

ウォーキングだより

第95号

発行日 2019年 9月25日



第 247 回例会 栄区の神社仏閣を訪ね、そしてイタチ川の散策 29 名参加

例会

- 1 247回例会・栄区の神社仏閣
- 14 11月例会予告
- 15 12月例会予告

オプション

- 3 湯河原城山ハイキング

- 4 横須賀の臨海公園
- 5 関東ふれあい④の1
- 6 スマホ・韓国勉強会
- 7 西丹沢滝めぐり
- 8 鶴見總持寺からキリンビール
- 9 根岸森林公園
- 10 BBQ in 野島
- 11 富士山須山登山道
- 12 集中ウォーク
- 13 運営委員会
- 16 予定表11~12月
- 19 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 FAX045-430-5666

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

栄区の神社仏閣を訪ね、そしていたち川の散策

2019年9月7日(土) 晴れ 18000歩 約13km

コース:根岸線本郷台駅→長光寺→春日神社→大誓寺→正翁寺→ふじやま公園→思金神社→證菩提寺
→本郷台駅前公園→本郷台駅

参加者:高橋文(L) 平嶋(SL) 熊坂(SL) 勅使河原 吉越 小作 神谷 平石 仲 大平 奴田 伊藤眞
小野里 青松 伊藤美 小島 福士 市村 平林勝 志村 桑原 奥村 滝川 畠 鈴木孝 高山
古尾谷 吉田正 計28名 一般/山下 合計29名

奴田:本郷台駅は昭和48年に開業、「鎌倉・本郷村」であったために「本郷台」の駅名になったようです。その本郷台の寺社を巡って、いたち川までのウォーキング。台風影響のためか猛暑で水分を補給



しながらの厳しいウォーキングでした。ストレッチで体をほぐし、長光寺にお参り、次の春日神社へは105段の石段をのぼってのお参り、ここで勢力を使い果たしてしまいました。その後大誓寺・西翁寺に参り、見学予定地の横穴古墳群は工事中のため入れませんでした。ここは崖や竹林の間に23か所もの横穴古墳が残っているところですが、残念。その後坂道をひたすら歩き「ふじやま公園」につきました。この公園の古民家は江戸時代に建てられた格調高い建物でした。見学後思金神社にお参り。いたち川プロムナードへ到着しました。ここは緑が多く、鳥や木々を眺めながら散策できました。猛暑の中全員無事に本郷台に到着、お疲れさまでした。

奥村:本郷台駅を起点に、北、東、南方面に点在する神社仏閣を訪ね、最後は西方向のいたち川の散策を楽しんで出発地に戻る、ぐるっと一周というようなコースで、途中には緑豊かな公園もあり、なかなか変化に富んだものでした。酷暑と呼ぶに相応しい日で、訪ねた神社、寺の多くはそれぞれ4~5百年ほどの歴史あるものでしたが、建立のいわれ等読むよりも、木陰に入り汗ふき、水分補給に明け暮れました。そんな中、熱中症を一人も出す事無く、全員元気で完歩出来て良かったです。ご褒美にふじやま公園を出たところで久々の富士山に対面、いたち川プロムナードではカワセミを見ることが出来、心豊かなウォーキングとなりました。

青松：根岸線本郷台駅前に集合しました。9月に入っても暑い日でしたが、駅前ではお祭りの準備が始まっており、付近は団地が建ち並び人口が多そうでした。長光寺、正翁寺を訪ね途中のふじやま公園にある名主の屋敷である茅葺の古民家で休んでいると、管理人でしょうか歴史や長屋門、主屋の説明をしていただき、江戸時代の屋敷の雰囲気を味わうことができました。神社仏閣はあまり興味がなかったのですが、ボランティアの方の説明があり民家、門を改修し、立派に維持しているのは素晴らしかったです。昼食後暑さも少し和らぎ、いたち川沿いを歩いていくと川の中にはイタチ(置物)はいましたが、泳いでおりませんでした。川ではカモの親子が泳いでいた



古民家に展示されていた変わり朝顔



大鼬橋にて整列

り、カワセミが枯れ木に止まっているのにみとれていました。最近では通勤時、足が弱ったのかホームの階段の上り下りがつらくなりました。しかし、今日

は、好きな鳥のさえずりを聞き、ゆったりと歩くことができ、暑さにも負けず充実したウォーキングを満喫できました。前半の古民家見学では、流れる水は透明度も高く涼しげな水音で、また、多くの小鳥たちもおり、予定通りウォーキングを達成できて満足です。帰りの本郷台の駅前は大勢の祭りで音楽や踊りで大盛り上がりだったので、近くの店で一杯で夏の終わりを楽しみました。今後も体力作り、ストレス発散、楽しみながらのウォーキングを頑張ります。



本日訪れた神社仏閣は全て小高い山の上に鎮座しておりました。古来よりお宮やお寺は常に安全な高い場所に築かれていたことを、今更ながら思い知らされた一日となりました。最後は“いたち川プロムナード”で、清流を眺めながらの散策です。運よく3回もあの綺麗なカワセミに遭遇しました。皆さん歓声です！ラッキーでした。

<高橋文>

湯河原・城山ハイキング

2019年7月24日(水)晴れ

行動時間 5時間50分 24000歩

コース:湯河原駅(10時)→城願寺→城山(563m)→しとどの窟→幕山公園→五郎神社→湯河原駅
(15時50分)

参加者:吉野(L) 常盤(SL) 勅使河原 小作 熊坂 平石 菊池 清水正 三田 市村 加納喜

合計11名

加納喜:梅雨明けを思わせるような太陽の陽射しを浴びて湯河原駅に集合。駅近くの城願寺(いつも境内を借りている)で、熊坂さんによる体操と、吉野Lよりコース説明後に山頂を目指して出発。

