

ウォーキングだより

第91号

発行日2019年 1月25日



第 235 回例会 関東の名刹 大雄山最乗寺に行こう 30 名参加

例会

- 1 235回例会 大雄山
- 3 237回例会 磯子七福神
- 13 平日例会 みなとみらい
- 21 240回3月例会予告
- 22 241回4月例会予告

オプション

- 5 三浦半島縦断②
- 6 三島神社から衣笠城

- 7 三十三観音巡り⑩
- 8 景信山
- 9 鷹取山
- 10 六本木界限
- 11 スマホ
- 12 大山街道①
- 14 カラオケ
- 15 お城EXPO
- 16 大和市の十龍巡り①
- 17 三浦半島縦断①
- 18 大山街道を往く②
- 19 江戸まち散歩
- 20 運営委員会報告
- 23 中山道関係
- 24 3月～4月予定
- 27 各部よりお知らせ

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 吉越 悦子

〒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

関東の名刹 大雄山最乗寺

2018年12月2日(日) 曇り 13000歩 約9km

コース:大雄山駅→(バス移動)最乗寺(自由見学)→天狗の小道→足柄ふれあいの村(昼食・休憩)→大雄山駅

参加者:畠(L) 山田(SL) 仁井(SL) 佐藤伊 吉越 平嶋 饗場 神谷 平石 熊坂 奴田 高橋文
小野里 青松秀 熊島 佐藤繁 平野 小林 山内 森川 宮野 伊藤美 福士 市村 小田 武倉
木村 奥村 脇坂 吉岡 計30名

山田: 10時30分大雄山線大雄山駅に集合。参加者は、30名です。今日のメインは最乗寺です。

開創以来六百年の歴史を持つ関東の霊場として知られ、曹洞宗のお寺では、福井の永平寺、鶴見の総持寺に並ぶ格式のあるお寺です。

ほとんどの参加者は、354段の階段を上って奥の院まで行きました。紅葉が綺麗で最高の眺めでした。

その後、40分ほど歩いて、足柄ふれあいの村で昼食。

会議室も使わせていただき、ゆっくりできました。

解散予定の大雄山駅まではゆったりした下り坂で、楽しく歩けました。お天気にも恵まれ、快適な例会でした。



奥の院で



天国への階段？
上りければ奥の院です

山内：今年台風による塩害があちこちで発生して、多くの観光地等で「紅葉景観」に影響が出ており二日前に訪れた鎌倉でも何時もと違った紅葉でした。

最乗寺も訪れる前は、時期が少しずれているのと周りの塩害の実態を考えて、余り紅葉は期待していませんでしたが、バスを降りて目に飛び込んできた紅葉は、素晴らしい景観でした。それに続く「山門」の前の銀杏、「瑠璃門」の真っ赤な紅葉等色鮮やかな景色を堪能しました。

また途中の参道には、樹齢4～500年の杉並木（春先には遠くから花粉が霧のように見える）が生い茂っており、神秘的でした。

ここから自由行動で奥の院を目指し354段の階段に挑戦。昔訪れたときは「サワガニ」がいた記憶があります。無事に「十一面観音菩薩」をお参りして、格式が高く広大で自然豊かな境内をゆっくり散策することができました。今日は予報に反して曇り空で寒い一日でしたが、秋を感じる楽しいウォーキングでした。



瑠璃門への階段



天狗の小道を下る

福士：曇り空で風はないのですが寒い朝です。バスを降り山門をくぐると、階段上りのスタートです。さて何段あるのでしょうか。途中目線を上げると真っ赤な紅葉がとても綺麗です。いよいよ奥の院への急階段、息を弾ませ皆さんと上り切り、ヤッタね。最乗寺の見学を終え、足柄ふれあいの村への道は、天狗の小道から気分の良い山道へと下り、赤や黄色と目にも心にも優しい道のりでした。

最乗寺から足柄ふれあいの村を經由し大雄山駅へ。最乗寺では、予想に反し見頃となった紅葉が私たちを迎えてくれ、美しい景観を観る事ができました。また、参加者ほとんどの方が階段上に挑戦し、354段を上りきり、奥の院を参拝しました。その後は、ふれあいの村を經由し駅までのウォーキングを楽しみ大雄山を後にしました。<畠>



大雄山駅で

磯子七福神めぐり



日時:2019年1月5日(土) 晴天 21000歩 約14km

コース:根岸駅→(柳下邸)→①宝積寺→②弘誓院→③宝生寺→(たきがしら会館・昼食)→
④蜜蔵院→⑤真照寺→⑥金蔵院→(岡村梅林)→⑦金剛院→上大岡駅

参加者:平嶋(L) 仲(SL) 松野(SL) 佐藤よ 勅使河原 吉越 小作 五十嵐志 五十嵐し
常盤 神谷 平石 熊坂 大平 高橋文 伊藤眞 小野里 青松秀 平山 奈良 菊池
佐藤繁 小林 河野 山内 野村 宮野 伊藤美 小島 松村 山川 市村 大島 高橋紀
丹後 平林勝 志村 桑名 武倉 木村 澤 加納喜 奥村 中林 長廣 滝川 赤須 仁井
畠 高橋友 脇坂 岩元 吉岡 鈴木孝 吉田正 一般/尾崎 計56名



宝生寺(日陰)と金蔵院(日向)で・・・どちらも階段で並びやすいですが、大勢だと後ろの方がちょっと気の毒ですね。・・・小島カメラマンも「これだけの人数だと撮る場所の選択が難しいですね、階段の上方は日陰のため顔が暗くなってしまいました。」とのことで、人数によっては、場所の選択が必要かなと思いました。

佐藤繁：平成最後の年の七福神巡りは磯子、快晴無風かつ気温も14度と最高の天気にも恵まれました。七福神は一人でも結構歩いているので今回が41か所目です。ストレッチ後の最初の宝積寺(恵比寿天)では参拝後裏墓地の頂上まで元気に登って景色を眺めることができました。普通七福神巡りをすると、同様の参拝客に大勢であうのですが、今回は我々は大勢ですが、他の参拝客は意外と少なかったなと感じました。特に都内だと参拝渋滞にもよく出会いますがやはり都心から離れているせいでしょうか。また途中岡村梅林に立ち寄りましたが、以前梅の盛りに訪れたことを懐かしく思い出しました。大人数のウォーキングでしたが楽しく歩く事ができました。今年もリーダーの皆様宜しくお願いいたします。



宝積寺では、牛の背中で猿が遊んでいる？



真照寺では、毘沙門天がインドの神という事で、本堂も正面の象の化身もインド風・・・



～梅一輪一輪ほどの暖かさかな～

を期待して一輪くらいは咲いているだろうと思ったがそうはいかなかった。確実に春はきているのに梅一輪ほどの暖かさにはまだ遠く岡村梅林の蕾は固く衣をかぶっているようです。しかし今日は春そのもの上着を脱いでウォーキング。長期休養を取っていた仲さんと、仕事のある松野さんの隙間を狙ってSLをお願いして承諾を得ました。松野さんは以前勤務地だったそうです。ある意味「おんぶにだっこ」状態で安心していられました。仲さんも長い距離を頑張って急坂を避け平坦な道を探してくれました。お二人に感謝しています。<平嶋>

大島：今年の干支亥年は無病息災の意味もある年とされています。新春の磯子七福神巡りは総数56名が根岸駅からスタートを切り、穏やかな快晴ウォーキング日和で終着上大岡駅まで事故もなく21000歩14km無事完歩出来ました。今回の磯子七福神巡りで其々堪能させて戴き感謝でしたが、特に宝積寺・恵比寿は高台に登りお正月の磯子の絶景を眺め遠くに雲間から富士山も望めました。今年1年も参加者全員が、今年の干支にあるように無理せず健康でありますことを祈願致します。



