

# ウォーキングだより

第104号

発行日2021年 3月25日



2020年12月16日(水) 第268回平日例会 瀬谷の雑木林を歩く 22名参加

## 例会

- 10 275回5月例会予告
- 11 276回6月例会予告

## その他

- 1 バーチャルツアー ヨセミテ国立公園
- 2 Hitori de walk みんなでリモート⑦
- 3 Hitori de walk みんなでリモート⑧
- 4 Zoomウォーキング 山岡先生外国人遊歩道
- 5 元気確認ウォーク⑧
- 6 Hitori de walk 吉田
- 7 運営委員会報告
- 8 5月・6月予定
- 9 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

〒221-0045 横浜市神奈川区神奈川 2-14-16 トーリックビル 301 神奈川県スポーツ連盟内

電話 045-534-5553 F A X 045-534-5554

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

# 感動の世界遺産ヨセミテ国立公園& サンフランシスコへ バーチャル弾丸ツアー

2021年1月24日(日) 16:00~17:30  
メインのリモート会場は神奈川県スポーツ連盟事務所

【参加者】吉越 平嶋 荒波 五十嵐志 平石 大平 高橋文 菊池 熊島 佐藤繁 長谷川 宮野 小田 脇坂 吉岡 鈴木孝 内海 鈴木美 佐々木貴 佐々木忠 ブラウンあつこ 鈴木宏 柏木 篠 計24名  
その他の参加者/スキー10人 労山1人 ランニング2人 ウォーク1人 全国の仲間 4人 県連盟・全国連盟3人 総計45名

神奈川を出発した一行はアッという間にサンフランシスコ空港へ。着陸はスムーズにうまくいきました。カリフォルニア農場の白いアーモンドの花など眺めながらヨセミテの入り口にバスで到着。ヨセミテ溪谷に息をのみながら花崗岩(一枚岩)として世界最大のエル・キャピタン、ハーフトーム、ジャイアントセコイアの巨木の森などあちらこちらに連れて行ってもらいました。地質学のことにもまで及ぶ宮川さんの説明は続きます・・・。

## ■五十嵐志郎

ヨセミテツアーの企画&実施をして頂きありがとうございました。お陰様で臨場感を感じながら旅することができました。新型コロナウイルスの感染が広がっている中、とても良い企画でした。懐かしい皆様のお顔も拝見できました。事務所の皆さんが旅行の服装で出発セレモニーをしたのはこっていました。流石と思いました。これからの企画も楽しみにしています。

## ■平嶋美保子

大変な準備をして企画していただいたヨセミテバーチャルツアー、行ってきました。何といっても良いのは疲れない、短時間で行けて旅行気分になれる。ベテランガイドさんからの説明も受けられた。それにしても現地の空気が吸えるのはいつ頃になるのだろうか？

## ■岡本 清(愛知ウォーキングクラブ)

オンラインで旅行できるなんて想像もしていなかったのが驚いています。愛知では緊急事態宣言が出ているため健康マージャンもできません。とても残念に思っています。そんな中で素晴らしい企画ありがとうございました。やはり、ガイドさんがいたことで実現したのですね。これからはいろんな工夫で繋がりを大切にしていきたいです。

まるでスペースシャトルで突入するかのような、弾丸ツアーだぁ！

搭乗口 1: 東神奈川トリックビル 3階 事務所  
搭乗口 2: ご自宅玄関口

サンフランシスコ  
空港の滑走路が  
見えてきた！



ガイドの宮川秀久さん  
横浜モルゲンロート SC 所属  
ヨセミテガイド歴5年

リモートで45人の感動！

■高橋文雄

コロナ禍での行動自粛要請の中、そのストレスを緩和すべくこの様な興味深い大規模な企画を運営実行された皆様方に深く感謝申し上げます。

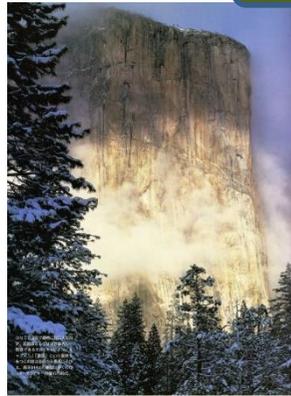
日本では一寸見られないようなスケールの大きい、そして珍しい沢山の景観・風物をZoomを通して観光させていただき、興味津々の1時間余でした。特にジャイアント・セコイヤ大瀑布は圧巻でした。是非とも早期に実物に直面したいものだと思っております。