山頂手前ぐらいにある、手入れの行き届いた見事な紫陽花から元気をもらい、城山山頂には予定の12時に到着。

伊豆大島と相模湾を目の前にして昼食。



昼食後、「しとどの窟」から幕山公園を目指して下山。昨日までの雨により、ぬかるみがあちこちにあり、石上の滑りや、スリップがありましたが、16時に全員が無事湯河原駅に到着、解散しました。

吉野Lと参加者の皆様、暑い中お疲れ様でした。



雨、雨、雨と続いたが、今日は久しぶりの青空。「よし、元気に歩こう」と気持は高揚するが、肝心の足はなかなか言うことを聞いてくれない。汗びっしょりで久しぶりの城山山頂、やれやれとひと息つく。年齢からくる体力の衰えを実感して、「しとどの窟」からの山道の下降は、より慎重にと心掛けて歩きました。

<吉野>

横須賀の臨海公園めぐり

2019年8月7日(水) 晴れ 18000歩 約13km

コース:JR 横須賀駅→ヴェルニー公園→ドブ板通り→三笠公園→うみかぜ公園→海辺釣り公園→馬堀
海岸プロムナード→浄林時→馬堀海岸駅

参加者:高橋文(L) 勅使河原 平嶋 神谷 平石 熊坂 小野里 青松 福士 奴田 市村 平林勝
志村 鈴木孝 吉田正 原田 計16名

吉田正: 気象庁によると、当日は野外で長時間過ごすのは避けましょうと言う猛暑日でした。我々は、JR横須賀駅を出発し、ヴェルニー公園、三笠公園、うみかぜ公園、馬堀海岸と海辺の道路を歩いて行きました。しかし、真上から照り付ける太陽で熱せら



三笠公園の噴水

れた路上の温度は50度に達していたのではないかと思います。そのような過酷な条件で行進していく一団を見て、世間の人たちは奇妙な高齢者集団だと思ったのではないのでしょうか？リーダーはこの様な厳しい状況を考慮して、目的地を京急浦賀駅から馬堀海岸駅に短縮してくれたので、参加者全員が拍手喝采しました。一人の落後者もなく灼熱の13kmのコースを完歩した訳ですから、各位が日ごろから、いかに体力増強鍛錬に励んでいたかの賜物ではなかったかと思いました。



いずも

スタート地点のヴェルニー公園では自衛隊の“いずも”(ヘリコプター搭載護衛艦)の大きな姿を身近に見ることができました。また対岸には米軍の潜水艦3隻が姿を見せており、普段見られないものを間近に見ることができラッキーでした。三笠公園では“音楽に合わせて舞う噴水”の実演時間にピッタリ遭遇して涼をもらい癒されました。馬堀海岸プロムナード散策の間には東京湾を航行する

いろいろな大型船が見られました。LNG運搬船・コンテナ船・タンカー・車運搬船等々ゆっくりと引っ切り無しに行き来している姿を見て楽しめました。この暑いさなか、巷で騒がれている熱中症などもものともせず元気な歩き切った我が仲間に対し強い信頼と敬意を感じた次第でした。<高橋文>



前回行った猿島

関東ふれあいの道④の1 峠の歴史をしのぶみち

2019年8月10日(土) 晴れ 16000歩 行動時間5時間

コース:スポーツ連盟事務所前(レンタカー)⇒高井戸駅付近(2名乗車)⇒正丸駅(290m)(レンタカー下車)⇒正丸峠(651m)⇒展望台⇒正丸山⇒川越山⇒旧正丸峠⇒サッキョ峠⇒虚空蔵峠⇒刈場坂峠(818m)(レンタカー)⇒高井戸駅付近(2名下車)⇒トヨタレンタカー東白楽店(全員下車)解散

参加者:熊坂(L) 吉越(SL) 市村(SL) 勅使河原 河野 清水正 伊藤美 中村ゆ 奥村 山田 畠三田 鹿島 計13名

レンタカーを使って行くようになってから初めての晴天。暑い☀️今回は峠の歴史をしのぶみちです。④は15.6kmと長いので前半、後半と分けることにしました。これもレンタカーを使う良い所です。さて前半の今日は正丸峠から始まり旧正丸峠、虚空蔵峠、刈場坂峠迄アップダウンを繰り返しながらの道筋です。スタートの正丸駅から集落の林道を歩きその後、沢筋の道を登ります。平坦な所に出たと思ったらすごい階段が待っていました。汗だくで上った所が正丸峠でした。前回、レンタカーで迎えに来て頂いた場所です。そこから少し登った所の展望台で昼食にしました。展望台とは名ばかりで展望は全くありませんでしたが東屋やテーブル付きの椅子があり風も気持ち良い場所でした。撮影ポイントの旧正丸峠から虚空蔵峠までは木の階段が荒れ気味で段差もありロープが張ってある所もありましたが今回一番大変な箇所でした。もう少し整備されていると良いなと思いました。そして刈場坂峠に待ち合わせ時間の2分前に到着できホッとしました。<熊坂>



三田:連日の真夏日が続く8月10日、関東ふれあいの道を歩いてきました。登山出発点までと帰路、レンタ



カーで移動できるのはとても快適です。新体連の笹館さん、運転有難うございました。今回のコースはアップダウンも多く途中、下りの一部に難しい場所もありましたが何とか皆無事に歩くことができました。最終地点の刈場坂峠からの眺望は素晴らしく達成感を味わうことができました。登山道は風の抜ける涼しいところもありましたが気温も高く、かなり体力を消耗し帰りの車の中では寝ている人も多かったようです。私は入会して約8ヶ月、今は山歩きだけに参加していますが、毎回、楽しい仲間と出会えるのが楽しみです。

