える丘公園を散策して、桜の山手西洋館をめぐる。

2015年4月5日(日) 歩行距離 約12Km

集合: JR横浜駅東口(少女ブロンズ像前...横浜駅中央通路をそごう方面向かった階段手前左側)
9時45分集合 10時出発

コース: 横浜駅→臨港パーク→赤レンガパーク→山下臨港線プロムナード→山下公園→
港の見える丘公園→山手資料館→山手234番館→エリスマン邸→
山手イタリア山庭園→JR石川町

◎持ち物: 雨具 昼食 飲み物 敷物 歩数計 健康保険証等

みなとの見える丘公園



[参加費] 一般500円 会員無料

[主催] 新日本スポーツ連盟神奈川ウォーキングクラブ

[電話] 045-430-5665 (神奈川県スポーツ連盟内 平日10時~17時)
(お気軽にお電話下さい) FAX 045-430-5666

[メールでのお申し込み] info@k-walk.main.jp (神奈川ウォーキングクラブ)

2015年 3月 - 1 神奈川ウォーキングクラブの予定と見所

<p>日時は開花に合わせ発表</p>	<p>ゆったり</p>	<p>三浦海岸の河津桜とまぐろきっぷを楽しもう！素晴らしいスポットを地元のリーダーがご案内 ≪開催日未定は初めての試みで、開花と天気予報により、HPとメールで2～3日前にお知らせします。2月末～3月初め/桜まつりの期間：2015年2月14日(土)～3月15日(日)≫ 集合：京急三浦海岸駅 13時30分 約4km コース：三浦海岸駅→線路沿いの桜を楽しむ→小松ヶ池公園→三浦海岸駅 【まぐろきっぷ】がお得・・・京急線各駅の券売機もしくは窓口で購入可。 例)横浜から2960円(内電車代往復1130円) マホロバマイズ三浦・・・温泉9:00～22:00(フェイスタオル付) (11時～12時清掃時間) 昼食は11:30～13:30に限る。 鮎処紀川・・・「まぐろきっぷ」のお寿司セットはサラダもついて美味しくお得。 混雑時は待ち時間があります。(三浦海岸徒歩1分 046-889-3637) ★温泉券を使わない時は三浦海岸駅前のお土産屋さんで干物に換えてくれます。 「まぐろきっぷはウォークの前後に各自で楽しんで下さい」 申込み・問い合わせ：吉越 090-2750-0034</p>
<p>7日(土)</p>	<p>例会</p>	<p>第176回例会 春の息吹が聞こえる公園へ 集合：小田急六会日大前駅 9時45分 10時出発 約13Km コース：六会日大前駅→天王森泉館→天王森泉公園→俣野公園→相州春日神社→花應院 →飯田牧場→東俣野中央公園→翠ヶ丘公園→遊行寺→藤沢駅 ★天王森泉公園で雛人形を愛で、イダ牧場でジェラードを食べよう。 申込み：高橋文 080-1115-4849</p>
<p>10日(火)</p>	<p>やや健脚</p>	<p>スプリングハズカム！さとやまウォークインいせはら 集合：小田急線鶴巻温泉駅北口(バスロータリー奥交番付近)10時 約15km コース：小田急線鶴巻温泉駅(10時37分発バス)→坪ノ内→県立いせはら塔の山緑地公園 →比々多神社→上粕屋神社→七人塚→太田道灌の胴塚 →総合運動公園→市民の森ふじやま公園→市民文化会館 →伊勢原駅 ★1月に雨で中止になったコースをチョットアレンジして再設定しました。 申込み：平野 090-9327-5691</p>
<p>15日(日)</p>	<p>健脚</p>	<p>岩戸山ハイキング 歩行時間 5時間 集合：熱海駅 8時30分 コース：熱海駅→逢初橋→伊豆山神社→奥の院→七尾原→岩戸山(734m)→東光寺→ 姫ノ沢公園→来の宮神社→熱海梅林→来の宮駅 ★長い階段の伊豆山神社から岩戸山、姫ノ沢公園と歩きます。 申込み：吉野 080-1099-3581</p>
<p>22日(日)</p>	<p>一般</p>	<p>鎌倉古道上道第2回復活悲しみの道のり 集合：JR町田駅改札10時集合 約12km コース：町田天満宮→金森天神山市民の森→杉山神社→定方寺公園→鶴間公園にて昼食 →東京女学院大学→瀬谷八幡宮→瀬谷銀行→日枝社→大門小学校→相模鉄道 瀬谷駅15時30分散 ★鎌倉古道のうち最も有名な道のりです。上州の新田義貞が鎌倉攻めに利用した戦いの道でもあります。頼朝に絡んだ左馬神社もみられ、近代になると外国との貿易の中心である絹の運送の道となります。横浜に近い瀬谷には銀行も開かれ経済の中心となりました。 皆さんと一緒に鎌倉を目指します。 申込み：平石一 090-2162-7178</p>