金剛院・・・本堂には大黒天のオンパレード

初SLを体験して・・・

好天に恵まれた1月5日(土)磯子七福神巡りに初めてSLとして参加しました。スタートから先頭を任されましたが、歩行スピードや長い列の安全な横断方法等わからない事が多くあり上手く出来ませんでした。しかし歩いている中でリーダー、SL参加者の皆さんから色々なアドバイスを貰いなんとか無事故で七福神巡りを終える事が出来良かったです。2019年の歩き始め、不安と緊張感が有ったなかでのスタートでしたが、貴重な経験をした、楽しいウォーキングでした。 <松野>



たきがしら会館

雨の日・北風ピューピューを想定して昼食場所に借りました。実際はそんな必要が全くないほのかぼか陽気、かえって外の方が気持ち良いかも・・・

三浦半島縦断②

2018年11月20日(火) 晴れ 21000歩 約13km

コース:JR衣笠駅9時30分発→衣笠山公園→衣笠城址迂回コース→大楠山登山コース入口→大楠山
山頂→葉山町木古庭・大楠登山口バス停 14時 55 分解散

参加者:平石(L) 勅使河原 吉越 伊藤美 志村 上曾山 畠 岩元 内海 合計9名

前日の雨にもかかわらず、今日は快適なウォーキング日和に恵まれました。衣笠山公園は桜の名所ですがまだまだです。展望台で今日のコース説明をしました。3日前の大山より展望は鮮明で大島までくっきりです。衣笠城址に行く道で近回りを試みましたが、大楠山への近道でした。藪漕ぎあり倒木を跨ぎ潜り相当の難路でしたが、経験豊富なウォーカーなのでなんとか通過できました。

大楠山のトレイルランのコース入口につきましたが、そこは崖で女性が半分なのでトレイルランコースは歩き



ませんでした。大楠山の中腹に大きな産業処理施設ができるようであちこちに迂回路の看板がありました。葉山側からの入口で昼食をすませ溪流に沿って大楠山に登りました。

展望台は閉鎖されていましたが、大展望が待っていてくれました。両側に海、山々も360度見えるほどです。下りは葉山カントリーの塀に添って下りました。この後、按針塚→田浦駅商店街→京急六浦駅解散の

予定でしたが、暗くなりそうなので、大楠登山口バス停で解散しました。この続きは3月9日(土)三浦半島縦断②後半として行います。<平石>



倒木・枯枝が多い道を歩きました。



♪この道は楽しい道 ルンルン
♪人生楽ありや 苦もあるさ〜♪

三浦半島ゆったり縦断中



ゴールを城ヶ島にすればよかったな～

- ① 9/22 城ヶ島→三浦海岸(ひらめきウォーク)
- ② 11/23 三浦海岸→衣笠駅

富士山の麓から三島神社に寄り 衣笠城址へ

平石さん主催「三浦半島縦断(健脚)」のカバーウォーク

2018年11月23日(金・祝日) 晴れ 23000歩 約16km

コース: 三浦海岸駅10時→三浦海岸(0m地点)→長岡半太郎記念館→富士山の麓→三島神社→

衣笠城址→衣笠城址バス停→金子十郎家忠陣屋跡→衣笠駅

参加者: 吉越(L) 勅使河原 熊坂 高橋文 伊藤眞 青松秀 佐藤繁 志村 桑名 木村 中林 上曾山 吉岡 鈴木孝 計14名



海岸でティータイム



ここは本当に富士山よ



三島神社もあった！



衣笠城址への道は大きな道路の近く、地図が読めなくて苦労しました。皆でウロウロ、ウロウロ・・・。

旧小机領三十三観音巡りの旅 パート⑩

完歩賞の盾



2018年11月25日(日) 晴れ 21000歩 約15km

コース: 中山駅→第二十九番札所慈眼寺→第三十番札所長泉寺→第三十一番札所

寶塔院→東本郷第一公園→第三十二番札所東観寺→小机城址市民の森→小机駅→新横浜駅

参加者: 平山(L) 神谷(SL) 森山(SL) 勅使河原 平嶋 平石 熊坂 仲 伊藤眞 小野里 青松秀
小林 清水 長井 志村 桑原 滝川 畠 岩元 築地 飯田(一般) 合計21名

2年前の11月にスタートした旧小机領三十三観音巡礼の旅も今回で終了です。快晴に恵まれたこの日、中山駅を出るとすぐ緑区役所があり、玄関前の広場で体操をしてから歩き出すと、まもなく第二十九番札所慈眼寺へ。境内の山の上、中山の町が一望できるところに観音堂がありました。景色



の方は木々に邪魔されてちょっと残念でしたが。長泉寺・寶塔院と札所を巡り、高台の東本郷第一公園で昼食。この辺の道筋には季節柄、柿の木を植えている家が多く、公園にもあった柿の木には鳥が群がっていました。公園からの見晴らしは最高で、大山が見え、空気の澄んだ日には雲取山や八ヶ岳まで見通せるとのこと。第三十二番東観寺で、全ての札所をめくり結願となりました。最後に第一番札所泉谷寺をお参りして、小机城址公園本丸跡で全コース参加された8名の方に記念の盾をお送りして締めとしました。累計歩数22万歩、総距離154kmでした。三十三観音は全国各地に多数あり、関東地方だけでも40以上もの観音巡りがあります。そのなかでも旧小机領三十三観音はほとんどが横浜市内にあり、ウォーキングでまわるのに最適と思いました。ルートを作る際は、なるべくメイン道路を通らず裏道を探したので、「横浜にもまだこんなところがあったのか」という驚きがあり、また横浜という土地は意外と起伏が多いことも実感しました。適度な上り下りがあって歩くコースとしてもよかったのではないかと思います。10回のウォーキングを支えて下さったサブリーダーの神谷さん、森山さんには本当に感謝しています。<平山>



10回を支えたお三方



景信山から小仏峠経由で相模湖へ

2018年11月28日(水) 晴 18000歩 約10km

コース:JR高尾駅北口バス停9時12分発→小仏バス停→景信山→小仏峠→小仏峠越えコース(旧甲州街道)→小原宿 →JR相模湖駅(14時35分解散)

参加者:市村(L) 中村ゆ(SL) 奥村(SL) 勅使河原 平石 熊坂 清水 伊藤美 高山 櫻井 計10名

奥村:「景信」、以前から武士のような名前の山だと思っていましたが、一説には北条氏の家臣横地景信という人物の陣地があったとか。いつの事やら、どんな人やら？

今日は、南東尾根コースから入ります。登山口に向かう途中にある宝珠寺は、都の天然記念物、カゴノキが有名です。リーダーがちょっとお賽銭をはずみ、ここでコース説明、ストレッチ、トイレなどの準備をさせていただき、いざ出発。最初は急な登りで10分もすると汗が噴き出てきました。程なく道は緩やかになり、時にはお喋りしながらの登りです。

このやさしさが、この山の良さだと思います。そして最後の木段を上りきると、ベンチが沢山ある広々とした頂上に到着。美しい雪化粧の富士山を見ながらゆっくり昼食をとりました。午後は初冬らしい陽射しの中を、豊かな杉の森林やときおり見られる赤や黄色の紅葉を愛でつつ、気持ち良く下山しました。



帰りの電車で、清水さんから読みかけの本に挟んだ一枚のもみじ葉を見せてもらいました。



楽しい「景信山から小仏峠経由で相模湖へ」でした。楽しい大前提は、天候に恵まれたことです。景信山山頂からの富士山眺望、最高！ 歩行距離少し物足りなさありましたが、勅使河原さんが「疲れないコースも良いな」と言われていましたように、お喋りを楽しみながらのゆったり山行でした。右の写真、小原宿本陣の屋根瓦に「本陣」の文字くつきり。 <市村>