スマホ講座 「グーグル翻訳とNAVER マップ」

2019年8月20日(火)晴れ 10:00～12:00 於 横浜市連盟会議室 会場費300円/人
参加者:曾根由子(講師) 吉越(L) 平嶋 吉岡 合計4名

吉岡:今回は、10月の韓国ウォークに備えて無料アプリ「グーグル翻訳」と「NAVER マップ」の講習です。

「グーグル翻訳」は100以上の言語に対応していて、これ1本で翻訳から会話まで何でもこなしてしまう優れ物です。

「NAVER マップ」は「グーグルマップ」と同様の地図アプリですが、韓国国内に特化されたものです。

日本国内では使えないので、今回はダウンロードのみで、韓国国内で使ってみることにしました。

まず、「グーグル翻訳」と「NAVER マップ」をダウンロードし、アイコンをスマホ画面に表示しました。

今回は「グーグル翻訳」のみを使っての講習です。

アイコン「グーグル翻訳」をクリックして起動すると「Google Translate」の画面が表示されます。

まず翻訳する言語を選択します。今回は日本語と韓国語を選択しました。左の言語から右の言語へ翻訳されます。左右を入れ替えるときは間の ⇄ をクリックします。3行目に「カメラ入力」「手書き入力」「会話」「音声」の表示があります。

「カメラ入力」は文字をカメラで映すだけで翻訳されます。「カメラ入力」をクリックすると画面入力モードになりますのでスマホを文書や街頭の看板等向けます。

リアルタイムでスマホ画面に翻訳したものが表示されます。スキャンを押すと画面がスキャンされ、翻訳部分が四角枠で表示され、すべて選択を押して → を押すと翻訳された文章が表示されます。

「手書き入力」では画面に手書き文字を書くと翻訳された文字が表示されます。

「会話」をクリックすると、スマホに向かって言葉を言うと自動的にどちらの言語かを判断して翻訳した言葉を言ってくれます。これを繰り返すと会話が可能になります。(日本語⇄英語で試してみました。)

旅行中は便利に使いそうです。「グーグル翻訳」を使う時はWiFi環境があったほうが良いかもしれません。韓国ウォークにいらっしゃる方は「グーグル翻訳」と「NAVER マップ」を是非ダウンロードされることをお勧めします。



左から3人目が講師・佐藤好行さん

■韓国勉強会■

参加者:吉越 平嶋 荒波 平石
熊島 井口 吉岡 三田
鈴木孝 会員9名 関根
講師:佐藤好行 一般2名
集合:横浜市連盟会議室 13時
30分 参加費300円(会場
費他 午前中からの参加
者は無料)

前半:「国境線平和学校」講師・
佐藤好行さん(新日本スポ
ーツ連盟国際活動局
韓国担当)

後半:「神奈川ウォーキングクラブ
韓国ウォーキング(10/1～4)」の説明

西丹沢の下棚の滝と本棚の滝めぐり

2019年8月24日(土) 晴れ 23000歩 約17km

コース:新松田駅8時10分→バス→西丹沢自然教室→下棚の滝→本棚の滝→西丹沢自然教室→箒杉→
中川温泉→丹沢湖→バス→新松田駅

参加者:吉野(L) 熊坂(SL) 平石 河野 市村 清水正 高橋紀 栗田 中村ゆ 伊藤美
丹後 加納喜 畠 奥村 三田 高山 鹿島 合計17名

清水正：西丹沢の滝巡りと聞き、猛暑の夏にピッタリだと思い参加しました。

新松田駅からのバスで西丹沢自然教室に行き、大自然からもたらされる心身リフレッシュ効果を味わいながら、次々と出てくる滝に感激し、危なっかしい木の橋を右に左に渡って荒れた沢を登って行きます。

私は増水した沢で、水の中に靴のまま着地の繰り返しでしたが、真夏のウォーキングならではの



楽しい経験でした。中でも「下棚の滝」と「本棚の左と右の滝」はセラピー効果満載でした。箒沢の箒杉は樹齢2000年、長い年月辛苦に耐え抜いた力強い巨

大な杉でした。帰りは丹沢湖まで車道を歩き、これが一番辛かったです。それとKWCの第一回目の健脚



コースと同じ道を17年ぶりに歩いてとても嬉しかったです。

鶴見總持寺界限から旧東海道 冷えたキリンビールで乾杯!

2019年8月29日(木) 12000歩 約8km 晴れ

コース:JR鶴見駅西口→總持寺→堂内見学(案内付400円)→境内散策(裕次郎 日比野雷風 浅野総一郎 長谷川時雨他 有名人のお墓多数)→休憩所にて昼食→旧東海道(東福寺-JR国道駅→慶岸寺子育て地蔵→蛇も蚊も→生麦事件碑)→14:40キリン横浜ビアビレッジ 工場見学

参加者:吉田敬(L) 吉越(SL) 平嶋 神谷 平石 仲 大平 高橋文 小野里 青松 佐藤繁 宮野 山川 平林勝 志村 加納喜 中林 加納富 赤須 岩元 吉岡 古賀 鈴木孝 吉田正 上田 飯田 鈴木美 鹿島 金川(一般) 合計29名

リーダーの吉田敬さんは会員さんです。「鶴見みどころガイド」の資格を持っておられます。さすが界限をよく知りつくされ、説明も分かりやすく親切丁寧でした。参加された皆さんは「今日は良かった!」と口々におっしゃっていました。(吉越)



鉄筋コンクリート造りでは、日本一の三門にて



石原裕次郎の30回忌供養が7月17日に行われた。墓前での供養は今年で終わりとするという新聞記事を披露してくれるリーダーの吉田敬さん。

-石原裕次郎のお墓の前で-

初めての堂内見学 長廊下は164m光っています。時々テレビ番組の取材もあります。先日はラグビー日本代表がきて競争したが、さすが足腰強かった、私は半分位だったとの僧侶の説明にどっと笑いがおきました。ワックスは使わず水拭きです。



信じられますか? 駅の名前は「国道」。昭和5年に開業レトロな駅で映画の撮影も多い いざキリンへ!



