

# ウォーキングだより

第75号

発行日2016年5月25日



5月7日(土) 195回例会「新緑の市民の森から六国峠へ」44名参加 氷取沢小川アメニティにて

## 例会

- |                |                   |                   |
|----------------|-------------------|-------------------|
| 1 193回 横浜かもん山  | 8 関東ふれあい 杉の木陰の道   | 16 関東ふれあい 鍾乳洞と滝の道 |
| 3 195回 峯市民の森   | 10 関東ふれあい 富士見の道後半 | 17 姫路城案内          |
| 9 194回(平日)頭高山  | 11 三吉演芸場          | 18 運営委員会だより3月・4月  |
| 19 198回 7月例会予告 | 12 大野山            | 20 7月予定           |

## オプション

- |            |                |            |
|------------|----------------|------------|
| 5 鴨宮印刷局観桜会 | 14 横浜みなとまつり    | 21 7月・8月予定 |
| 6 松田山      | 15 国民平和行進県庁コース | 22 8月予定    |
| 7 スケッチ     |                | 23 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 F A X 045-430-5666

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

# 横浜随一の桜の名所ウォーク

2016年4月3日(日) 曇り時々雨 16,000歩 約11km

コース:横浜駅→2代目横浜駅跡→岩亀稲荷→掃部山公園→伊勢山皇大神宮→野毛山公園→東福寺  
→清水ヶ丘公園→保土ヶ谷駅

参加者:神谷(L) 仲(SL) 勅使河原 小作 荒波 高橋文 伊藤真 小野里 青松秀 佐藤繁 森山  
藤原 斉藤優 渡辺ち 深瀬 小林 小島重 清水修 落合 中嶋 栗田 山川 志村 山本  
小田 武倉 青松美 山田 計 28 名

今回は桜を求めて桜の名所を訪ね、横浜の歴史にゆかりの深い公園を歩き、横浜の歴史を検証するウォークである。日本の近代化は横浜の「開港」からといっても過言ではない。それまでの江戸時代、ヨーロッパや中国との唯一の窓口は、長崎のみであった。それが一気に諸外国と交流するきっかけとなったのは、嘉永六年(1853年)、ペリー率いる黒船(米艦隊)四隻が浦賀へ来航して開港を迫ったのである。開港か攘夷かで国論が二分する中、ときの大老、井伊掃部頭直弼は勅許を待たずに、安政5年(1858年)日米修交通商条約に調印した。翌年、露仏英蘭米五ヶ国との自由貿易が開かれたことで、それまで小さな漁村だった横浜は一躍国際的な窓口となった。桜の名所掃部山公園に横浜開港の立役者、井伊直弼像が泰然と「みなとヨコハマ」を見据えている。また、野毛山公園には横浜開港の先駆者として佐久間象山の顕彰碑がある。象山は幕末期の思想家・兵学者である。蘭学砲術に通じ早くから開国を提唱して活躍した実践家であったが、攘夷浪士に暗殺された。幕末期に横浜で最も豪華絢爛を誇った遊郭は港崎町の岩亀楼であり、その遊女たちが病になった時に静養する寮が現在の岩亀横丁にあった。稲荷はその寮内にあつて、彼女たちが信仰していたので岩亀稲荷と呼ばれた。のちに稲荷は現在地に移され、以来、今日まで岩亀稲荷講となって地元を受け継がれている。スタート時生憎の小雨が降ったり止んだり天候であったが、昼前には雨も上がり、満開の桜を十分堪能でき春の訪れを感じるウォークでした。 <神谷>



掃部山公園の井伊直弼像と供に



岩亀稲荷

**小野里：**昨夜来の雨が風を引き曇り時々雨模様の中出発。旧東横線高島町駅そばの広場でストレッチ「横浜駅からこんなに近かったのか！」と思った。次に「横浜道」のプレートがある昔の幹線道路岩亀横丁から掃部山公園へ登ってゆくとはほほ満開の桜とつつじの花が出迎えてくれた。その後横浜能楽堂にて練習模様をみながら休憩を取り伊勢山皇大神宮、横浜成田山に着いたら四月八日の花祭り(釈迦の誕生日)の甘茶かけが行われているのを見て、子供の頃を思い出し天井天下を指差して唯我独尊と言った釈迦像に甘茶をかけていたら僧侶と目が会い「子供の頃やった事を思い出した」と話したところ「じゃあ—これをあげます」と新旧の本堂の写真入りファイルをもらってしまった。その後今回はじめての野毛山公園展望台下の見晴のよい所で昼食をとり、満開の桜を愛でながら赤門東福寺へと下り普門院では石楠花、海棠の花がきれいに咲いていた。



なんとなく季節が狂っているようだ。最後に海拔48mの清水ヶ丘公園の二本の満開の桜の素晴らしい景色を見て保土ヶ谷駅へ(二日つづきの花見ウォークで少々疲れたね)「そうですね」と佐藤繁さんと。

清水ヶ丘公園の2本の満開の桜

**栗田：**横浜駅で、神谷さんからの駅移転の歴史、開港の立役者の井伊直弼らの話を含めた本日のコース説明からのスタート。掃部山公園での井伊直弼の銅像にも理解が深まりました。能楽堂見学後は、小雨だった雨もやんできて、いろいろな種類の満開の桜を見る事ができました。伊勢山神宮では2本の枝垂れ桜、黄梅海棠桜のかわいらしいつぼみも。成田山別院では、お釈迦様の誕生を祝う甘茶をいただきました。(甘草を煎じ、こむら返りに効くとの事)野毛山公園では昼食後レッサーパンダにも再会できました(集中ウォーク以来)。その後清水ヶ丘公園までの道では横浜は、やっぱり、山坂が多いと実感。今後横浜に住む私にとって、気楽に行ける散歩コースとしていきたいと思います。



東福寺の満開の桜

## 新緑まぶしい市民の森から六国峠

2016年5月7日(土) 17000歩 約11km

コース:洋光台駅(9時50分)→峯市民の森(甘沼山)→峯せせらぎ遊歩道→峯公園→護念寺→円海山→  
おおよと休憩所→六国峠登り口→尾根道→能見堂緑地→金沢文庫駅(14時40分到着)

参加者:平嶋(L) 熊坂(SL) 仲(SL) 佐藤伊 勅使河原 吉越 小作 常盤 神谷 戸田 高橋文  
伊藤眞 小野里 青松秀 平山 熊島 藤原 新谷 深瀬 中村年 小林 河野 山内 長井  
小島重 清水修 落合 福士 山川 高木 山下 丹後 平林勝 木村 塩川 橋本 小田 武倉  
藤沼 青松美 小島ま 鞍馬 加納喜 加納富 合計44名