◎ゆったり・・・6km程度＋見学

◎一般・・・16km程度UPダウンが激しければ健脚

◎健脚・・・17km以上・又は山道/会員限定・参加者はリーダーの承認を得ること、但し参加をお断りする場合があります。

◎やや健脚・・・15～20kmスポーツ保険に加入している会員限定/リーダーの承認は不要

★参加費・・・例会500円 オプション300円 会員は無料

★行事は天候により中止になることがあります、悪天候の場合はリーダーにお問い合わせください。

2015年3月-2 神奈川ウォーキングクラブの予定と見所

28日 (土)	健脚	<p>鍋割山に鍋焼きうどんを食べに行こう! 集合: 渋沢駅 7時45分(7時48分か58分のバスに乗ります) 歩行時間6時間30分 コース: 渋沢駅→大倉→二俣→後沢乗越→鍋割山(1272.5m)→小丸→大丸→堀山の家 →大倉バスで渋沢駅 ★鍋焼きうどん(1000円)は混んでいるときは1時間待ちますので軽食を用意した方が良いでしょうと思います。雪が残っているかもしれませんので、スパッツが必要です。 申込み: 河野 090-5201-0867</p>
31日 (火)	一般	<p>ハケの道へ2 ハケの森とハケの道を連ねて野川へ 山岡先生案内 集合: JR小金井駅南口 10時30分 約10km コース: JR武蔵小金井駅→(なそい坂→滄浪泉園→真明寺→貫井神社)→愛宕神社から 富士山→西之橋→寛政六年庚申塔・イイギリ→せせらぎの小径→念仏坂→幡随院 →質屋坂・妙貫坂・金蔵院・ハケの森→小金井小次郎の墓→無名坂→小金井神社 →ハケの美術館(湧水)・ハケの小路→ハケの道から武蔵野公園→野川公園と自然 観察園(湧水)→出山遺跡ハケと野川の流れ→みたか水車博物館から東京天文台 下へ→(バスで京王調布駅か東小金井駅へ) ★～ハケの道へ2～の続きを 小さなハケの森とハケの道を連ねて野川公園まで歩きます。 (その1との重複を除きます)。 申込み: 吉越 090-2750-0034</p>

2015年4月-1 神奈川ウォーキングクラブの予定と見所

5日 (日)	例会	<p>第177回例会 みなと横浜とっておきスポットと桜の名所・横浜洋館めぐり 集合: JR横浜駅東口 (少女ブロンズ像前 横浜駅中央通路をそごう方面向かった階段 手前左側) 9時45分集合 10時出発 約12Km コース: 横浜駅→臨港パーク→赤レンガパーク→山下臨港線プロムナード→山下公園→ 港の見える丘公園→山手資料館→山手234番館→エリスマン邸→山手イタリア山 庭園→JR石川町 ★みなと横浜の歴史を物語る建物を見ながら山下公園や港の見える丘公園を散策して、 桜の山手西洋館をめぐります。 申込み: 神谷 080-3467-9262</p>
8日 (水)	一般	<p>陽春の鎌倉歩き(浅間神社・裏大仏ハイキングコース・台峰緑地) 集合: 鎌倉時計台下集合 10時 約12km コース: 鎌倉駅→市役所通り→御成トンネル→新佐助トンネル→浅間神社→裏大仏ハイキン グコース→葛原岡神社→山之内配水池→台峰展望台→八戸ノ池→魯山人窯跡→ 山崎小→北野神社→小袋谷→大船駅 ★去年最後に歩いた浅間神社から裏大仏ハイキングコースを歩いてみよう! 申込み: 仲 090-2212-8821</p>