根岸森林公園

2019年9月3日(火) 約6km 10000歩 晴れのち雨

コース: JR 根岸駅→根岸競馬場跡→根岸森林公園→フラワーガーデンカフェにて昼食→山手駅

参加者: 吉越(L) 平石 伊藤眞 小野里 青松 佐藤繁 伊藤美 山川 志村 桑原 赤須 吉岡 計12人

伊藤美: 木々や広々とした緑の芝生、美しく開放感があってとても心地良い。見頃の睡蓮に出会えたのは、ラッキーでした。ハンブルク桜の女王記念樹があり、帰宅後調べてみたら、明治100年記念行事の一環として桜の苗木100本を贈ったことから、1968年(昭和43年)より親善交流が続いているとのこと。また、幕末の1866年に造られた旧根岸競馬場から今の公園に至るまでの変遷など、歴史を思い起こされ、短いながら深みのある歩きとなりました。

平石: KWC に初参加したのが、根岸の森林公園の観梅でした。

桑原: 根岸森林公園は木々の緑、芝生の緑、いろいろな緑が目には焼きつきました。

吉岡: 桜の季節

にお花見に行ったことがありました。その時は桜山のみに行きましたが、今回は公園内をゆっくり散策できて公園の広さを実感できました。初秋の花やドングリなどの実もあって、季節毎に楽しめる公園だと思いました。昼食を摂ったフラワーガーデンカフェがもう少し充実していたら良かったのに少々残念でした。

山川: 大中小たくさんさんのグリーンの中を気持ちよく歩きました。この時期の木々にはいろいろな種類の実が見られ、秋にはさぞ豊富なドングリの世界だろうなと思いました。中でも、コブシの



ピンク色のコブシの実

白い花は知っていても実は見たことがなく、まさにげんこつ(げんこつ)の形の実を目の辺りにした時は、新鮮な驚きと共に、やっと木の名前に納得がきました。競馬場跡や観覧場も圧巻で、改めてウォーキングの良さを感じました!



実から白い糸のようなものが伸びるそうです。HPより

ハンブルク桜の女王来園記念樹の下で。1976.4.3に植樹



赤須: 昔、馬が走ったであろうならかな芝生広場と、ちょうど咲いていたスイレンの花がきれいでした。花見の名所とすることなので次回は桜の季節に行きたい。

バーベキュー in 野島公園

2019年9月13日(金) 曇り 6000歩 約4km

コース:京浜急行金沢八景駅改札口10時30分集合→野島公園 BBQ 広場→野島公園駅解散

※買い物班(平野、平嶋、熊坂、畠)は9時30分集合、八景イオンにて買出し後、野島公園 BBQ サイトへ

参加者:平野(L) 勅使河原 平嶋 熊坂 大平 高橋文 青松 小林 山内 平林勝 志村 加納喜
赤須 畠 鈴木孝 吉田 飯田一 鈴木美 合計:18名

数日前の台風15号の被害ニュースのなかに、金沢区の沿岸も被害を受けた報道が気になっていましたが、やはりBBQ予約受付係から連絡があり、予約した炉の周辺の松の木に被害があり、場所の変更要請がありました。公園内の様子は立ち木の風倒木、枝折れがあちこちに見られましたが、建物の被害は無く予定通り火起こしの準備に。当日の天候は曇りで台風明けの高温も去り最適な一日でした。今回初参加の飯田一さん、鈴木孝さんが火起こし係をしてくれたお陰で順調に焼き物が出来上がりました。平林勝さん、熊坂さん始め多く方の差し入れがあり豪華な宴になり、今回ピザ焼きに初挑戦し皆で熱々を食べることも出来、大満足でした。<平野>