2000年から馬や羊の牧場としてなじみのあった氷取沢牧場は、今年の5月末で閉園するそうです。以前は無料で入れたのでトイレを借りたりアイスクリームを食べたりして兔や馬と遊んでいました。2008年にアルパカが来てから有料になったので外から眺めるだけでしたが、それも今回で終わりになってしまいました。何だかさびしく残念です。



**木村：**ちょっと強めの薫風の中を、総勢44名で洋光台駅から歩き始めました。団地からすぐに峯市民の森へ。川沿いの道は所々ぬかるんでいましたが、鳥の囀りを聞きながらのウォーキング。護念寺へ。幼いころ峰の灸へ母と来たこと、家族で除夜の鐘を突きに来たこと等、懐かしい思い出が蘇ってきました。境内を抜けていっしんどう広場で昼食。GW明けの広場は、ほぼ貸切状態。ゆったり食えることができました。途中、川遊びの父子がいたり、珍しいアルパカを見たり、尾根道では、高校生のランニングとコースが重なり「特急行きます」の掛け声が何度か続きました。峯、瀬上、氷取沢市民の森、六国峠ハイキングコース経て金沢文庫駅までの今回のコースは、歩き易くて楽に新緑のウォーキングを楽しむことができました。

### <フォトレポートより小島重>

“風薫る五月”と言いますが、今日の風は薫るところか「青嵐」と呼ぶにふさわしいような風でした。集合場所の洋光台駅は、当初横浜方面からの終着駅として昭和45年に開業、3年後に大船まで開通したという駅です。朝の駅前には久しぶりに参加したメンバーもいて、計44名と例会に相応しい“陣容”となりました。本日のコースは緑に包まれた森を巡る、今の時期ならではの爽やかなルートです。朝は強風のため帽子が飛ばされそうでしたが、昼近くには予報通り気温が上がり、まるで初夏のような陽ざしとなり一枚脱ぐ人も。コース全体はきつくないものの、所々に急登坂や急な下り階段等の注意箇所があり、距離は短いとはいえ“やや健脚”に近いかもの声も聞かれましたが、新緑が目にも沁みる変化に富む良いコースでした。



菜花を眺めながら行くと氷取沢アメニティーに出る・・・



六国峠の登り口・・・ここはがけ崩れのため長い間工事中で、やっと歩けるようになりました。

毎回気になるのが天気。今回は傘マークが外れヤレヤレと思ったが、風が強い。洋光台駅付近は新興地のため高い建物が多くビル風も加わり強い風が吹いている。リーダー帽もかぶったり外したりでした。早く木立の多い山道に入りたいと歩き始めると鶯の声が聴こえホッとした。伸びすぎた筋を恨めし気に眺めながら、そういえば下見の時は2回も蛇にあったのを思い出した。能見堂跡でのストレッチも済み小綬鶏の“チョットコイ・チョットコイ”の鳴き声に送られて緑の森を後にしました。<平嶋>

# 鴨宮国立印刷局の観桜会



2016年4月2日(土) 小雨 19000歩 13km

コース：国府津駅→菅原神社→シティモール→国立印刷局→酒匂神社→小田原保健センター  
鬼柳排水路桜並木→徳川家康陣地跡の碑→小田原駅

参加者：高橋文(L) 常盤(SL) 佐藤伊 平嶋 五十嵐志 神谷 熊坂 奴田 小野里 青松  
平山 奈良 中村年 熊島 藤原 渡邊ち 五十嵐し 清水正 河野 佐藤繁 福士  
長井 小山文 小山美 伊藤美 山口 市村 平林勝 桑原 丹後 清水靖 加納喜  
奥村 塩川 小田 高木 青松美 平石 石川正 一般：小田 計40名

**五十嵐し:**桜の見頃の時期に年に1度だけ解放されると聞き、これは見逃してはいけなと参加しました。まずは菅原神社へ、童謡「とうりゃんせ」発祥の地とか、そして痛い所をなでると治るといので牛の頭と膝をなでました。そして国立印刷局へ、観桜会だけにお札に関連した食料品やお土産が沢山売られていました。まずはお札が出来るまでのパネル説明を受け、多種の偽札防止技術に感心しました。食事は桜の木の下で、まだ三分咲き程度でしたが、地面まで垂れ下がった花は見事でした。酒匂神社ではお祭でした、神輿が3基ならんでいましたが、残念ながら宮出しは見られなかった。恋歌橋の所から川に沿って進むとそこは桜の枝が川面に満開に垂れ下がっており、素晴らしい花見ができました。この満開の桜に心底癒されました。生まれて初めての国立印刷局への入場、桜と共に造幣局への関心が高まる



観桜会でした。満開には少々早く、桜の花見の時期設定の難しさを痛感させられた日となりました。しかしながら世界一と言われる紙幣の製造工程の概要の説明を受けることができました。紙漉き行程から原版・



1億円を持ち上げ重さを感じる

すかし・数々の偽造防止技術の驚くべき内容に深い感銘を受けました。当印刷局では千円札・5千円札・1万円札を印刷しており、独特の手触りのある和紙の製造、細い筆による原画の作成、すき入れ(透かし)、角度を変えて見ると模様に変化して見える印刷(3通り)、インキが高く盛り上がる印刷、特殊発光インキの採用、等々その他多種多様な細やかな偽造防止策が盛り込まれており、驚嘆させられました。諸外国の紙幣に接した時に、いつも思うのはおもちゃではないかとの感じですが、それに比してこの崇高さ、誇りに思います。貴重な説明・見学をさせていただきありがとうございました。最後に1万円札が1万枚入った1億円相当のブロックの持ち上げを体験、約10kgだそうです

<高橋文>



# 人里離れた松田山でお花見



2016年4月5日(火) 小雨のち一時曇り 16000歩 約11km

コース:新松田駅10時出発→延命寺→西平畑公園→最明寺史跡公園→桜観音  
→酒匂川土手→中澤酒造→新松田駅(15時40分)

参加者:常盤(L) 饗場(SL) 勅使河原 平嶋 熊坂 大平 高橋文 熊島 斎藤 小林 山内 森川  
小島 山川 市村 武倉 賀上 細谷 計18名



**小林:**小雨模様の中、新松田駅から「西平畑公園」に向かい歩き始めた。登り坂の途中、ドーム型の建物を仰ぎ見た時、ここはKWCに入会したての頃来たことがあると思い出した。残念ながら生憎の天気で公園から富士山は望めなかった。ここから再び「最明寺史跡公園」に向かい長い坂を息を切らしながら歩く事になるが、途中咲き誇る山吹をじっくり鑑賞する余裕もなく公園にたどり着いたら、満開の桜が目の前に広がり一瞬疲れが吹っ飛んだよう