神武寺で紅葉を見て鷹取山へ

2018年12月5日（水）晴れ 12000歩 約8.5km

コース:神武寺駅→神武寺→鷹取山→磨崖仏→首切り観音→追浜駅

参加者:平嶋(L) 平石 小野里 熊坂 平野 小林 長井 伊藤美 小島 福士 山川 志村 武倉 畠内海 合計15名



今回は、地元で生まれ育った熊坂さんの案内でいつもと違う道を歩き、神武寺の裏参道に入りました。それにしても期待の紅葉と市天然記念物のイワタバコも枯れていました、これも塩害でしょうか。そうは言っても銀杏の黄葉が、陽に照らされて黄金色。天気予報が良い方に代わってくれたお蔭です。＜平嶋＞

＜フォトレポート小島＞青空が広がり暖かな日差しが降り注ぐ気持ち良い一日でした。お目当ての神武寺の紅葉は、残念ながら色付きが悪く今イチでしたが、その代わりにコース途中の銀杏が綺麗だったので良としましょう。鷹取山山頂からの360度の展望は素晴らしく、双眼鏡を持って行くべきでした。危惧された鎖場も全員難なくクリア、KWCの脚力は平均レベル以上であることを再確認した次第です。（当然か？）今年も残り少なくなったウォーキングですが、最後まで頑張って歩きましょう！



鎖場の鎖が広範囲になり、新しくなっていました。なぜだか安心しました。

岩登りの訓練中

師走の六本木界隈の街歩き 約12km

2018年12月9日(日)晴れ 11000歩 約11km

コース: 日比谷線六本木駅(六本木口改札)→新国立美術館→東京ミッドタウン→赤坂氷川神社→赤坂サカス→アークヒルズ→麻布十番→六本木ヒルズ→六本木駅

参加者: 栗田(L) 市村(SL) 中村ゆ(SL) 吉越 神谷 平石 奴田 伊藤眞 小野里 青松秀 平山 佐藤繁 小林 山内 宮野 小島 落合 平林 志村 木村 奥村 山田 中林 長廣 滝川

合計 25名



黒川紀章設計の新国立美術館にて

長廣: 日比谷線六本木駅に25人が集合。六本木西公園で体操。今日は寒いです。国立新美術館では、障害、年齢、共生を考える展示会をやっています。途中の壁画がすてきです。東京ミッドタウンは檜坂公園の紅葉が見頃。夜はイルミネーションが綺麗とか。氷川神社は勝海舟ゆかりの場所です。アークヒルズの近くに坂本龍馬の像、龍馬は赤坂にも出没していたのですね。品川だけじゃなかったの