◎ゆったり・・・6km程度+見学

◎一般・・・16km程度UPダウンが激しければ健脚

◎健脚・・・17km以上・又は山道/会員限定・参加者はリーダーの承認を得ること、但し参加をお断りする場合があります。

◎やや健脚・・・15～20kmスポーツ保険に加入している会員限定/リーダーの承認は不要

★参加費・・・例会500円 オプション300円 会員は無料

★行事は天候により中止になることがあります、悪天候の場合はリーダーにお問い合わせください。

2015年4月-2 神奈川ウォーキングクラブの予定と見所

11日 (土)	健脚	<p>扇山ハイキング 集合:鳥沢駅9時(高尾8時20分→鳥沢8時50分着があります) 歩行時間約5時間 コース:中央線・鳥沢駅→梨の木平→扇山(1138m)→三ツ境→犬目→大野貯水池→ 四方津駅</p> <p>★春先の長閑な山頂から富士山でも眺めましょう。 申込み:吉野 080-1099-3581</p>
15日 (水)	平日例会	<p>“ミステリースポット”で海底ウォーキング! 集合:京急大師線川崎大師駅 10時 約8km コース:川崎大師駅→川崎大師平間寺→大師公園・瀋秀園→千鳥運河→ちどり公園 →謎の海底トンネル(約1km)→東扇島→川崎マリエン→バスで川崎駅(解散)</p> <p>★初詣で大勢の参拝客を集める川崎大師から、中国庭園が素晴らしい瀋秀園を見て、夜景がブームの工場群を歩き、海ホテルが望める千鳥公園から海底に下ります! 最後は「川崎マリエン」10階展望台(地上51m)から、眼下に広がる東京湾の風景を満喫し、資料室で川崎の海苔づくりの歴史を学びます。 申込み:小島重 080-4119-4143</p>
19日 (日)	健脚	<p>さくら吹雪の三浦アルプス双子山から森戸川源流經由乳頭山登山 集合:JR東逗子駅改札9時30分 歩行約5.時間 コース:沼間小学校→上双子山→森戸川源流→乳頭山→畠山→木古庭→バスで逗子駅</p> <p>★三浦アルプスの4回目の企画となりますが、見所は森戸川の最源流を歩きます。 特に危険はありませんが、全体ではかなりのアップダウンとなり変化の富んだコース設定となりました。当地は地名が桜山であるように桜咲く山です。</p> <p>申込み:平石一 090-2162-7178</p>
25日 (土)	健脚	<p>関東ふれあいの道 東京編 南高尾山稜コース 集合:八王子駅 9時30分 歩行時間 3時間30分 コース:八王子駅→バス→大垂水峠→大洞山(536m)→中沢山(494m)→西山峠→ 三沢峠→梅の木平→高尾山口駅</p> <p>★関東ふれあい・東京コースが南高尾山稜から始まります。</p> <p>申込み:吉野 080-1099-3581</p>
30日 (木)	ゆったり	<p>スケッチ&カメラ 藤の花咲く小網代の森へ 集合:京急三崎口駅 10時 約6km コース:三崎口駅→小網代の森(やなぎテラス えのきてラス 眺望テラス 浦の川を進み干 潟で昼食、戦争の傷跡見学)→北尾根→三崎口駅</p> <p>★小網代の森は、森と湿地と干潟と湾とを川が結ぶ、ひとつの流域がまるごと自然のまま残された、きわめて貴重な自然です。新緑の森を楽しみます。</p> <p>★干潟を囲んで戦争の傷跡(洞窟)が残されています。ここは第11突撃隊に所属する 第27震洋隊(石井部隊)が置かれていたところでもあります。</p> <p>申込み:斉藤優090-2239-2104</p>
予告		<p>2015年全国交流ウォークのお知らせ! 第一報 新潟県中越地震から10年……復興する山古志を歩きます。 2015年9月26日(土)~9月27日(日)神奈川はもう一泊する予定です。 ★詳細は追って発表いたします。</p>