に感じた。昼食は管理棟の中で車座になって取ったが、持ち寄って頂いた缶ビールを少しだけ嗜んだせいもあって、楽しく盛り上がった。ゴール近くで「中澤酒造」に立ち寄ったが、試飲の機会があり、日本酒好きにとって至福の一時だった。今日はシトシと小雨が降る中でのウォーキングでしたが、もやのかかった景色は趣があり又一味違った花見を楽しめました。



笑顔の花が咲く

**フォトレポートより小島:** 西平畑公園を後に最明寺史跡公園までの道は所々ぬかるんで滑りやすくなっていますが、その後は舗装道路となり歩き易くなりました。ただ上につれてだんだんと霧が濃くなり、少し離れると後ろのグループが霞んでしまうような状況で、霧の中から突然目の前に現れた下山グループに一瞬ギョツとなる場面も。昼食場所の最明寺史跡公園一帯は完全に霧に包まれ、気温が低く寒さが身に沁みます。しかし霧に浮かぶ桜・桃・レンギョウ等の花が風景に溶け込んで、まるで日本画を見るようで感動的でした。タイトル通り“人里離れた”お花見が堪能出来て素晴らしい一日となりました。

# スケッチウォーク「称名寺」

2016年4月6日(水) 晴れ 6000歩 4km

参加者:小山文(L) 吉越 市川 斎藤優 中村年 宇塚 森川 石原ゆ 講師/亀崎先生

合計 9名

花びらが散り始めた時期、絶好のスケッチ、花見日和でした。桜の開花以降8時間以上の日照があったのは当日のみとのことでした。称名寺裏山の市民の森を散策後、阿字ヶ池と桜を入れて描きました。出来上がった作品は先生に手を入れていただくと見違えるような風景画に変わりました。

仕上げは濃い色を画面に少し入れ、立体感を出すことがポイントだとわかりました。<小山文>



亀崎先生



小山文

掲載に OK をいただいた方の作品はホームページ「[sketch walk](#)」に掲示しています。ご覧ください。

# 関東ふれあいの道「杉の木陰のみち」

2016年4月9日(土) 天気:晴れ 22000歩 距離:約12.5km

コース:上養沢バス停→柿平園地→日の出山→御岳山(御岳神社)→御岳ビジターセンター→滝本→御岳駅

参加者:加来(L) 神谷(SL) 吉越 吉野 河野 清水正 伊藤美 栗田 市村 高橋紀 山口 小田 高塚 加納喜 青松秀 奈良 以上16名



暖かい春の陽気が歩く者たちを迎えてくれる。ひんやりした空気と溪流のせせらぎの音を聞きながら出発だ。溪流沿いの林道から登山口に入ると、そこは杉の小道だ。どこまでも続く杉林の中を登る。階段の道を登る。一段一段、ハーハーと息を吐きながら。時々、深呼吸をして肺の中に空気を送りながら。歩く、登る。

開けた場所から見える景色が疲れを癒す。歩きながらの楽しい会話が途切れない。日の出山の山頂は、照りつける太陽が暑い。眺望を楽しみ、日陰を求めて昼食だ。御岳山への道は歩きやすい。外国人とも多くすれ違った。ルートから少し外れて、御嶽神社にお参りする。約320段の階段を登る。石の階段はちょっとこたえる。御岳ビジターセンターで火照った体を休め英気を養う。さあー、後は下りだ。御嶽神社の参道を一気に下って行く。参道は大きな杉の並木だ、樹齢何百年の杉の大木が歩く者へ霊気をもたらすようだ。山を下ってきたら満開の桜が迎えてくれた。満開の桜を見て、疲れも吹き飛んだかも！一日中良い天気だったので、日焼けをした方もいたかもね。楽しい一日でした。<加来>



# 頭高山の八重桜とチューリップ観賞

2016年4月20日(水) 晴れ 25000歩 18km

コース: 渋沢駅→いちょう公園→泉蔵寺→頭高山→かりがねの松→渋沢丘陵雑木林→JA じばさんず→  
秦野中央運動公園→水無川→まほろば大橋→秦野駅

参加者: 高橋文(L) 常盤(SL) 市村(SL) 佐藤伊 勅使河原 平嶋 神谷 熊坂 仲 大平 伊藤眞  
小野里 青松秀 佐藤繁 斉藤 中村年 小林 福士 森川 井内 丹後 伊藤美 小島重  
小田 山下 平林勝 大島 武倉 石原ゆ 青松美 中林 合計31名

泉蔵寺のチューリップは半分残しのような状態で私達を迎えてくれましたが、しかし色とりどりに咲いた花はまだまだ見応えがありました。赤・黄・白・紫・ピンク・まだら等多彩です。おまけに花寿命の極端に短い牡丹が丁度開花の最中であり、良い機会に恵まれました。頭高山の境界の八重桜は



ほぼ満開に咲き誇っており、私達の目を楽しませてくれました。国内でも有数な桜湯用の花の産地だそう



で、高い木に登ってその花を摘み取っている珍しい作業姿にも出会えました。渋沢丘陵の新緑に染まりながら歩を進め、最後は

水無川のきれいに刈り込まれた河川敷を気持ちよく歩き秦野駅にゴール、沢山の自然に触れ合えたウォーキングでした。 <高橋文>

**森川:** 青空と新緑に燃える渋沢丘陵そして遠くには丹沢の山並み、まさにウォーキング日和。リーダーの話では泉蔵寺のチューリップの花は半分終わったとのことでしたが、残った花々は鮮やかに咲いてくれました。そして頭高山の山桜…山からの眺望はピンクの濃淡のグラデーション！個人的には八重桜はソメイヨシノに比べるととどい感じがしていたのだが、食用の摘み取りをしていた所で花を手にとって間近に見ると、それはとても可憐な花だったのです。(今までその美しさに気が付かずにごめんね)でした。

“いにしえの秦野の里の八重桜 今日九重に匂いぬるかな”

## 関東ふれあいの道 東京都コース

### 歴史のみち 富士見のみち後半

2016年4月23日(土) 晴れ時々花曇り 21000歩 歩行時間4時間

コース:JR中央線上野原駅9時46分バス→石楯尾神社→三国山→生藤山→笹尾根經由浅間峠→上川乗バス停→JR武蔵五日市駅解散

参加者:平石一(L) 勅使河原 河野 清水正 長井 加来 栗田 市村 高橋紀 山口 中村ゆ 小田 高塚 加納喜 計14名

今回のコースは雨天順延ありリーダー変更ありと心配要素の固まりでしたが、お花と新緑の中に包まれた素晴らしい山



行を堪能できました。簡単な山ですが、まず登山口の神社にて安全祈願に頭を下げました。山野草の名山の高尾山も近いのでお花見登山とあいなりました。頭上からは桜が散り始め、花桃は満開、年