です。麻布十番で、お買いものタイム。たいやき浪花屋はすごい行列でした。六本木ヒルズ横で整理体操、15時頃、全員無事故で完歩。リーダー、サブリーダー、スタッフの皆様ありがとうございました。

~~~~~

☆六本木コース作りでの街角説明について☆  
簡単な説明でもいいから、所々で、話をしていきたいと思いました。前日にパソコンで調べてメモして。その際に意識的に皆が集まってから、短めになるべく大きな声で、話すよう



何を見上げているんだろう???

にしました。SLのお二人もそれぞれ、自主的にテーマを決めて話して下さいました。少ない情報に補足説明して下さる方も。通り過ぎてしまう街の景色が、コース作りをする事で、印象に残る物となります。



檜町公園の紅葉は最後の見頃でした。

<栗田>

# スマホデビューしませんか 使い方-初歩

2018年12月11日(火) 県連盟事務所3階 10時30分より

参加者:曾根由子(講師) 吉越(L) 平嶋 高橋辰 山内 吉岡 計6人

## 山内: スマホ講習会に参加して

今回講習会に参加したのは、携帯をガラケーからスマホに変えて分からない事が余りにも多く困っていたのと、ウォーキングに役立ち・歩いていて楽しくなるアプリ等があれば教えていただきたいと思ったからです。個人差があるのだと思いますが、指先が画面に反応しずらく(使い勝手が悪い状態で)電話が掛ってきた時の操作のコツや、画面タッチについて優しく教えてもらいました。前もって聞きたいことを箇条書きにして出席しましたが、

曾根講師は、どの機種に対しても手早い操作で処理しながら分かり易く指導していただき、画面タッチは力を入れず優しくとか、LINE アプリの設定変更等大いに助かりました。また新たに入れたアプリ「Runkeeper」は、ウォーキングに際して自分の歩いた所が地図上に残せて記念になり、大変面白いものを教えてもらいました。まだ初歩なのでこれからも講習会に参加して、もっとスマホが自分の手足になるように勉強したいと思いました。



次回も楽しくやりましょう!

集合:京急神奈川駅 10:30  
約4km

見慣れた街に何かを見つけながらのお散歩、ついでに写真や動画を撮りながら、持ち慣れたスマホの楽しく簡単活用術まで。中央市場でのお楽しみランチ!

吉岡さんより  
「LINE」が使えるようになって嬉しです。  
次回、スマホを使いながらのお散歩が楽しみです。  
使える範囲で何とか操作しています、分からないところを教えて頂けるのは心強いです。  
今後も参加していきたいと思っています。

# 柏尾通り大山街道を往く①

2018年12月15日(日) 晴れ 24000歩 約17km

コース:戸塚駅→柏尾不動堂→正福寺→三嶋神社→西林寺→向導寺→富士塚→中川地区センター  
→西が丘公園→三柱神社→無量寺→長後駅

参加者:熊坂(L) 勅使河原 平嶋 神谷 平石 大平 高橋文 小野里 青松秀 佐藤繁 平野 小林  
河野 山内 清水正 長井 小山文 小山美 市村 平林勝 志村 桑原 小田 木村 中林  
滝川 仁井 畠 脇坂 吉岡 30名 一般/吉田(1月より入会) 合計31名

**脇坂:**大山街道を往く4回シリーズの初回です。青空に木枯らしが刺すように強く、暖かさに慣れた身には真冬の寒さを感じられます。戸塚駅を出発し、「従是大山道」の石碑から始まって、街道の道標を探しながら、路々の神社仏閣を訪ねる、大山巡礼のウォーキングです。小さな道標まで

細かく調べて教えてもらいました。途中、熊坂リーダーの娘さんご一家のお宅前でミカンをいただく「巡礼ご接待」もあり、一同感激。お孫さんが何とも可愛かった！長後駅まで、17kmのウォークでした。  
～幼子に貰ひしみかんの美しき～

**吉岡:**幾つかある大山街道の1つ柏尾通

りのウォーク1回目、楽しみにしていました。戸塚駅集合で開始、曇空で、風もあり、かなりの寒さでした。柏尾不動堂では「従是大山道」の道標、「雨

柏尾不動堂の道標



大山不動を載せた永明寺別院前の立派な道標



三柱神社で

降山」(大山の別名)と書かれたものもあり、大山街道の始まりです。途中、冬桜も咲いていて、岡津小学校先の道からは大山と富士山が眺められました。道標を探しながら長後駅まで約17kmのウォーキングでしたが、アップダウンも少なくあまり疲れませんでした。

## 山手異人館8館巡り

2018年12月20日(木) 晴れ 14500歩 約9km

コース: 桜木町駅→赤レンガ倉庫→港の見える丘公園→イギリス館→山手111番館→山手234番館→エリスマン邸→ベアリックホール→外交官の家→ブラフ18番館→石川町駅

参加者: 木村(L) 山川(SL) 吉越 平嶋 荒波 平石 仲 高橋文 佐藤繁 小林 小島 加納富 長廣 赤須 仁井 高橋友 吉岡 17名

**赤須:**曇りのはずがいいお天気。歩いていると暖かい日。パイプオルガンのコンサートが中止で残念でした。赤レンガ倉庫でクリスマスマーケットのイベントをやっていたので、ホットワインを飲みながらお昼を食べました。山手の西洋館のクリスマス飾り、イギリスではタータンチェックの飾りやパンで作ったクリスマスツリー、モナコではかわいいクッキーがテーブルに、イタリアでは赤いバラがテーブル装飾に、ドイツでは木製のトナカイが飾られていました。スペイン、エストニア、フィンランドなど各国のクリスマス飾りはそれぞれ特色があり素敵でした。



**木村:**参加した皆様①クリスマスコンサートが夜に変更された為、聞くことができなかったこと②8館巡りが実際は7館だったこと(山手68番館を抜かしました)③約5キロとコース案内しましたが、実際は9キロになってしまったこと④山手異人館は現在山手西洋館と呼ばれていること。下調べ不十分に加え、思い違いをして大変申し訳ございませんでした。

**仲:**今回桜木町駅南口集合、私の知らない間に北改札口が出来ていました。クリスマスの時期のクイーンズスクエアの2カ所のツリー、赤レンガ倉庫、山下公園、初めて知ったボウリング発祥の碑、港の見える丘公園から山手西洋館巡り。元町公園上のエリスマン邸から眺める公衆電話、道路を隔てたカフェの風景が大好きです。今回は靴を脱ぐのが辛いので、西洋館の中には入りませんでしたが、各国の趣向をこらしたクリスマスの飾り付けを見られなかったことが残念でしたが、半年ぶりに楽しくウォーク出来ました。

# 忘年ウォークとカラオケ大会 KARAOKE PARTY

2018年12月21日(金) 晴れ 7km

コース:JR川崎駅改札口→ミュージア音楽堂→東芝未来科学館見学(30分)→ラゾーナ広場→チネチッタ川崎映画街→カラオケ会場

参加者:第一部より 青松秀(L) 佐藤伊 大平 伊藤眞 宮野 志村 平林 山本 澤 仁井  
第二部より 平石 古賀 元会員/栗山・片岡 入会予定/飯田 一般/浅子 計16名

年末が迫るにつけて、前回したカラオケ大会をもう一度やりたいと、平石副会長の申し出があり、何人かの賛同で企画しました。私が川崎駅周辺は長く住んでおり、仕事場も川崎ですので、川崎駅集合で、夕方からで開催しました。年末で都合がつかない人や、遅れたりしたため第1部として近隣散策をすることとし、



カラオケに行く前に東芝未来科学館でお勉強

第2部でカラオケ大会と合流しました。寒いし、日が暮れるのが早いので、建物内や東芝未来科学館内を見学し、ミュージア、ラゾーナ広場チネチッタ映画街を散策、ウォーキングをしました。年末のクリスマス近くの金曜日の忘年会シーズンでの開催でしたので、短い移動のウォークでも数人がはぐれてしまうほどの混み具合で、また、カラオケ店に着いたら、いない人がいるとの連絡があり、すぐ迎えに行き、携帯電話が無ければ不明になるところでした。当初、年末の忘年会の挙行を計画するのに、混雑を見越して店の予約を前もってしなければならず、15名を予約しましたが、予定人数が集まらず、カラオケが好きそうな元会員、入会予定会員を集めて、又、平嶋さんにもお願いして、当初からの参加者も入り予定通りよりも一人増えての、16名でカラオケ大会をスタートすることが出来ました。私と平林勝はカラオケは苦手で、どうすれば大会を盛り上げようかと心配しておりましたが、しかしカラオケが始まると如何にしてか、歌の好きのメンバーは歌い、踊りも活発で先客の女性3人とデュエットしたり、大いに盛り上がり何にも心配はありませんでした。どちらかというあまり役者がそろいすぎて別の心配がありましたが、平成最後のウォークと過ぎゆく、平成を懐かしむ忘年会を出来ましたことは、皆様と仲間たちの尽力です。楽しい一日を過ごすことができましたことに本当にありがとうございました。皆様には、良いお年をお迎えください。また来年もよろしくお願ひします。<青松秀>



# もうすぐXmas お城 EXPO2018 へ行こう

2018年12月22日(土) 雨 3km 4500歩  
コース:桜木町駅南改札 13時→パシフィコ横浜会議  
センター→桜木町駅

参加者:吉越(L) 平石 計2人

★入場料当日券1,800円、前売り1,500円  
各自で購入してもらいました。

## 平石:早く100名城を完歩したい

「お城 EXPO2018」と、雄大なテーマに魅了され40分も早く桜木町駅に到着しました。参加者は二人なのでパシフィコ横浜に到着し、入場招待券で3階の47あるお城のブース会場に直行しました。英国ウェールズ政府の展示のところまでリーダーと同行いたしました。会場は1階から5階まであり、そのうえ混雑していたのでここで自由見学に切り替え、隈なく見学することにしました。会話をしたりアンケートを書いたりして、弘前城ではりんごジュースの大びんまでいただきました。特に県内と関東のお城は、質問をして念入りに見ました。私はいままで「日本100名城」に登城したのがわずか42だったので、知らないあるいは出かけていない城が、58もあり知識不足を感じました。先月寄り道した八王子城のブースもあり、また小机城が続100名城と記載されていました。この「お城 EXPO2018」も3回目なので、来年は世界の城と神奈川の城のコーナーに期待します。お土産にはりんごジュースの他に、1階のお土産コーナーで日本100名城の本を購入しました。早く100名城を完歩したいです。夕暮れの大栈橋を歩きたく終了より早めの16時に会場を出ました。こんな素晴らしい雄大な企画をくださったリーダーに感謝いたします。