マナーを守りましょう

- ★ゴミはゴミ箱があっても捨てないで家まで持ち帰りましょう。
- ★山で木や花等を採らないようにしましょう。
- ★自然の生き物をいじめないようにしましょう。
- ★街中を歩く時は一般の人の迷惑にならない様に注意をしましょう。
- ★日除けは日傘を使わず帽子を着用するようにしましょう。
- ★神社仏閣での大声は厳禁、集合写真の撮影もなるべく控えましょう。

事務局連絡

事務局連絡先 吉越悦子

電話自宅 046-888-6885 携帯 090-2750-0034

メール yoshigoe@par.odn.ne.jp

分からないことは遠慮なく電話、メールを下さい

■2015 年度会費・スポーツ保険料納付のお願い
前回総会で会計年度が4月から翌年3月に変更されました。会費の納入時期が少し早くなりましたが下記の通り納入をお願いします。(別紙同封)

1. 会費6,000円(2015年4月～2016年3月分)
2. スポーツ保険料(保険期間:2015年4月1日～2016年3月31日) ★65歳未満1,550円(1850円の内300円を会で負担) ★65歳以上1,000円(年齢は2015年4月1日現在)

3. 納付方法

- ①同封の振込用紙にて。(振込手数料は本人負担)
- ②ゆうちょ銀行の総合口座をお持ちの方はATMで。(手数料無料です)

口座記号 00270 9 口座番号 75906

加入者名 神奈川ウォーキングクラブ

- ③ウォーキング参加時に運営委員に現金で。(振替用紙に氏名、年齢、金額をご記入の上一緒に提出してください)

4. 納付期限 3月10日(厳守)

■やや健脚コースの取扱<重要>

健脚コースのみ会員限定でしたが、やや健脚も危険度が高いので会員限定とします。ホームページにも会員限定と記載します。ただし、リーダーへの直接申込みは不要、伝助への入力のみにて可。

■3月の予定で《開催日未定の初めての試み》「三浦海岸の河津桜とまぐろきっぷ」は開花と天気予報をにらんで、ホームページとメールで2～3日前にお知らせします。受信できない方で参加希望者は2月中旬以降に運営委員に問い合わせ下さい。

■海外ウォークのお知らせ

「ウォーキング大国イギリスのフットパスとパリ・モンマルトをウォーク」2015年5月15日～25日に実施。お知らせを受け取っていなかった方からの問い合わせは1月末までに吉越宛てをお願いします。

■会員の異動

★2015年1月22日現在 在籍数
男性55名 女性78名 合計133名

★新入会員さん紹介

よろしくお祈りします！

会員No.289 細田順子さん 横浜市在住 マリオン参加後 	会員No.290 大島俊樹さん 平塚市在住 河野さん紹介 
会員No.291 小林久美子さん 町田市在住 ホームページで 	会員No.292 塩川慶子さん 横浜市在住 深瀬さん紹介 
会員No.293 橋本朝子さん 横浜市在住 深瀬さん紹介 	2月1日付けで 近藤 茂さん 近藤由美子さん入会済 次号で紹介します
会員数 2015年1月22日現在 男性55名 女性78名 合計133名	

■同封物

- ①2015年度会費・スポーツ保険料納付のお願い
- ② 同 振り込み用紙
- ③月刊かながわスポーツ(メールで配信済を除く)
- ④全国ウォーキング協議会ニュース13号
・山古志へ行こう ・ヒロシマ ・伊勢路の感想
- ⑤新入会員の方へ(名札 スポーツ保険安全保険のあらまし 例会・オプションへ参加に当たっての説明 参加記録カード)