に一度のチャンスの遭遇です。足元はヒトリシズカの白花に山吹は黄色に山のキャンバスを塗りわけています。14人の少ない参加でしたので、最後まで纏まり歩きができて良い山歩きができました。未熟なリーダーでしたが参加者支えられた事に感激しました。 <平石>

**加納喜:**春の心地よいそよ風のなか上野原に集合して関東ふれあいの道東京コースの生藤山、三国山。東京都、神奈川県、山梨県の県境地にあり一郡二県を行ったり来たり。バス停より登山コースに入ると綺麗に手入れされた杉木立の中に新緑の青葉や山桜のピンク色のコントラストに感動しながら生藤山(980m)頂上に、富士山は残念ながら見られませんが扇山をはじめ1000m~1300m 級の稜線のパノラマ風景を見ながら昼食。午後はバス時刻表を見ながら急降下、所々にヒトリシズカ、ニリン草の群生に足を止めて心にエネルギーを貰いながらバス停へと途中でマウンテンバイクに乗っている人肩に担いでいる人を見て全員ビックリ!! 今回のコースは枯れ葉の上をあるく事が多く階段が少なく足に負担がかからない歩きやすいコースでした。リーダーのテンポ良い速さ、等間隔で行動して無事解散できました。



# 三吉演芸場で観劇

2016年4月26日(火) 快晴 約5キロ 7500歩 三吉演芸場入場料 2200 円

コース:桜木町駅10時→ランドマークタワー→地下鉄で阪東橋駅→横浜橋商店街～食べたり仕込んだりして12時に三吉演芸場～13時開演～16時終了 坂東橋駅→中華街・関帝廟→懇親会

参加者:大上(L) 吉越(SL) 青松秀 平林勝 澤 青松美 一般:桐島 柿崎 計8名

サポート隊/藤本 佐藤好 加藤尚 加藤由 小林 伊賀野 大野 計7名

FSGT/マズズイ ケムネー親子 韓国市民連帯/キム 計4名

総計19名

快晴の桜木町駅にドクチンさん、マズズイさんとウォーキングクラブ他の方々、総勢14名集合。本日はみなとみらいから大衆演芸の三吉演芸場、中華街、それと横浜の夜景を楽しみました。

ランドマークタワーの展望台までのエレベーターの速さ、272m からの眺望に皆で感動し、マズズイさんは「この高さには次回は歩きで挑戦したい！」と、地上に戻ってからもう一度見上げてテレビアン！

次は地下鉄で阪東橋駅で下車して庶民的な横浜橋商店街で各々昼食を選び、成田空港から直接ここに到着されているケムネーさん親子の待つ三吉演芸場に向かいました。大衆演芸だけに歴史も古く「昔は銭湯もあったんです」と、今回のリーダー、演劇大好き♪大上さんが懐かしく話されていました。舞踏ショーとお芝居の3時間はあっという間。ドクチンさんはお芝居の日本の忠義心に感動され、アナイスさんは吉越さんが用意された、Euro のおひねりを



三吉演芸場の役者さんと一緒に

ドキドキ?!しながら役者さんの胸元に飾りピンで差し、観客の皆さんからも拍手喝采でした。終了後、白塗りの役者さんと一緒に写真を撮り、名残惜しくも次の中華街に向かい皆でブラブラ。

関帝廟に御参り後、懇親会のお店では神奈川WK メンバーの方々は「韓国語でドクチンさんと話したい」「昔フランス語を勉強したので今回会話をしてみたい！」と言う強い思いで参加されましたので、とても楽しい時間を過ごされたようでした。私は、言葉は満足に伝わらなくても心の目で会話をした思い出の1日となりました！

新横浜ウォーキングクラブ 加藤尚美

神奈川県連盟50周年の記念行事として、4月29日の駅伝大会に4名を招待しました。

# 大野山で遊びましょう

2016年4月29日(金・祝日) 雨のち晴れ 12000歩 約8km

コース:御殿場線谷峨駅9時30分出発→嵐→大野山(723m)→往路下山→谷峨駅

参加者:市川(L) 勅使河原 平嶋 饗場 小野里 青松秀 河野 清水正 小山文 小山美 福士 横田  
市村 中村ゆ 丹後 平林勝 志村 大島 小田 武倉 木村 石原 青松美 山田 中林 25名

・・・山頂までの登り、花は八重桜、ヤマブキ、ジャガ等、小鳥はホトトギス、樹林帯を抜けた爽やかな草原地帯では中空に富士の雄姿。本日、山頂では山開きの行事、神主による安全祈願、出店、女性コーラス、吹奏部の人達の演奏等多彩な催しがあり、大変賑わっていました・・・<市川>



空も青く富士山もバッチリです。

2年前山開きに合わせて予定したものの雨で中止になってしまった。今日も駅でストレッチを始めたころポツポツ来たので不安になったが、その後は写真のように快晴に。残念ながら山頂での牛乳配布は間に合わなかったけど・・・・・・・・・・<平嶋>



## 絹の道(旧浜街道)パート③ 町田～鶴ヶ峰

2016年5月1日(日) 晴れ 24,000歩 16km

コース:町田駅、絹の道碑10時→二、六の市の碑→勝楽寺→金森→長津田辻→飯縄神社→大貫谷戸水路橋→長源寺→神明神社→六ツ塚薬王寺→鶴ヶ峰駅(16時10分)

参加者:森山(L) 平山(SL) 勅使河原 神谷 平石 伊藤眞 青松秀 佐藤繁 小島ま 小林 清水修 藤原 深瀬 落合 桑原 穴原 武倉 青松美 中林 市川夏(今回入会) 郡夫妻(東 W)計22名

JRと小田急が交差する町田駅の集合は混乱する部分もありましたが無事に全員が集合出来、絹の道碑を確認した後、スタートしました。5月のGWの中の日曜日でしたので旧町田街道は大変な人混みでした。



飯縄神社

二、六の市の碑、勝楽寺を過ぎて旧浜街道の町田街道をひたすら歩きますが気温も25度近くとなり、舗道の照り返しもあり大変に厳しいウォーキングとなりました。長津田辻で町田街道を終えて旧浜街道であった16号線から横道に入って、少し高台にあります飯縄神社で昼食を取りました。そして16号線に戻りますが産業道路化したバイパスの16号線と東名高速の横浜・町田インターが交差する所は複雑な道となりましたが有名なホテル街を抜けて