～しぐれふる みなとみらいに ネオン灯～

## 次回も外さない～! 吉越(L)

ウェールズのコンウィ城と姫路城が近く姉妹提携、ブースが出るということで見学に行きました。「お城ジオラマ」「城めぐりに役立つとおき情報」「フォトコンテスト」「生徒による城の自由研究作品展」等々、盛沢山。お城好き落語家・春風亭昇太さんのトークショーは満員御礼。お城ファンで熱気あふれる中、山城跡、石垣、フォトコンテストに感激しながら速足で回りました。



まずは城主になって記念撮影



大きな背景に沖縄の名城を訪れたような気分



驚きの津久井城



コンウィ城のブースで  
英国ウェールズ政府日本代表事務所 小堀さんと

# 大和市の十龍めぐり ①



2019年1月11日(金) 晴 21000歩 約14km

コース:小田急線中央林間駅南口→第六天神社→諏訪神社→深見歴史の森→西鶴寺→泉の森公園→善徳寺→山神社→小田急大和駅

参加者:高橋文(L) 市村(SL) 吉越 神谷 熊坂 小野里 菊池 佐藤繁 平野 小林 福士 山川 桑名 武倉 中林 長廣 畠 岩元 内海 計19名

龍は中国で生まれた想像上の生き物であり地上最強の動物と言われ、古くから神仏の守護神とされてきました。また龍は全ての水をつかさどり、雨を自在に降らせることが出来るとされることから、水の神様として崇められてきました。かつては農村地帯であった大和にはその龍が10か所に祀られています。そのうちの五龍を訪ねました。雨乞いの神として各社寺の拝殿の鴨居に彫り物として鎮座されており、簡素なものから豪壮な龍まで多岐に亘っており、それぞれの村々では古より丁重に扱われてきたものと推察しました。

いにしへの村から村を訪ね歩いた五龍めぐりのウォーキングとなりました、皆様お疲れさまでした。後編の五龍が来訪を待っています。 <高橋文>



諏訪神社

**岩元:**当日は、3月上旬の気温という、ウォーキングにはこの時期非常に恵まれた中、小田急線中央林間駅に参加者19名が集合し、雨を自在に降らせると言われ、五穀豊穡を願う地域の人達に崇められていた



泉の森公園・カワセミに遭遇

龍めぐりに出発した。途中、リーダーから大和市一帯は、昔から農業が盛んな一帯であったことから、各地域に龍を崇める社寺が建立

されているなどとの話を聞きながら巡りましたが、他にも公園内の落ち葉を踏みしめながら歩くことができ、また自然観察センターでは、池の水面を照らす中をゆったりと泳ぐ鴨を近くで見ながら歩き、ある寺では立派な龍は勿論のこと、台湾から来た少年達が戦時中の空爆で亡くなり、故郷に帰れなかった無念を弔った墓標を見ることが出来て、歴史の一端を垣間見るなど、やはり歩くことは良い事だと改めて思った一日でした。

# 三浦半島縦断①

2019年1月14日(月・祭日) 快晴 28000歩 約18km

コース:京急三浦海岸駅9時30分発→三浦海岸→津久井駅→平和の母子像(三浦富士登山口)→三浦富士→砲台山→武山昼食→YRPNTTドコモ→衣笠城址→JR衣笠駅解散 16時10分

参加者:平石(L) 勅使河原 吉越 河野 小山文 野村 伊藤美 高橋紀 丹後 山田 上曾山 高橋友 岩元 内海 三田(1月入会) 合計15名

集合時間が早くまた遠方でありましたが、全員が時間内に集まり海岸をめざしました。ここはスポーツ連盟の夏の風物詩三浦遠泳大会の会場でもありました。諸事情で現在は開催してないのが残念です。全員で砂浜を歩いているとほのかに大根の香りします。なんと漬物用にずらりと干していました。三浦富士の登山口には横浜の米軍機墜落の犠牲者を弔う平和の母子像が海を向いて立っていました。そこからは森林浴のウォーキングで三浦富士から砲台山さらに武山で遅い昼飯をいただきました。

下山はコースでないコースの案内板を確認してYRPにおりたち、衣笠城跡に向かいました。ここは現在でも交通の要所で三崎や浦賀に分かれます。<平石>



**岩元:** 絶好のお天気も幸いしたのか、参加者15名は出発前から何か明るい表情に見え、楽しいお喋りもいつもより多い感じがしました。今回は三浦半島の4つの山のうち三山(三浦富士・砲台山・武山)歩きます。コースは三浦海岸駅を起点に最初に三浦海岸の浜辺を歩きました。長沢駅を過ぎてから山道に入りました。順次3つの山を廻り最初の三浦富士では本当の富士山が遠望でき至福の時間を楽しみました。次に砲台山では旧海軍の砲台跡を検証しました。昼食の武山は

展望台に登り東京湾から相模湾が見渡せ最高峰の大楠山北の山並みの中にありました。武山不動に入口に狂い咲きのつつじが満開に咲いておりびっくりしました。冬なので山中に咲く花は少ないと思っていましたが得した気分です。それから衣笠城跡に廻り衣笠駅まで18kmほど歩きました。反省点として砲台山を見学のあと、他のグループについてしまい、また登り返すパプニングがありました。先行グループも待機していたので少しの遅れで済みました。



## 柏尾通り大山街道を往く②

2019年1月19日(土) 晴れ 29000歩 約20.5km

コース:長後駅→市民センター→豊受大神→用田交差点→神崎史跡資料館→寿閑寺→本郷神社→正覚寺→戸沢橋→長沼公園→金山公園→伊勢原駅



大山に近づきました

参加者:熊坂(L) 勅使河原 平石 大平 高橋文 伊藤眞 小野里 青松 佐藤繁 平野 小林 河野  
山内 長井 高橋紀 丹後 志村 桑原 小田 木村 奥村 中林 滝川 畠 鈴木孝 吉田正  
合計26名

**中林:**冬晴れのもと小田急線長後駅から大山街道を目指し、総勢26名元気に出発しました。

歩きはじめて間もなく白く輝く霊峰富士を正面に観ながら、最初の休憩地「豊受大神」に到着したのは1時間後の11時10分でした。大山街道は途中道幅の狭い個所が多く皆で声を掛け合いながら、昼食場所の「神崎資料館」に到着したのは12時10分頃でした。神奈川県の中核地域、藤沢(長後)、海老名、厚木そして今日の目的地伊勢原まで約20キロの行程です。大山街道は道標や道祖神が多く、歴史を感じる平坦な街道です。歩くにつれ雄大な大山が眼前に迫り、全員疲れを感じることなく楽しい行程でした。私も久々の“やや健脚”でしたが好天にも恵まれ楽しく歩くことができました。そして、目的地の伊勢原駅に着いたのは16時20分で6時間の行程でした。次回③も是非参加するつもりです。神奈川県の人たちにとっては「大山」は特別な山です。私自身の今年目標として、大山を制覇したいと思っています。この様な素晴らしいコースを企画いただいたリーダーに感謝致します。

**滝川:**当日は晴天で風もなく穏やかなウォーキング日和でした。また行く先々で見える富士山が霞むことなくクリアで素晴らしかったです。広い神崎史跡公園で昼食をのんびりと楽しみました。また道標を探しながらの興味ある企画でした。1カ月前にあった道標が道路工事のため撤去されていたり、風雨のためほとんど読めない道標であったり、道標の横にあるお地蔵さんの首が飛んで無くなっているのを下手な修復で無残な姿になっていたり、『スペインの教会の修復画と同じだ』等と、皆でワイワイ言いながら元気いっぱいでした。しかし15kmを過ぎる頃から、段々と口数が少なくなり、足取りが重くなりました。伊勢原の駅近くの公園に着いた時は嬉しさと充実感でいっぱいでした。



用田辻の不動道標を囲んで

## <江戸まち散歩> 古地図で辿る浅草鳥越～柳橋から両国へ

日時:2019年1月23日(水) 晴れ 15000歩 約10km

コース:都営浅草駅→東本願寺→下谷神社→佐竹商店街→三味線堀跡→鳥越神社→浅草見附跡→柳橋→隅田川テラス→首尾の松・浅草御蔵跡の碑・→横網町公園→旧安田庭園→JR両国駅

参加者:小島(L) 勅使河原(SL) 吉越 平嶋 平石 仲 高橋文 青松秀 菊池 熊島 佐藤繁 山内 伊藤美 山川 市村 平林勝 志村 桑原 桑名 奥村 山田 中林 加納富 赤須 脇阪 岩元 吉岡 合計27名



隅田川テラスにて

**市村:** 配付された「江戸時代の古地図」を見て、「浅草寺の南側一帯は、江戸時代には大名屋敷が建ち並んでいた」を再認識してスタート。東本願寺を経て下谷神社へ、ここの境内が寄席発祥の地とは意外でした。佐竹商店街、「出羽久保田藩佐竹家上屋敷があったこと」に由来する。明治維新で旧武士は秋田に帰った」の説明に、「人口100万人の半分が武士、土地の7割が武家・寺社地」の江戸から、東京への街変遷に思いを馳せ

ました。鳥越神社、柳橋、浅草御蔵跡と歩き、蔵前橋を渡り横網町公園へ。東京都復興記念館見学で関東大震災、東京大空襲の東京の惨状を突きつけられました。両国国技館前で力士の大銀杏を見て、江戸時代へ少しタイムスリップです。

**山川:** 好天の下、久々の町歩きでした。いつもの浅草とは違って、古地図を辿るだけに知らない場所だらけ。ラジオ体操発祥の地、都内最古のお稲荷様、寄席発祥の地・等々、今に生きる文化の発祥の一部が分かりました。この後は日本で二番目に古いという「佐竹商店街」へ。歓楽街として発展し下町三大商店街の一つでもあったそうです。竹町公園で「秋田美人」にまつわる佐竹藩の面白いエピソードを聞き思わず爆笑！三味線堀跡・鳥越神社を経て、浅草橋ではお待ちかね鯛焼きのモグモグタイム！そこから粋な花街だったという「柳橋」へ。初場所で賑わう両国駅前、大勢の相撲ファンで大混雑でした。時代小説の愛読者とはいえ、各所での詳しい説明を滞りなく自然体で語られたリーダーさんに感謝。有り難うございました。



日本で二番目に古い佐竹商店街