今年の新メニューです。



台風のおかげで落ちた「松ぼっくり」と珍しい大きな「杉ぼっくり」を巡って、たまたま公園に野外学習に来ていた小学生と楽しい孫世代との交流ができました。

富士山学習会

「富士山須山登山道を歩く」恒例富士下山

2019年9月14日(土)快晴のち雲海の中のち小雨 歩数20000歩 歩行時間6時間

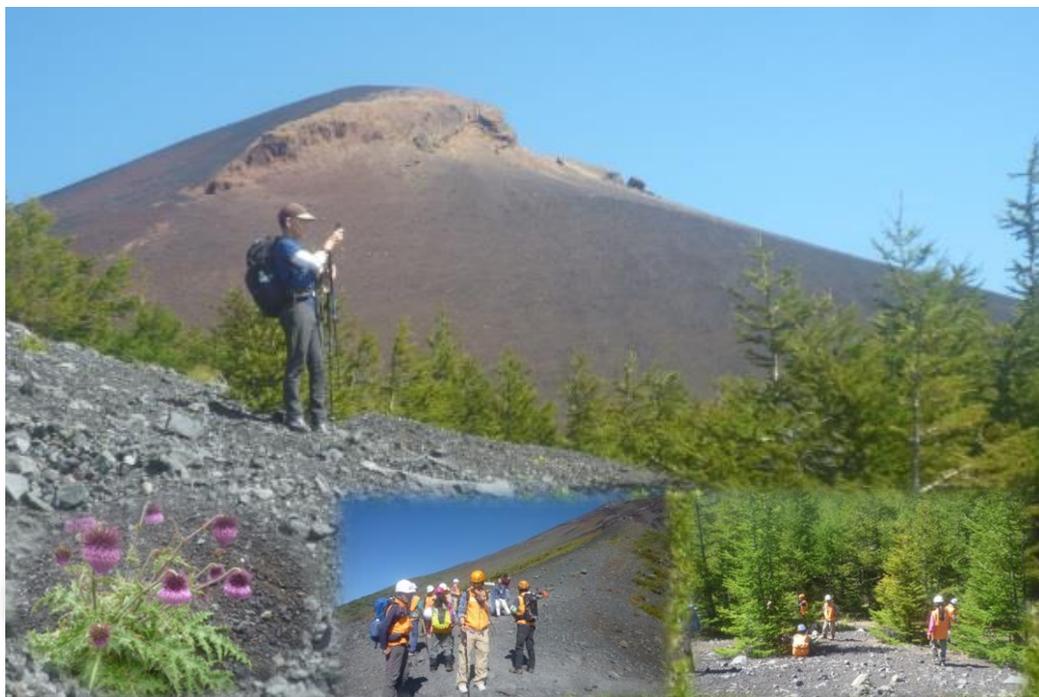
集 合:静岡県裾野市役所6時30分

コース:静岡県裾野市役所→富士急観光バスにて移動→富士山富士宮登山口5合目→新6合目雲海荘
2500M→宝永第1火口ふち第2火口 第3火口→御殿庭→小天狗塚11時30分昼食→四辻→
幕岩→須山御胎内(世界文化遺産)→水が塚公園15時到着バス移動→裾野市立富士山見学無料
→裾野市役所17時解散参加者:平石 高山 合計2名
裾野市職員2名富士山裾野ガイド2名富士山御殿場ガイド1名地元参加者10名 合計17名

ヨーロッパアルプスのガイドもした隊長の案内で、まず富士宮登山口で説明を聞きました。歩けば4時間ですが6時間をかけて歩きます。今回は山頂の測候所までバッチリ見える快晴でした。17名の参加者のうち最高齢は77歳なので心配でしたが、転びながら歩きました。

新6合の雲海荘は2500mでゴールの水が塚公園は1450mその差1050mアップダウンの200mはあるのでトータル1250mの下りを楽しめます。今回の参加者は近年で最も少なく観光バス定員50名に17名とゆったりでした。その分行動も楽でさらに核心部は快晴に恵まれ快適な富士山となりました。宝永火山の縁は

急な下りで心配しましたが、高山さんも地元の方と仲良くなり楽しそうに歩いていました。昼前に雲海に入り霧の中を歩きましたが、それも楽しいですね。早めに昼食となり



富士薊の群落に囲まれる贅沢も味わいました。富士下山の見せ場の御胎内と幕岩には洞窟と大文字草の花が満開で案内しました。そこからはゆるやかな樹林帯でのんびりと水が塚公園です。ここからバスにのり富士山資料館に寄り道することができました。初めての試みで同行した市の学芸員のガイドもあり富士山の生い立ちの勉強まで楽しめました。 <平石 >

象の鼻パーク

2019年11月9日(土) 14時



目的はコース作りのレベルアップです

- ★会員は全員が参加しましょう。お友達も歓迎です。★単独ならば気ままに、仲間と歩けば尚楽しい。
- ★距離やコースは全て自分で計画、地図を見ながらゴールを目指します。

同行を希望する方法

- 同行を希望する方は「同行可」の登録者に申込みをしてください。その際、PC メール、ショートメール、電話のいずれかでお願います。(ご自分では伝助に入力できません。主催者が入力します)
 - 歩数のカウントについて・・・20000歩まではお里の大將に、累計20001歩～40000歩まではお山の大将に、累計4万歩を超えるカウントはいたしません。コース作りが目的ですのでご理解ください。
- ※提出された全コースを9月発行の機関紙で発表。11月8日直前までコース募集は受け付けます。どんどん応募してください。不明な点は運営委員に問合わせください。

		①出発場所・時間 ②距離 ③コース ⑤テーマ	*9月23日現在	同行
1	吉越	①関内駅10時②距離 5km③関内駅→日本郵船→税関→新港ふ頭客船ターミナル→ジャイカ(昼食・世界の料理)→ゴール⑤秋の港の雰囲気		可
2	佐藤繁	①東白楽 10:50 ②9km ③東白楽→慶運寺→浄滝寺→幸谷公園→神奈川公園→高島水際公園→臨港パーク→パシフィコ横浜→ゴール ⑤ウォーターフロント		単
3	平嶋	①根岸駅10時②約 10km③根岸駅→本牧→ワシン坂→近代美術館・大仏次郎館→ゴール⑤自由気ままに		単
4	高橋文	①山手駅10時②7km③山手駅→山手公園→フェリス女学院大学→港の見える丘公園→象の鼻パーク⑤山手散策		可
5	脇坂	①石川町駅9自30分②約 6km③イタリア山公園→山手公園→元町公園→山手十番館(ランチ)→港の見える丘公園→山下公園→ゴール⑤山手洋館 10 館めぐり		可
7	平山	①桜木町駅10時②7km③桜木町駅→掃部山公園→尻こすり坂→野毛山動物園→関内→県立歴史博物館→象の鼻パーク⑤『プラタモリ』の足跡をたどる		可
8	熊坂	①戸塚区自宅8時②約22km③平戸永谷川→日野川→大岡川→汽船道→赤レンガパーク→ゴール⑤川沿いから海へ		単
9	仲	①仲木戸改札 10 時②約8km③コットンハーバー→浅野ドッグ跡地→神奈川お台場跡→中央市場→臨港パーク→赤レンガ倉庫→ゴール④同行可⑤汐風を求めて		可



2019年度第3回運営委員会報告

日 時:2019年7月26日(金)15時35分～18時25分

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

◎これからの例会日程、オプションウォークについて

■例会日程について

11月の例会について、吉越さんから箱根旧街道コースの提案をいただいた。11月例会は、市村が畑宿から元箱根の旧街道コースで担当する。以上を確認。

■関東ふれあいの道④の1 峠の歴史をしのぶみち前半(8月10日)