旧16号線に出ました。ここは旧浜街道の中では田園風景の中であったと思いますが大きく変化した街道を確実に検索しますと厳しいウォーキングとなりました。そして畠山一族が所領する土地の中へ旧浜街道は作られました。民家や宿場も出来、街道は横浜へと向かいます、大変に珍しい大貫谷戸水路橋を見上げ、横浜で一番古いお寺を過ぎて、神明神社、源頼朝に仕えた武将、畠山重忠の墓塚のある薬王寺が旧浜街道の筋にありました。そして16号線に出て今回のパート③の町田～鶴ヶ峰のウォーキングはここで終了し、鶴ヶ峰駅で解散致しました。絹の道(旧浜街道)町田～鶴ヶ峰のコース作りは大変に厳しく、SLを引き受けて頂きました平山さんが作成し、先頭を歩いて頂きました、感謝申し上げます。パート④の鶴ヶ峰～横浜シルクセンターまでの絹の道(旧浜街道)は16号線に沿った道を歩きます。これからの夏本番の中では舗道の照り返しなど厳しいと思われるので秋口に入った9月末、10月に入った頃に計画したいと思います。<森山>



教会の池のほとりで

# 横浜開港記念みなと祭り～国際仮装行列見学～

2016年5月3日（火）（祭） 晴れ・曇り 15000歩 11km

コース：桜木町駅→伊勢山皇大神宮→掃部山公園→臨港パーク→国際橋→万国橋→神奈川県庁  
→港の見える丘公園→日本大通り駅

参加者：高橋文（L） 斉藤優（SL） 勅使河原 平嶋 常盤 戸田 熊坂 仲 大平 小野里  
熊島 青松秀 新谷 平野 小林 伊藤美 清水修 志村 桑原 武倉 青松美  
計21名 一般参加者 23名 合計 44名

朝日新聞マリオン掲載の関  
係で一般参加者が多く、会員  
人数を上回った状態でしたが、  
会員皆さんの協力と一般参加  
者の秩序遵守があつて、さした  
る混乱もなく終了しました。みな  
と祭りということで、どこもかしこ  
も大賑わいです。万国橋近くの  
公園でパレード見学、出場団  
体は多彩です、県警・小中高



大学・各企業・消防隊などの計42団体にのぼります。それぞれが  
趣向を凝らしたマーチングバンドやダンシングチーム・豪華なフロ  
ート・獅子舞・龍舞などを約2時間にわたり見せてくれました。どれ  
もが洗練された出し物であり、長期の練習の賜物ではないかと思  
われます、約3Kmに及ぶパレードとなるので、出演者は大変にお  
疲れのことと推察します。本日は県庁舎が一般解放されており、貴

賓室・知事室・会議室等々の部屋を見学させていただきました。重厚な古い建物から歴史を感じる場面でした  
がふと地震の際はどうなるんだろうかという心配が頭をよぎりました。

<高橋文>

**伊藤美:** 自称“山ガール街を歩く”でしたが、伊勢山皇大神宮への登り  
で始まり港の見える丘公園で終わるリーダー高橋流の良いコースだった  
と思っています。万国橋で「みなと祭り」を見る。大学のマーチングバンド  
は英国風の衣装、200人ほどの編成で大迫力。中国・韓国の美しい踊り  
や通りの鯉のぼり、軽快な音楽に気持ちが弾む。リーダーの計らいで行  
くことになった特別公開の県庁は感じるどころが多かった。港の見える丘  
公園のバラ園は、興奮を鎮める様なブルー系の花をも取り合わせ、品よく美しい。今日は憲法記念日、祭  
日で凄い人出。震災の熊本が気になるが、平和であり幸せってこういうものだとか強く実感。楽しく充実した1  
日が過ごせました。



# 一歩でも二歩でもあるこう！！

2016年5月12日(木) 晴れ 20000歩 12km

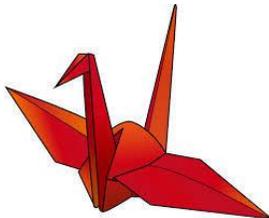
コース: 神奈川県庁→馬車道→伊勢佐木町通り→蒔田公園休憩→上大岡駅解散

参加者:佐藤伊 吉越 平嶋 荒波 平石 福田雅 金子 吉成・8名参加

県庁の集合場所が工事の関係で税関側に移動して、少し集合に戸惑いました。集会もなく静かなスタートで県警本部前経由で馬車道を通りました。当日はバザーが開催されていて、シュプレヒコールで反核を訴えました。午後の行動のためか参加者が少なく残念でしたが、第1日の5月7日の東京からの引継ぎ日は多数の参加者で盛り上がりました。第9日の葉山から大船観音までの重点行動日も出発地点では市長さんの挨拶や議長さんの行進参加もあり盛り上がりました。うれしいのはスポーツ連盟旗に地元の卓球愛好者が歩いてくれたことです。最後にスポーツ連盟から3名の県内通し行進者が参加され、毎日のご苦勞に心より感謝いたします。 <平石>



県内を通し行進する  
我クラブの福田さんと  
金子さん



# 鍾乳洞と滝の道



清楚なガクウツギの花

2016年5月14日(土) 曇りのち晴れ 行動時間 6時間 19000歩

コース:武蔵五日市→バス→本宿役場前バス停→払沢の滝入口→千足→綾滝→つづら岩→

富士見台(1054m)→大滝→大滝鍾乳洞→上養沢バス停→バス→武蔵五日市

参加者:1班 奈良(L) 神谷(SL) 賀上(SL) 勅使河原(班長) 市村 山口 伊藤美 清水正 長井  
2班 河野(班長) 熊坂 加来 伊藤眞 高塚 小田 横田 栗田 高橋紀 中村ゆ 合計19名



綾滝の前で

**賀上:**今回は初リーダー奈良さんのサポートをさせていただきます。二度の延期の末、三度目の正直でやっと実現しました。待った甲斐があったように好天に恵まれ、3月の下見の時には雪で真っ白だった世界は、美しい新緑が輝く世界に変わっていました。沢道、天狗滝、綾滝、つづら岩までの急登、大滝、最後に大岳鍾乳洞にも寄ることができ、変化に富んだコースは冒険心をそそられ、皆さんにも大好評でした。全員無事帰還が何よりほっとしました。

**高塚:**もうすっかり見慣れた



こんな岩場も

武蔵五日市の駅、今回のコースは人気も高いということで自然と気持ちも高まる中、19名でのスタートです。山道へ入り40分程で天狗の滝へ。林道の自然を満喫しながら(実はかなり辛い登りの連続。奈良リーダー常に後続の様子をチェック) 11時過ぎには