お待ちかねの鯛焼きタイム



花街の面影を残す柳橋

## 2018年度第6回運営委員会

日 時:2018年11月30日(金)15時00分～17時00分

出 席:議長/高橋 書記/市村 吉越 平石 平嶋 熊坂 平山 木村 奥村 畠 10名

■ドロップボックスの使用について・・ 平山さんからドロップボックスについて説明が行われた。運営委員が試みることになった。

・これからのウォークについて

■第235回例会 関東の名刹 大雄山最乗寺に行こう・・コース変更 「花咲く里山」は花がないので中止。

■クリスマス飾りの山手異人館巡り パイプオルガンコンサートコースは中止す。

■今後の例会日程について・・3/2(土)「河津桜」(リーダー吉越、SL平嶋、もう1人は運営委員以外)  
4/17(水)「コース未定」(平嶋) 6/2(日)「コース未定」(木村)6/19(水)「コース未定」(高橋)

・運営委員提案議事

■2019年5月の交流ウォークについて

実行委員長は高橋。チラシ作成担当は平嶋。馬籠の他に立ち寄り場所の設定を旅行会社に相談する。東海ブロックへの参加申し込みは4/14締め切り。実行委員会の開催日程調整は伝助で行う。旅行会社は東和に依頼、会社との折衝担当は畠さん

■12月の伝助変更について

伝助の「261～」と「一般・・3頁目」申し込みを統合する。一般の人が参加するときはコメントを入れる、名前はフルネームで記入する。伝助参加申込は○と×のみとし△の選択はなしとする。

■伝助作成の交代について

担当を木村さんとする。伝助のコース名は簡略化する。

■次回運営委員会 ・12月26日(水)15時 第7回運営委員会 ・1月29日(火) 10時 校正印刷  
・1月30日(水) 13時/第8回運営委員会 15時/マイマップを作ろう

## 2018年度第7回運営委員会

日 時:2018年12月26日(水) 15時05分～17時00分

出 席:議長/平石 書記/市村 吉越 吉野 高橋 平嶋 熊坂 平山 木村 奥村 畠 11名

・これからのウォークについて

■柏尾通り大山街道を往く②

「下見をしたら、距離が20kmになってしまった。やや健に変更した。

■関東ふれあいの道埼玉県について

「12月24日に予定していた関東ふれあいの道埼玉県③ 伊豆ヶ岳を越えるみちは、「日没が早く暗くなるから危険」という判断で延期にした。伊豆ヶ岳の山自体も大変だと思う。

■今後の例会日程について

3月例会は三浦河津さくら・吉越/ 6月平日例会は・高橋/ 6月の例会は鎌倉・木村

・運営委員提案議事

■2019年5月の全国交流ウォークについて

「実行委員会を開催し「集合は東神奈川のサティ前と相鉄線海老名駅と二か所に設定」

■ドロップボックスについて・・「今後は、ドロップボックスを主体に使っていきたい・まず91号から」(吉越)。

■機関紙の会員人数表記誤りがありました。11月25日時点で男性62人、女性66人、計128人が正しい

■次回運営委員会 1月29日(火)10時 校正印刷 1月30日(水)13時 第8回運営委員会  
15時から勉強会「マイマップを作ろう」 2月25日(月)15時 第9回運営委員会

2019年3月2日(土)

# 河津桜まつりへ行こう

## 1万本の桜と菜の花

集合：京急三崎口駅 9時45分 10時出発 約7km

コース：三崎口駅→河津桜まつり会場（お弁当/多少のアルコール可）→「テント村」→三浦海岸駅

※葉桜になってしまったら、黒崎の鼻から相模湾の景色を楽しみます

持ち物：雨具 昼食 飲み物 敷物  
健康保険証 歩数計



流れゆく桜



三崎口駅付近



夜のライトアップ  
も見逃せません

リーダー吉越 サブリーダー平嶋・仁井

【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11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）

## 春の藤沢 公園めぐり

2019年4月7日(日)

集 合:小田急江ノ島線 藤沢本町 9時45分 10時出発 約11km

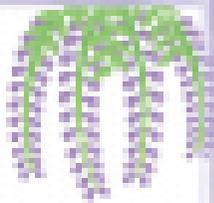
コース:藤沢本町駅→伊勢山公園(体操)→烏森公園→皇大神宮→親水広場→長久保公園  
(昼食)→新林公園→奥田公園(体操)→藤沢駅

★藤沢市の花は藤です。咲いていると良いですね。桜がまだ咲いていたらもっと嬉しい!  
春を感じながら公園を巡りましょう。

伊勢山公園から江の島を望む



持ち物:  
お弁当、飲み物、雨  
具、敷物、歩数計、  
健康保険証等



新林公園の藤棚



長久保公園の桜



[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11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)

# 全国交流ウォーク in 中山道 & 豪快な天竜舟下り!

ハア〜 天竜下ればヨ〜

神奈川ウォーキング協議会(準)  
このチラシは神奈川版です  
全国版と合わせてご覧下さい



2日目は  
馬籠宿・妻籠宿

2019年5月25日(土)～26日(日)

参加費：一般29,800円(会員以外は+1,000円 往復バス代/宿泊費25日/26日昼食/事務費他)

締切り：3/31 定員45名(定員になり次第×切ります)

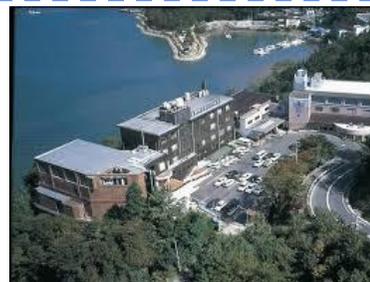
申込み：伝助又は運営委員

キャンセル料：3/31以降のキャンセルはバス代と事務費、4/14以降は協議会分担金3000円もかかります。その他のキャンセルは日にちにより、ホテル代・観光料・昼食代等かかります。

振込先：ゆうちょ銀行から 記号番号10220-7108821 ○他の金融機関から「ゆうちょ銀行」「店名〇二八店」「店番028」「口座番号710882」

1日目：集合：東神奈川イオン前(7:45)又は、相鉄線海老名駅改札口(8:20)→海老名JCT→八王子JCT→飯田JCT→天竜舟下り→飯田JCT→飯田ふるさと水引工芸館(14:20～14:50入館)→飯田山本JCT→中津川IC→恵那峡グランドホテル(16時着予定)

2日目：恵那峡グランドホテル(8:30)→馬籠宿ウォーキング：9:10出発Aコース：馬籠宿→馬籠峠→男滝・女滝→大妻籠→妻籠宿・(約9km)→(清内路トンネル)→飯田山本IC→岡谷JCT→八王子JCT→横浜町田IC→東神奈川イオン前(19時帰着予定)



ランチはこんな感じ・・・

恵那峡グランドホテル

## 2019年3月神奈川ウォーキングクラブの予定と見所

|                            |                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                          |
|----------------------------|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 2<br>日<br>(土)              | 例会             | <p>第240回例会 河津桜まつりにいこう！</p> <p>集合:京急三崎口駅 9時45分集合 10時出発 約7km</p> <p>コース:三崎口駅→河津桜まつり会場(お弁当/多少のアルコール可)→「テント村」→三浦海岸駅</p> <p>★1万本の河津桜と菜の花が見事です。葉桜の場合は黒崎の鼻から相模湾の景色を楽しめます。 申込み:吉越 090-2750-0034 SL/平嶋・仁井</p>                                                                                                     |
| 7<br>日<br>(木)              | 一般             | <p>藤沢から鎌倉・極楽寺を目指して</p> <p>集合:JR藤沢駅 10時 約13km</p> <p>コース:藤沢駅→奥田公園→新林公園→手広大谷緑地→鎌倉山→夫婦池公園→笛田公園→八雲神社→極楽寺→江ノ電極楽寺駅</p> <p>★ここも鎌倉です。 申込み:高橋文 080-1115-4849</p>                                                                                                                                                  |
| 9<br>日<br>(土)              | やや<br>健脚       | <p>三浦半島縦断②後半 大楠登山口バス停から六浦駅まで</p> <p>集合:京急バスで・大楠登山口バス停 10時 約12km</p> <p>コース:大楠登山口バス停→三浦按針ゆかりの塚山公園(昼食)→田浦梅林→鷹取山→京急六浦駅</p> <p>★三浦半島縦断②は、衣笠駅から京急六浦駅の計画でしたが、途中日没が迫り大楠登山口バス停で中断しました。②の中断部分を完歩します。</p> <p>申込み:平石 090-2162-7178</p>                                                                              |