「正丸駅から正丸峠～狩場坂峠まで歩き、レンタカーで迎えに来てもらいます。

◎運営委員提案議事

■参加取り消しのリーダーへ通知時間変更の周知結果&伝助変更結果について

「伝助申込みのところは変更されているが、伝助による申込手順のところは修正されていない」(市村)。

■山岡光治顧問の「日本で一番重い遺書」に出版について一斉メールを流した。

■2019年度運営委員会運営体制について

吉越会長から、今期運営体制について提案が行われ、若干の変更を経て決定しました。さらに変更希望などがあれば吉越会長に連絡すること確認しました。

■次回運営委員会

パソコン教室	8月28日(水)14時	第4回運営委員会	8月28日(水)15時
機関紙校正印刷	9月25日(水)10時	第5回運営委員会	9月25日(水)15時
パソコン教室	10月29日(火)14時	第6回運営委員会	10月29日(火)15時

2019年度第4回運営委員会報告

日 時:2019年8月28日(水) 15時05分～18時10分

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

◎これからの例会日程、オプションウォークについて

■例会日程について

「11月例会、箱根町港から恩賜公園～旧街道杉並木～元箱根港～甘酒茶屋を予定していましたが、逆コースにします。サブリーダーは河野さんと脇坂さん。下見は9月11日に行きます」(市村)。12月例会担当は平石さんで「熱海街道」を実施する。(確認)。

■80歳お祝いウォーキング(11月6日)「森山さん、神谷さん、吉越で9月に下見を行います。

■象の鼻パーク開港の丘集中ウォーク(11月9日)

質疑して次のことを確認しました。ビールは例年通り出します。コース書き込み伝助を作成します。

■神奈川ウォーキングクラブ紹介リーフレットについて リーフレットの内容について検討。

■2020年全国交流ウォークについて(吉越)

ホテルについて、吉越さんから「富士箱根ランドスコアレプラザホテル」と折衝中とのこと。

「コースは神奈川が担当、3コースを作る」それぞれのコースを歩き、現時点では恩賜公園が良い」

次回運営委員会で検討する。

■次回運営委員会

機関紙校正印刷	9月25日(水)10時	第5回運営委員会	9月25日(水)15時
パソコン教室	10月29日(火)14時	第6回運営委員会	10月29日(火)15時
機関紙校正印刷	11月27日(水)10時	第7回運営委員会	11月27日(水)15時

箱根旧街道 甘酒茶屋から芦ノ湖へ

日 時:2019年11月2日(土)

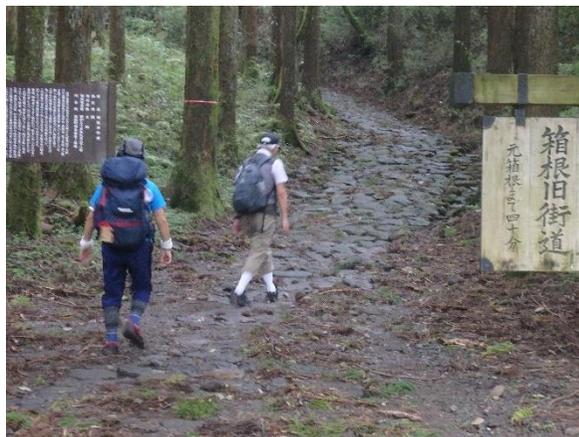
集 合:箱根湯本駅9時30分 約6km

コース:箱根湯本駅バス停4番乗り場(9時45分元箱根港行き)→甘酒茶屋バス停→石畳道→一の鳥居
→恩賜箱根公園→箱根関所→箱根町港バス停→箱根湯本駅

★持ち物:弁当、飲み物、敷物、雨具、歩数計、健康保険証



甘酒茶屋



箱根旧街道石畳道



箱根旧街道杉並木道



箱根関所

[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)

もう一つの東海道・湯河原みち

2019年12月1日(日)

集合:根府川駅 9時45分 10時出発 約10km

コース:JR根府川駅10時発→根府川関所跡→豆相人車鉄道駅跡→石橋山古戦場跡→佐奈田霊社(昼食)→東海道線ビュースポット→早川観音→小田原港→小田原城→小田原駅解散

★箱根越えの姫街道としての湯河原みち、または熱海街道ともいわれた古い道があります。頼朝が世にでた石橋山古戦場から根府川関所・関東大震災の被害地となった根府川鉄橋もあり、東海道線のビュースポットからの相模灘は最高です。展望は良く人車鉄道みちなので起伏がありません。平塚富士を目印に歩きませんか。

◎持ち物:お弁当・飲み物 雨具 敷物 歩数計 健康保険証等



ずそうじんしゃてつどう

豆相人車鉄道は、明治期に走っていた鉄道で、人間が車両を押しながら走る鉄道。



東善院の脇に立つ早川観音。海の方を向き、籠には魚の尻尾がはみ出しています。



[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)