綾滝へ到着。凜とまっすぐに伸びた杉林。穏やかでどこか気品の有る綾滝の側で少し早めの昼食。途中珍しいギンリョウソウに騒めく場面も。そして富士見台へ。下りでは、所々で藤の花が出迎えてくれ、大滝を経て大岳鍾乳洞へ。ヘルメットを被り洞窟探検?(中腰で疲れた~)。バスの時間を常に気にかけてながら最後まで引っ張り続けてくれた奈良リーダー、ホローしてくださった皆さん充実した一日を有難うございました。



撮影ポイントの富士見台

# 神奈川版

よみがえった姫路城へ  
いらっしゃ〜い！！

2016年11月26日(土) ~ 28日(月)

26日 相鉄線海老名駅改札口7時15分集合 7時30分出発  
姫路に15時頃到着予定 貸し切りバス旅行です

## 全国の仲間と大交流会

27日 姫路城ウォーク 終了後 琵琶湖へ

比叡山の御膝元  
雄琴温泉で旅の疲れを癒します



28日  
世界文化遺産の比叡山延暦寺へ

びわこ側の比叡山坂本から参拝道の「本坂」を登ります

ケーブルもあります

詳細発表：6月20日ごろ 締め切：8月31日(予定) 先着順45名

参加費：2016年6月20日ごろ発表 ほぼ例年どおり

連絡先：神奈川ウォーキングクラブ 運営委員又は伝助

伝助：順次更新します。金額・行程などおまかせで参加する方から入力をお願いします。

電話：神奈川県スポーツ連盟内 045-430-5665

運営委員会だより

**2015年度第10回運営委員会**

日時:3月30日(水) 15時 校正・印刷 29日11時

出席: 議長/藤崎 書記/吉越 神谷 石川 平嶋 中村 仲 佐藤 小山 小島 吉野 (菊池) 平石 合計13名

- 機関紙 写真をきれいにするために印刷担当者は、印刷時の網点の数字に注意する。
- これまでのウォークと今後のウォーク/健脚コースは人数が多いと大変、3月の山は無理。健脚コースの人数制限は趣旨と違うので、30人の参加でも安全に参加できる方法を考えていく。
- 関東ふれあいの道・東京編 ①4/9加来さんデビュー ②奈良さんの3月は雪が多く5月に ③一泊は宿代が高いので6/11日 1日だけで実施する。
- 会計/会費未納者5人、退会は14人。リーダー手当は1月まで支払い、2・3月は新年度払い。
- ホームページと伝助 パスワードについては小島さんの提案「\*\*\*\*\*」で決定。4月1日6時以降使用。
- KWC総会 5月28日土曜日 ①リーダーをやった人達にもう一步踏み出してもらえないかと、総会で議論する。②三役より提案・・・準運営委員は今後なくして、そのかわりにいろいろなグループをわけて進めていく。今後議論していく。
- スポーツ祭典 11/26・27 姫路/30人ぐらいでバスを出す方向できめていく。実行委員長は吉野会長。全国から提案されている飲み放題の企画は止めてほしい。交流の内容は? 吉越にて確認する。
- 3月13日のウォーキング協議会総会報告 クラブが増えているので活気があった。リーダー不足など発展途上のクラブが多かった。歩くことに関する研究をすすめていく。環境を守ることも考えながら発展させていく。吉野 吉越 中村 が理事再任、理事に神谷。藤崎さんは退任。
- 沖縄を語る茶話会へのお誘い 呼びかけ:五十嵐、河野・・・一斉メールで流す。行かなかった方も歓迎
- その他・・・★遅れて参加の平石さんより・・・健脚持ち物、コースの判断について意見有★石川さんより・・・発送に関する説明あり。送料は終わった時点で吉成さんへ預ける。冊数・・・下1けたを無視して大きい数字から小さい数字を引いて+1
- 次回運営委員会 4月25日15時 5月18日14時から総会関係 5月25日11時校正・印刷(総会の印刷含む) (月・火の印刷は連盟が使うのでクラブは不可)13時 機関紙発送 15時・運営委員会

~~~~~

**2015年度第11回運営委員会**

日時:4月25日(月) 15時

出席: 議長/神谷 書記/平嶋 神谷 平石 小山 高橋 仲 吉越 藤崎 小島 合計10名

- 前回機関紙と総会のはがき発送がもれていた分が多かった。次号は間違いの無いようにする
- これまでのウォークと今後のウォーク 4/20の頭高山で11kmの予定が18kmになったことにリーダーから説明あり 4/6スケッチ8名参加 一時間半だと短いので2時間は必要 4/23関東ふれあいのみち参加者が減ってきた。全員無事に歩いた。 4/9関東ふれあいは、加来さんの初リーダー お昼も帰りの時間もびったり。 〇5/3の横浜港祭りがマリオンに掲載されるので運営委員は大勢参加してほしい。
- 総会 〇 会計報告 中村さんより報告。予算を修正。
- 運営委委員体制について〇サポート隊/菊池 仲 退任/石川 常盤 新委員 武倉 志村(会計)
- 一年を振り返って5/10までに提出 〇総会の議長(勅使河原 中村年) 書記(小山) 審査(小島) 出欠を伝助に入力
- スポーツ祭典 11/26. 27 姫路について 〇実行委員会を立ち上げる
- 次回運営委員会日程 ・5月18日(水)14時から総会の打合せ ・5月25日(水)11時校正印刷(総会の資料印刷含む) 13時機関誌紙印刷 ・5月26日(木)13時機関紙発送 15時運営委員会
- その他 平和行進 例年通り県庁から歩くが、地元を歩くときは出来るだけ参加してほしい ヒラメキの連絡 4月27日鎌倉駅東口~江ノ電で江の島→島内見学 仏人3名と韓国人を案内 吉越・森山さん
- 予定・・・森戸川から三浦アルプス(平石) 海の日 諸磯海岸(吉越)

# 小網代の森を抜けて奥座敷 諸磯へ

## 海の日ウォーク



小網代の森は有名になってきましたが、**諸磯**はご存じない方も多いです。

暑さ対策を十分に、透明度が高い海岸であそびましょう。

開催日：2016年7月18日（月・祝日）

集合：京浜急行三崎口駅改札 9時45分集合 10時出発 約10km

コース：三崎口駅→小網代の森→シーボニアマリナー→油壺ヨットハーバー→諸磯湾→諸磯→

諸磯隆起海岸(国指定天然記念物)→油壺入口バス停・・・バスで三崎口駅 15時30分到着予定



東大臨海実験所を望む



諸磯隆起海岸



波打ちぎわで見られるはずの貝の穴が畑地で見られます。歴史上の大地震の間隔や隆起量などが推定されます。

「参加費」一般500円 会員無料 「持ち物」雨具 昼食 飲み物 敷物 歩数計 健康保険証等

「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. 045-430-5665

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

# 2016年7月-1 神奈川ウォーキングクラブの予定と見所

|                          |           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|--------------------------|-----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1<br>日<br>(金)            | 一般        | <p>茅ヶ崎市の名所・旧跡めぐり<br/>           集 合:茅ヶ崎駅 10時 約14km<br/>           コース:茅ヶ崎駅→中央公園→八幡宮の松並木→鶴嶺八幡宮→龍善治→室生寺→浄見寺→堤坂下→妙伝寺→堤貝塚→殿山公園(バス)→茅ヶ崎駅<br/>           ★茅ヶ崎北部の名所と大岡越前守の墓参 申込み:高橋文 080-1115-4849</p>                                                                                                                                                |