| 16<br>日<br>(土)             | 健脚<br>レベル<br>B | <p>柏尾通り大山街道を往く④ 歩行時間3時間25分</p> <p>集合:小田急線伊勢原駅 8時30分(9時5分のバスに乗ります)</p> <p>コース:伊勢原(バス)→大山ケーブルバス停→ケーブル駅→大山寺→阿夫利神社下社→大山山頂(1252m)→見晴台→下社(ケーブル)→大山ケーブル→バス停(バス)→伊勢原駅</p> <p>★いよいよ大山を目指します。帰りは見晴台経由で下社からケーブルに乗ります。</p> <p>申込み:熊坂 080-1260-5285</p>                                                               |
| 21<br>日<br>(木)<br>・<br>(祭) | 一般             | <p>三浦半島ゆったり縦断最終地点へ</p> <p>集合:東逗子駅 9時 約15km</p> <p>コース:東逗子→巡礼古道→半僧坊→散在ガ池→高野の切通し→三浦半島縦断完歩・大船駅</p> <p>★三浦半島の最南端城ヶ島を9月22日にスタートして、いよいよ最終地点です。</p> <p>申込み:吉越 090-2750-0034</p>                                                                                                                                 |
| 23<br>日<br>(土)             | 一般             | <p>旧甲州街道を歩く パート①</p> <p>集合:JR 東京駅八重洲北口 10時 約13km</p> <p>コース:東京駅→日本橋→日比谷公園→桜田門→憲政記念館→半蔵門→四ツ谷→新宿御苑→新宿駅</p> <p>★旧甲州街道は、江戸から甲州・信州への流通の道として多くの人が往来した道で、様々な名所旧跡や景勝地、歴史的なエピソードの残る街道です。それらをたどりながら歩いてみましょう。パート①は日本橋からスタートして、新宿迄です。日比谷見附、四谷見附、四谷大木戸跡、新宿追分一里塚跡などを探しながら歩き、新宿御苑(入園料200円)を散策。 申込み:平山 080-6600-8825</p> |

|                                  |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------|--------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 28日(木)                           | 一般           | <p><b>早春の横浜の公園巡り</b><br/>         集合:横浜地下鉄・仲町台駅 10時 約10km<br/>         コース:仲町台駅→せせらぎ公園→茅ヶ崎公園→大原みねみち公園→鴨池公園→都築中央公園→大塚歳土遺跡公園→横浜地下鉄・センター北駅<br/>         ★春の息吹を感じた花々が道端で目を覚ましています。<br/>         申込み:吉野 080-1099-3581</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                      |
| 30日(土)                           | 一般           | <p><b>川崎宿ウォーキング(東海道を歩くシリーズ3) 20名限定</b><br/>         集合:京急六郷土手駅10時 約12km<br/>         コース:六郷土手駅→六郷の渡し→万年屋跡→田中本陣跡→川崎宿交流館→稲毛神社→坂本九歌碑→芭蕉句碑→市場旧東海道公園→鶴見神社→[清月]生麦事件碑→京急生麦駅<br/>         ★江戸を出発した旅人が初めて出会う難所、六郷川を舟で渡れば川崎宿。六郷の渡しから、奈良茶飯で有名な[万年屋]跡から坂本九歌碑、鶴見神社から生麦事件碑まで名所旧跡を見物しながら歩きます。買い物は[清月]よねまんじゅうです。<br/>         申込み:長廣 090-9138-5925</p>                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| 28日(木)・31日(日)                    | 神奈川県スキー協議会主催 | <p><b>第44回春スキー祭典でのんびり雪上ウォーク</b><br/>         集合:東神奈川イオン前 21時 出発<br/>         志賀高原リゾートエリアで開催のバスツアー/最高の春スキー・雪上ウォークに参加<br/>         ★詳細はチラシ参照 申込み:吉越090-2750-0034</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                        |
| <b>2019年4月神奈川ウォーキングクラブの予定と見所</b> |              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 7日(日)                            | 例会           | <p>241回例会 <b>第240回例会 春の藤沢 公園めぐり</b><br/>         集合:小田急江ノ島線 藤沢本町駅 9時45分 10時出発 約11km<br/>         コース:藤沢本町駅→伊勢山公園→烏森公園→皇大神宮→親水広場→長久保公園→新林公園→奥田公園→藤沢駅 ★藤沢の市花はその名もずばり藤の花です。たくさんの公園に植えられています。咲いているといいですね。春一杯の公園を巡りましょう。 申込み:熊坂 080-1260-5285</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| 10日(水)                           | 健脚レベルB       | <p><b>関東ふれあいの道(6) 花の、美の山公園を訪ねるみち (家族向け)</b><br/> <b>レンタカー組集合:</b>東神奈川イオン前6時45分 7時出発 13名募集<br/> <b>現地集合組(東京方面の方)集合:</b>高原牧場入口バス停(皆野町)9時32分<br/>         例)東京駅 6:30→06:46 赤羽 06:50→07:48 熊谷 08:01→09:00 親鼻→親鼻バス乗り場 09:18→09:32 高原牧場入口 【コース】コース:マイクロバス組・東神奈川イオン前7時出発→高原牧場入口バス停着9:32分(バス組・現地集合組合流)→常楽寺→二十三夜寺→美の山公園(みのやま・583m標高差425m)→万福寺→秩父鉄道・親鼻駅(解散) マイクロバスに乘車→道の駅みなの(買い物)→東神奈川イオン前帰着18:00 【申込締切り2月28日】キャンセル待ち受付し大勢の場合は29人乗りに変更検討 参加費4,000円程度 約8.2km 行動時間4時間30分(休憩含) 小雨決行 マイクロバス乗車先着13人(イベント伝助)/現地参加(電車等)制限無(いつもの伝助)<br/>         ★関東の吉野山と言われるほどの桜の名所である美の山公園<br/>         申込み:吉越 090-2750-0034 SL:熊坂/市村</p> |
| 16日(火)                           | スマホ          | <p><b>スマホのお悩み 一步解決!</b> 日頃の悩みをメモしておくで便利 会員限定<br/>         集合:神奈川新町駅 10時 約3km<br/>         コース:神奈川新町駅→テクノウェイブ100で勉強とランチ後→笠程稲荷神社→運河沿いを東神奈川駅まで散歩。★テクノウェイブ100(オフィスビル・1階は自由広場で食堂や売店もあり・弁当もOKです) 申込み:曾根 090-7175-1536</p>                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |

|                                                                                                                                                                                                                                                                                                 |                |                                                                                                                                                                                                                                        |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 17<br>日<br>(水)                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 平日<br>例会       | <p>242回平日例会 <b>花と緑に誘われて遊歩道、せせらぎ緑道を散策</b></p> <p>集 合:横浜市営地下鉄ブルーライン上永谷駅 10時 約11km</p> <p>コース:上永谷駅→上永谷天満宮→平戸永谷川遊歩道→下永谷市民の森→(下永谷駅)→日限地蔵尊→上永谷配水池→馬洗川せせらぎ緑道→上永谷駅</p> <p>★平戸永谷川遊歩道から北条政子が、馬を洗ったという馬洗川緑道を歩きます。</p> <p>申込み:平嶋 080-5678-3961</p> |