2019年11月神奈川ウォーキングクラブの予定と見所

2 日 (土)	例会	<p>250回例会 箱根旧街道 甘酒茶屋から芦ノ湖へ 約6km</p> <p>集 合:箱根湯本駅9時30分箱根湯本駅バス停4番乗り場(9時45分元箱根港行き)</p> <p>コース:箱根湯本駅→箱根湯本駅バス停→甘酒茶屋バス停→石畳道→一の鳥居→恩賜箱根公園→箱根関所→箱根町港バス停→箱根湯本駅</p> <p>★江戸時代の旅人は普通1日10里歩いたと言われます。ところが箱根地域は8里しか歩けなかったようです。いにしえの人に思いを馳せて石畳道の上り&芦ノ湖湖畔の杉並木道を1里半ほど歩きます。石畳の道は滑りやすいのでトレッキングシューズが歩きやすいです。 申込み:河野 090-5201-0867 L:市村 SL:河野 脇坂</p>
6 日 (水)	ゆったり	<p>「80歳お祝いウォーク」 こくぶんじ恋の道</p> <p>集 合:JR 中央線 西国分寺駅 10時30分 約8km</p> <p>コース:西国分寺駅→姿見の池→日立中央研究所庭園の側道(遊歩道)→都立殿ヶ谷戸庭園(とのがやと)(昼食)→一里塚→不動明王碑→お鷹の道→真姿の池湧水群→武蔵国分寺・仁王門・万葉植物園→薬師堂→都立武蔵国分寺公園→西国分寺駅</p> <p>★今年の80歳のお祝いは大山ではなく、「こくぶんじ恋の道」です! 80歳を迎えられた5名の方々をみんなで祝福しましょう。豊かな緑と湧水を楽しむことのできるコースです。姿見の池、真姿の池にあなたはどの様に映るでしょうか?殿ヶ谷戸庭園は高低差を巧みに利用しています。崖の上の明るい芝生地と崖下の湧水池、樹林で雰囲気が一変する造園手法がみどころのひとつです。 申込み:吉越 090-2750-0034</p>
9 日 (土)	ウォーク 集中	<p>「集中ウォーク」 象の鼻パーク 集合時間は14時</p> <p>★横浜みなとみらい 象の鼻パークに集合 自分でコースを作って集まろう!</p> <p>まずは、伝助にコース登録を! 各自コースを作り伝助に登録 機関紙95号12頁参照</p>
13 日 (水)	ゆったり	<p>【今月の5kmウォーキング】 横浜道を歩く・ウォーキングと中華街でのランチを楽しむ</p> <p>集 合:相鉄線横浜駅1階改札 10時 約5km</p> <p>コース:横浜駅→平沼橋→岩亀横丁→神奈川奉行所跡→成田山別院→野毛の切通し→野毛三丁目公園→吉田橋関門跡</p> <p>★横浜の歴史の道を歩き お昼は中華街でお食事を(2000円位)</p> <p style="text-align: right;">申込み:畠 090-1129-9482</p>
17 日 (日)	一般	<p>旧甲州街道を歩く パート4</p> <p>集 合:京王線東府中駅 10時 約13km</p> <p>コース:東府中駅→大国魂神社→分倍河原→府中本宿→熊野神社→谷保天満宮→南養寺→立川公園→立日橋→日野駅</p> <p>★旧甲州街道九番目の府中宿から十番目日野宿まで歩きます。途中厄除けで有名な大国魂神社や国内最古の上円下方墳のある熊野神社、「ヤボ天」の語源となったと言われる谷保天満宮など見どころが多い。 申込み:平山 080-6600-8825</p>

23日(土)	健脚レベルⅡ	<p>関東ふれあいの道埼玉⑩義経伝説と滝のあるみち <会員限定></p> <p>集 合:西武鉄道吾野駅10時 約8km 歩行時間約3時間半</p> <p>コース:吾野駅→顔振峠(かあぶりとうげ)(538m)→大峰山(622m)→傘杉峠→黒山三滝→黒山バス停(バス)→越生駅</p> <p>★今回は電車で行きます。義経伝説の残る顔振峠からかつて山伏達が修行したといわれる黒山三滝を目指します。 申込み:熊坂 080-1260-5285</p>
28日(木)	一般	<p>絹の道シリーズ 1回目/全4回</p> <p>集 合:JR八王子駅10時 約13km</p> <p>★詳細はホームページに掲載します。尚、2、3回目は、12月に実施します。4回目は1月に実施。 申込み:森山 090-3354-8877</p>
30日(土)	一般	<p>神奈川宿ウォーキング 東海道を歩くシリーズ4 限定20名</p> <p>集 合:京急線神奈川新町 10時 12km</p> <p>コース:神奈川新町→長延寺跡→成仏寺→地区センター→幸ヶ谷公園→本覚寺→横浜駅</p> <p>★江戸から三番目の宿場神奈川宿です。長延寺跡から浦島伝説の慶運寺、神奈川にもあった台場跡アメリカ領事館の本覚寺。坂本龍馬の妻「お龍さん」ゆかりの料亭田中屋、神奈川台関門跡まで、名所旧跡を見物しながら歩きます。買い物は「日本橋屋長兵衛」です。 申込み:長廣 090-9138-5925</p>
2019年12月神奈川ウォーキングクラブの予定と見所		
1日(日)	例会	<p>251回例会 もう一つの東海道・湯河原みち</p> <p>集 合:JR 根府川駅9時45分10km 約10km</p> <p>コース:根府川駅→根府川関所跡→豆相人車鉄道駅跡→石橋山古戦場跡→佐奈田霊社→東海道線ビュースポット→早川観音→小田原港→小田原城→小田原駅</p> <p>★箱根越えの姫街道として湯河原みちがありまたは熱海街道ともいわれた古い道があります。頼朝が世に出た石橋山古戦場から根府川関所・根府川鉄橋もあり東海道線のビュースポットからの相模灘は最高です。展望は良く人車鉄道みちなので起伏がありません。平塚富士を目印に歩きませんか。 申込み:平石 090-2162-7178</p>
4日(水)	健脚レベルⅡ	<p>南高尾山稜を歩き学習の歩道で高尾山へ <会員限定></p> <p>集 合:京王線高尾山口駅9時 約14.5km</p> <p>コース:高尾山口駅→西山峠コース→西山峠→大洞山→大垂水峠→学習の歩道コース→高尾山→1号路→ケーブル→高尾山口駅</p> <p>★南高尾山山稜を津久井湖や丹沢山塊の景色を眺めながら縦走します。学習の歩道コースは静かな山歩きが味わえます</p> <p>申込み:中村ゆ 080-3939-5723 L:市村 SL:中村ゆ/山田</p>
7日(土)	やや健脚	<p>振りかえればもみじ・谷 <会員限定> ※前日・当日雨天中止</p> <p>集 合:鎌倉駅東口10時 約10km</p> <p>コース:鎌倉駅→大塔宮→覚園寺ハイキングコース→大平山(159m)→茶屋→獅子舞坂→永福寺跡→護良親王墓→大塔宮で解散</p> <p>★獅子舞坂はもみじ谷ともいわれ紅葉が見事です。しかし道がジメジメして滑りやすいので靴は滑りにくいものを着用してください。 申込み:平嶋 080-5678-3961</p>