| 5<br>日<br>(火)            | 一般        | <p>朝比奈切通しからミステリーコースで鎌倉駅まで 約13km以内<br/>           集 合:金沢八景駅 9時50分 9時57分のバスに乗ります 雨天中止<br/>           コース:金沢八景→(バス)朝比奈バス停→朝比奈切通し→十二所神社→鎌倉霊園→山道を歩き鎌倉駅<br/>           ★鎌倉霊園から山道に入りますが、ハイキングコースではない所もあるので一応ミステリーとします。暑さ対策と軽登山靴の着用をお願いします。申込み:平嶋 080-5678-3961</p>                                                                                    |
| 9<br>日<br>(土)            | やや健脚・会員限定 | <p>三浦アルプス・森戸川林道と南面を元気に歩こう<br/>           集 合:京急新逗子駅(進行方向前) 10時 歩行時間 4時間 14km<br/>           コース:京急新逗子駅→六代御前墓→一号古墳→川久保交差点→森戸林道→林道終点→観音塚→仙元山→風早橋バス停→JR逗子駅<br/>           ★山道なので軽登山靴を着用 申込み:河野 090-5201-0867</p>                                                                                                                                  |
| 14<br>日<br>(木)           | 一般        | <p>三浦半島の秘境とミステリーゾーンの窪地地形と消えた塔の確認<br/>           集 合:京急新逗子駅前側改札 10時集合 約8km<br/>           コース:新逗子駅(バス)で葉山→秋谷→鉄塔確認→窪地確認→下山口→葉山公園→一等△点確認→葉山御用邸の海岸散策→葉山バスで京急逗子駅解散<br/>           ★ここは、観光地ではなくただの丘ですが、相模灘の展望もよくことさら三浦半島の油壺方面まで見通せます。複雑な地形を楽しみ歩きましょう。<br/>           申込み:平石 090-2162-7178</p>                                                        |
| 18<br>日<br>(月)<br>・<br>祭 | 例会        | <p>198回例会 小網代の森を抜けて奥座敷諸磯へ<br/>           集 合:京浜急行三崎口駅改札 9時45分集合 10時出発 約10km<br/>           コース:三崎口駅→小網代の森→シーボニアマリーナ→油壺ヨットハーバー→諸磯湾→諸磯→諸磯隆起海岸(国指定天然記念物)→油壺入口バス停・・・バスで三崎口駅 15時30分到着予定<br/>           ★小網代の森は有名になってきましたが、諸磯はご存じない方も多いです。暑さ対策を十分に！透明度が高い海岸であそびましょう 申込み:吉越 090-2750-0034</p>                                                         |
| 26<br>日<br>(火)           | 一般        | <p>浦賀から久里浜へ海沿いを歩く -ペリー上陸の足跡を訪ねて-<br/>           集 合:京急大津駅10時 集合 約11km<br/>           コース:京急大津駅→信楽寺→走水神社→浦賀駅→浦賀の渡船場(東浦賀側)→(船)浦賀の渡船場(新町側)→愛宕山公園→浦賀奉行所跡→燈明埼→開国橋→ペリー記念公園・上陸記念碑・ペリー記念館・じょうきせん歌碑→久里浜駅<br/>           ★幕末、ペリー率いる4隻の黒船で、泰平の眠りからさまされた日本は近代国家へと歩き始めます。その浦賀から久里浜にかけての海沿いには、この時代の史跡がいくつも残されています。その史跡を訪ねながら歩きましょう。 申込み:神谷 080-3467-9262</p> |

# 2016年8月-1 神奈川ウォーキングクラブの予定と見所

|                                     |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|-------------------------------------|----------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3<br>日<br>(水)                       | 一般             | <p>スケッチウォーク ～静物を描く～ 講師:亀崎先生<br/>           集 合:スポーツ連盟事務所 2F 10時<br/>           持ち物:スケッチ用具一式 弁当<br/>           ◎参加費500円(会議室費含む)<br/>           ★初めての方歓迎です。 申込み:小山文 090-2431-8501</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                   |
| 5<br>日<br>(金)<br>・<br>6<br>日<br>(土) | 一般             | <p><b>第3回メモリアル♥ピースウォーク in ヒロシマ2016</b><br/>           ★8月5日集合:13時 原爆ドーム前 小雨決行<br/>           原爆資料館・記念公園など見学<br/>           ◎「夏の夜、祈りと平和の夕べ」に参加します。宿泊希望者は申し出ください。ホテル一括予約します。<br/>           ★8月6日<br/>           集合:広島城6時ウォーキング 広島平和記念公園 嵐の中の母子像 8時00分<br/>           ■戦争をみつめ、そして被爆者が眠る島『似島(にのしま)』を歩きます。宇品港9時15分集合<br/>           広島駅にて16時散散予定 広島港からフェリーで20分。『芸芸の小富士』とのよびかたもある。この島も戦争の面影残す島で、第一次世界大戦時には捕虜収容所がおかれ、第二次世界大戦時には 日本軍の検疫所がおかれていたという。そして原爆投下後には1万人の犠牲者がこの島に運び込まれた。その慰霊碑もここにある。<br/>           ♪切7月15日 申込み:吉越 090-2750-0034</p> |
| 8<br>日<br>(月)                       | 一般             | <p>片倉から御殿峠 自然と歴史、里道の雰囲気を楽しむ<br/>           集 合:JR横浜線片倉駅 10時 約9km<br/>           コース:JR片倉駅→片倉城趾公園→松門寺→浅間神社→御殿峠→鎌倉道→御殿峠古道(鎌倉古道)→JR 相原駅<br/>           ★片倉から相原に続く多摩丘陵は、周辺の開発の余波を受けつつも比較的良好な環境を保っている。片倉城趾、武田信玄が小田原攻めの際に2万の軍勢で通過した御殿峠古道など歴史の痕跡を辿りながらで相原迄歩きます。 申込み:仲 090-2212-8821</p>                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 11<br>日<br>(木)<br>(祝)               | 一般             | <p>大船から鎌倉山散策<br/>           集 合:大船駅東口 10時 約13km<br/>           コース:大船駅→鎌倉中央公園→笛田公園→三嶋神社→夫婦池→鎌倉山→月影地藏→極楽寺切通し→長谷寺→長谷駅<br/>           ★公園をめぐり、尾根をたどりながら散策を楽しもう。<br/>           申込み:高橋文 080-1115-4849</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |
| 17<br>日<br>(水)                      | 一般<br>会員<br>限定 | <p>市民の森と緑道を歩いてビール工場へ 先着30名<br/>           集 合:綱島駅 10時 約13km<br/>           コース:綱島駅→熊野神社市民の森→横溝屋敷→獅子ヶ谷市民の森→入江川せせらぎ緑道→白幡神社→子安台公園→麒麟ビール工場見学→京急生麦駅<br/>           ★たっぷり歩いて汗をかいてから出来たてのビールを飲みましょう!<br/>           申込み:熊坂 080-1260-5285</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |

## 2016年8月-2 神奈川ウォーキングクラブの予定と見所

|                |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------|--------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 23<br>日<br>(火) | 一般           | <p><b>祇園山ハイキング</b></p> <p>集 合: 鎌倉駅東口改札10時 約5km</p> <p>コース: 鎌倉駅→若宮大路(段葛)→鎌倉八幡宮→高時腹切やぐら→祇園山ハイキング<br/>コース→八雲神社→ぼたもち寺→おんめさま→鎌倉駅</p> <p>★新しくなった段葛を歩き八幡宮の社殿から振りかえるとその素晴らしさに圧倒されます。そして、オシャレな名前の祇園山、木立の中を歩いてみましょう。</p> <p style="text-align: right;">申込み: 吉越 090-2750-0034</p>                                                   |
| 28<br>日<br>(日) | やや健脚<br>会員限定 | <p><b>池子米軍基地散策と久木大池から朝比奈切通し</b></p> <p>集 合: 京急新逗子駅(横浜側) 10時 歩行時間4時間30分</p> <p>コース: 新逗子駅→池子基地正門→遺跡資料館見学→基地内公園散策→久木大池昼食<br/>→十二所果樹園→熊野神社→朝比奈切通し→バス停十二所神社解散(金沢八景駅または鎌倉駅)</p> <p>★三浦半島の秘境の旧池子弾薬庫周辺を訪ねます。逗子は海岸が有名ですが、三浦アルプスと共に山岳は人気がありませんでした。我々で出歩きコースを開拓してみませんか?</p> <p style="text-align: right;">申込み: 平石 090-2162-7178</p> |
| 31<br>日<br>(水) | ゆったり<br>会員限定 | <p><b>山手居留地の歴史を訪ねて (半日コース)</b></p> <p>集 合: JR石川町駅元町口改札 9:30 約5km</p> <p>コース: JR石川町駅→発祥の地巡り→中華街・媽祖廟</p> <p>★たびたび訪れる山手ですが、今回は横浜開港以来の山手の歴史を中心に、明治21年に作成された地図を頼りに歩きます。</p> <p>★終了後、中華街でのランチはいかがでしょう?</p> <p style="text-align: right;">申込み: 小山文 090-2431-8501</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。

### 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](mailto: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

■神奈川ウォーキングクラブ第16回定期総会  
5月28日終了

議案書同封 報告は7月25日号に掲載します。  
電話番号つき名簿についても同封する予定です。

■9月・10月のコースづくりに協力をお願いします  
下記6項目を記入

平嶋運営委員へ送信してください。

- ①メール本文に希望する 月 日
- ②健脚 やや健脚 一般 ゆつたりの区別
- ③題名とコース
- ④集合駅と時間
- ⑤キロ数
- ⑥コースの見どころ

※メモにて運営委員へでも結構です。

※2・3人で組んでのコース作り歓迎。

■2016年11月26日・27日全国スポーツ祭典「よみがえった姫路城へいらっしゃ〜い!!」  
チラシ詳細版は6月中旬に関西実行委員会から届きます。参加しましょう!

★祭典終了後、11/27日は琵琶湖のほとり、雄琴温泉に泊まり、28日は比叡山へ登ります。足に自信がない方は、日本一長いケーブルに乗ります。

## ネットより参照

「比叡山には、山中や京都市内を、7年がかりで千日間計約4万キロ歩く千日回峰行という荒行がある。千年を超す比叡山の歴史で、2度の千日回峰行をやり遂げた人は3人目しかいない。そして現在、生きているのは酒井雄哉大阿闍梨(だいがじゃり)だけである。・・・修行の700日が終わると、修行のクライマックス「堂入り」に入る。9日間、断食、断水、不眠、不臥つまり、食べ物も水も断ち、眠らず、横にもならずお経を唱え続ける。・・・省略」

★参加費など算出中です。関西から届く正式チラシとあわせ神奈川のチラシでお知らせします。

★行程・費用はおまかせで申込みされる方は、

6月から「姫路城」専用伝助にて入力するか、運営委員にお申込みください。

## ■会員の異動

★2016年5月23日現在 在籍数

男性58名 女性82名 合計140名

## ★新入会員さん紹介

|                                                                                   |                                                                                     |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|
| 会員No.322 東 千里さん<br>横浜市在住 ホームページから                                                 | 会員No.323 細谷和枝さん<br>横浜市在住 ホームページから                                                   |
|  |  |
| 会員No.324 市川夏子さん<br>横浜市在住 ホームページから                                                 | 会員No.325 阿部米子さん<br>平塚市在住 交流ウォークから                                                   |
|  |  |

## ■県連盟 50周年事業のフランス FSGT・韓国 市民連帯との交流会 ごくろうさま

4/26三吉演芸場、4/27鎌倉・江ノ島 4/29駅伝とさよならパーティなど、当クラブからのサポートありがとうございました。とても良い交流ができました。

## ★アナイス ケムネーさん 女性 25歳 挨拶

皆さん 私はここに居ることや、皆さんとエキデンに参加できて、大変、幸せです。FSGTの陸上競技選手の時代、私は選手としての経験をもち幸運でした。日本は、素晴らしい国だと思います。これまでに日本を訪れた私の友達は、美しいところと書いてくれましたが、私は、そうではないと思っていましたが、本当に、美しいです。皆さんにお礼をいいます。

## ■同封物

- ①総会欠席届けを出した方/第16回総会議案書
- ②月刊かながわスポーツ(メールで配信済を除く)
- ③新入会員の方へ/スポーツ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(既に送付済みの方は除く)