| 20<br>日<br>(土)                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 健脚<br>レベル<br>1 | <p><b>今熊山(505m)から金剛の滝へ</b></p> <p>集 合:JR八王子駅 9時 約11km</p> <p>コース:八王子駅(9:13バス乗車)→今熊山登山口→今熊神社→今熊山山頂→金剛の滝→沢渡橋→秋川河川敷→武蔵五日市駅</p> <p>★彩り鮮やかな今熊山と少しばかり冒険気分を体験する滝に出会えます。トレッキングシューズ必須です。前日雨量多い場合は中止します。</p> <p>申込み:中村ゆ 080-3939-5723</p>        |
| 23<br>日<br>(火)                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 一<br>般         | <p><b>駿河小山ウォーキング</b></p> <p>集 合:御殿場線・駿河小山駅 10時 10km</p> <p>コース:御殿場線・駿河小山駅→金時神社→八重桐の池→柳島八幡神社→浅間神社→富士紡旧邸→駿河小山駅</p> <p>◎国府津駅9時10分発→松田駅9時28分→駿河小山駅9時52分着 ★金時伝説を訪ねて、新緑の里山を楽しく歩きます 申込み:吉野 080-1099-3581</p>                                  |
| 27<br>日<br>(土)                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 健脚<br>レベル<br>2 | <p><b>湯坂道を上り浅間山・鷹巣山へ</b></p> <p>集 合:箱根湯本駅9時30分 約9km 歩行時間約4時間</p> <p>コース:箱根湯本駅→湯坂道→浅間山(802m)→鷹巣山(834m)→飛龍の滝→畑宿(バス)→箱根湯本駅</p> <p>★鎌倉時代に開かれたという湯坂道を上ります。鷹巣山からは富士山が眺望できます。 L:市村 SL/申込み:河野 090-5201-0867・中村ゆ</p>                            |
| 30<br>日<br>(火)                                                                                                                                                                                                                                                                                  | 一<br>般         | <p><b>珍しいハンカチの木の花を見に行こう</b></p> <p>集 合:平塚駅西口 10時 12km</p> <p>コース:平塚駅→お菊塚→見附台公園→平塚の塚(要法寺)→春日神社→桜ヶ丘公園→高麗大橋→花水川橋→水と光と緑の散歩道→湘南海岸公園→ハンカチの木の花観賞→平塚駅</p> <p>★4月から5月にかけて咲く、白いハンカチを広げたような花を見に行きます。</p> <p>申込み:高橋文 080-1115-4849</p>             |
| <p>◎ゆったり・・・6km程度＋見学</p> <p>◎一般・・・15km程度起伏の少ない平坦コース</p> <p>◎やや健脚・10～20kmスポーツ保険に加入している事 会員限定 リーダーの承認は不要</p> <p>◎健脚・レベル1会員限定・低い山道(標高差100～300m) } 初参加者はリーダーの承認を得る事、</p> <p>・レベル2会員限定標高差300m以上・・・ } 但し参加をお断りする場合があります</p> <p>★参加費・・・500円 会員は無料</p> <p>★行事は天候により中止になることがあります、中止の場合・・・一斉メール・電話にて連絡</p> |                |                                                                                                                                                                                                                                        |
| <p><b>マナーを守りましょう</b></p> <p>★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。</p> <p>★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。</p> <p>★街中を歩く時は一般の人の迷惑にならない様に注意しましょう。</p> <p>★神社仏閣・住宅地での大声は厳禁、集合写真の撮影もなるべく控えましょう。</p>                                                                                             |                |                                                                                                                                                                                                                                        |

# 各部からのお知らせ

## 年頭のご挨拶

新しい年を迎え、みなさまにとって今年が良い年になりますようお願いしています。

本年もよろしくお願い申し上げます。

神奈川ウォーキングクラブは2001年6月30日に、スポーツ連盟らしいウォーキングクラブを作ろうと36名で創立され、まもなく19年目を迎えます。この間多くのリーダーを養成し、会員方々の協力のもと、回を重ねてこられたことに感謝申し上げます。

本年も多彩なウォーキングで健康づくり、仲間づくりを目指していきましょう。

会長 吉越 悦子

## 会計担当より

### 2019年度会費・スポーツ保険料納付のお願い

\* 会費 6,000 円 (2019年4月～2020年3月分)

\* スポーツ保険料 (全員加入)

65歳以上 1,200 円・64歳以下 1,850 円

\* 納付期限: 2019年3月10日

(厳守でお願いします)

\* 詳細は別紙にてご確認ください。

\* 振込み用紙同封します。

■ 5月26日(日)神奈川県勤労者山岳連盟主催「丹沢クリーンハイク」が、伊勢原駅北口8時受付他数コースで行われます。交流ウォークに参加されない方で都合がつく方はご協力ください。クラブでの交通費補助を検討します。詳細は後日お知らせします。 申込先・吉越

## 新入会員さん紹介

よろしくお願いします

会員No.364

吉田正勝さん 横浜  
市在住 ホームページから

会員No.365

三田常太郎さん 横浜  
市在住 ホームページから



会員数 2019年1月25日現在

男性64名 女性66名 合計130名

## 今後の主な日程

### <神奈川ウォーキングクラブ第19回定期総会>

5月18日(土)12時より横浜市内にて開催 全員出席をお願いします。

### <全国交流ウォーク in 中山道>

5月25・26日(土・日) 馬籠・妻籠で開催 チラシや機関紙91号23ページを参照ください。

### <国際交流>

スポーツ連盟ではフランスの市民スポーツ団体「FSGT(フランス勤労者スポーツ・体操連盟)」や韓国の市民スポーツ団体「韓国体育市民連帯」と交流をしています。2019年4月26日から5月1日まで駅伝大会に参加などのほかにウォーキングで交流が行われます。

### <関東ブロックウォーキング予定 川崎ウォーキングクラブ佐藤会長より1/16 連絡>

日吉台地下壕保存の会責任者から、6月22日(土)受け入れOKの返事をいただいております。但し1日60名で行っているのが当日は、40名にしてほしいとの事です。希望者が多い場合には2回に分けて計画してもと考えております。松島での東京・千葉の了解を得て、また12月18日の神奈川での新横浜・神奈川の了解を得た経緯を踏まえて進めたいと考えております。<佐藤静雄>