11日(水)	ゆったり	<p>【今月の5kmウォーキング】 日本経済を支える一帯のミステリー・サンセットウォーク 集 合:JR 鶴見駅2番線ホーム中央階段下 14時45分 約5km ★コース・見どころはミステリー 申込み:吉越 090-2750-0034 SL青松</p>
18日(水)	平日例会	<p>初冬の洒水の滝と河村城址 集 合:山北駅10時20分 12km (国府津駅9時50分→松田駅10時07分→山北駅10時16分着) コース:山北駅→洒水の滝→河村城址公園→浅間山(248m)→福沢神社→南足柄運動公園→史跡公園→大雄山駅 ★名瀑洒水の滝と河村城址、正月準備がすすむ里山をのんびりと。 申込み:吉野 080-1099-3581</p>
22日(日)	ゆったり	<p>【今月の5kmウォーキング】横浜西口からお城散歩とお城 EXPO を楽しもう 集 合:横浜高島屋正面口11時 約5km コース:横浜高島屋→青木城散策→権現山城昼食と散策→みなとみらい遊歩道散策 お城EXPO自由見学(入場料1900円です。前売り券は1600円) ★横浜の小机城は有名ですが、探せば13もお城がありました。今回は横浜駅に近いお城と旧東海道や竜馬ゆかりの地などを歩き現代のお城とみなとみらいを楽しもう。 申込み:平石 090-2162-7178</p>
26日(木)	ゆったり	<p>今年最後のウォークと忘年カラオケ(雨天決行) 集 合:JR川崎駅改札前(時計台前)午後2時 約5km コース:川崎駅→駅隣接ホテル、高層ビル建設現場→東芝未来科学館→さいか屋跡地→川崎球場跡地→カルッツ川崎→稲毛神社→川崎市庁建設地→東海道川崎宿交流館→カラオケ会場 ★本年最後を懐かしみクラブ内の忘年会を企画し、新しく変化を遂げる川崎駅近隣をウォークして、来年の飛躍を図るため忘年カラオケを開催します。スケジュールを調整してご参加ください。21時頃迄は盛り上げましょう。食事付飲み放題で会費4千円です。 申込み:青松 090-4951-7258</p>
<p>◎ゆったり・・・6km以下程度+見学 ◎一般・・・6km～15km程度 起伏の少ない平坦コース ◎やや健脚・10km～20km程度 リーダーの承認は不要 ◎健脚・レベルⅠ 低い山道(標高差200～500m程度) ・レベルⅡ 標高差300m程度以上 ・レベルⅢ 標高差700m程度以上 ★参加費・・・500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、中止の場合・・・一斉メール・電話にて連絡</p>		<p>・やや健・健脚コースは会員限定 ・スポーツ保険に加入している事 ・健脚コース初参加の方はリーダーの承認を得る事、但し参加をお断りする場合もあります。 ・詳細はHP「コース基本分類表」を参照</p>
<p style="text-align: center;">マナーを守りましょう</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。 ★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。 ★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

この頁はいままで事務局連絡の頁でしたが、事務局長不在にて会長が兼任をするため、名称を「各部からのお知らせ」に改め、各部が責任をもって掲載しています。

★集中ウォーク2019

伝助に登録して、集中ウォークに参加しましょう。

実施日:2019年11月9日(土) ・象の鼻パーク14:00集合

距離、時間、難易度など制限は有りません。

自由に楽しいコース作りをしましょう。詳細は12頁又はHP参照。



★「神奈川ウォーキングクラブリーフレット」リニューアル

品切れとなっていたリーフレットを刷新し、皆さんにお届けします。

従来三つ折り内側にあった全国ウォーキング協議会の紹介を変更し、神奈川ウォーキングクラブの紹介を増やしました。写真も多くして、見て楽しさが伝わるように工夫しました。友人、ご近所、出先で知り合った方などに差し上げて、新規会員の勧誘にお役立て下さい。

★会員の異動

2019年9月21日現在
男性 59名 女性 59名

新入会員さん紹介

会員NO. 375

吉田敬子さん・川崎市在住

甲州街道に参加して



★山岡先生ご著書紹介

『「地図作りを支えた技術者たちの道」―測量・地図150/2年史―』
神奈川ウォーキングクラブ顧問の山岡光治先生が、「日本で一番重い遺書」としてこの度自費出版されました。

お上の命令のまま、明治以降外地での地図づくりに精を出してきた者の足跡を残す、国会図書館などにご自身の「遺書」とも言える最後の一冊を残す、との気持ちを表されたそうです。

A4判、約720p 重さ1,9kg、価格は送料込み 6,000円。

ずっしりと重く、自称「日本で一番重い遺書」の所以だそうです。

購入希望の方は、住所・氏名・電話番号明記の上メールでお申込み下さい。 山岡先生連絡先 電話:029-830-7511

メール:cerro-monta@khf.biglobe.ne.jp

★運営委員パソコン講習実施

去る 8月28日クラブ事務所に於て、運営委員でパソコン(PC)講習を行いました。

運営委員会の仕事にPCは必需品です。とはいえ、運営委員全員がPC得意とは言えず、また普段行っている操作にも実は分からない事が有り、今更人に聞けない等いろいろ悩みを抱えています。

そこでこの度、PCに詳しい運営委員・平山さんを講師にPC講習会を始める事になりました。全運営委員のスキルアップで、今まで以上に、仕事が円滑かつスピード感を持って行える事を目指します。

因みに今回は、基本用語の確認、ファイルの保存・整理・活用、各種キーの機能を中心に教わりました。講師の、良く整理されたレジュメと説明で、有意義な講習でした。

次回予定 実施日:11/29講習内容:「伝助の作り方・修正の方法」