■仁木義雄(悠遊スキークラブ)

Zoom は初めてでしたが、おかげさまで無事参加でき楽しかったです。新しい経験でしたが、ガイドしていただくと実感ができ、行ってみたいと思いました。宮川さんには12月の志賀高原のオープニングで講習をしていただき、楽しく滑ったところでした。

■黒田一郎(だいすきークラブ)

コロナ禍で海外旅行なんてとても行けそうになかったから、いい気分転換になりました。23年前にいったサンフランシスコも懐かしかったです。ガイドもとてもよかったです。ありがとうございます。



ヨセミテ渓谷西端で最初に目に入るエル・キャピタン

ヨセミテ絶景スポット グレーシャー・ポイント



■宮野康彦

40年ぶりぐらいに懐かしいヨセミテを拝見する事ができ本当に感動いたしました。まだあんなに立派なホテルもない時に、テントに泊まってクマと遭遇したりした思い出がよみがえりました。

1970～1974年までアメリカにいましたのでとても懐かしい思い出でした。

私は当時LAに2年コロラドに2年住んでいましたので、ヨセミテにはプレスノと言うところから入る為、宮川さんとは違った方向から行っていました。またコロラドのアスペンにも2年いたのでLAに帰る時にはいつもラスベガスから、リノというところを通りヨセミテの裏側の道を走って帰りました。ヨセミテには3回も行ったほど大好きな場所です、今回はまた感動いたしました。

先日は宮川さんともお話をしたかったのですが、パソコンの画面が切れたり、雑音があったりしてしまっていたのであえて聞いているのみでした。

しかし今回のヨセミテの旅は青嶋さんと吉越さんのおかげで参加でき、本当に感謝しています。

宮川さん、リアル ヨセミテ楽しみにしています！



宮川さん サンフランシスコ在住の頃



ヨセミテ滝

■上野幹生(全国ウォーキング協議会事務局長)

初めての弾丸ツアー参加させていただきありがとうございました。グーグルアースにはこのような使い方があるのかと感心しました。



## 旅の記念 集合写真撮りました！

若かりし頃の熊島さんヨセミテトンネルツリーにて



## チャットへのアクセス紹介



- ◆とても楽しかったです。音声時々途切れたのが残念ですが、行ったことのない所に行けてとても良かったです。
- ◆コロナ禍無料で、こんなに楽しいツアーに参加できて良かった。
- ◆スキーガイドツアーお願いします。宮川さん良かったです。
- ◆音声時々悪く、聞き取れない事もりましたが、初めてのアメリカ大陸でした。アメリカでもボートに住めるんですね。
- ◆雄大な自然に感動です。地球の歴史を感じることができました。

- ◆志賀高原でお世話になりました。ヨセミテ行きたくなりました。
- ◆宮川さん、ありがとう。
- ◆お疲れ様です。弾丸ツアー、ありがとうございました。
- ◆こういった種目のコラボもズームだとできると思いましたので今後とも宜しくお願いします。
- ◆コロナ禍で海外旅行なんてとても行けそうになかったから、いい気分転換になりました。23年前にいったサンフランシスコも懐かしかったです。ガイドもとてもよかったです。ありがとうございました。

## 神奈川県連盟の種目交流 2回目 盛り上がりました！

リモートで36か所が繋がるという大がかりなバーチャルヨセミテ海外旅行となり、直前まで音声や映像を心配しながら開催しました。皆様のご協力でコロナ禍楽しいひと時を過ごすことができうれしく思います。ガイド宮川秀久さんの豊富な知識と Google アースの映像準備、東京ウォーキングクラブ青嶋繁太郎さんの粘り強く親切丁寧な Zoom サポートに助けられました。それから、会場へ雨具や帽子、リュック姿で登場して下さった皆さん、ツアー気分の演出ありがとうございました。本当に夢のような海外旅行ができました。（吉越悦子）

宮川さんからお誘い  
日光ハイキング&温泉  
日時・7月11日(土)～12日(日)  
奥日光戦場ヶ原を歩きます。  
横浜から貸し切りバス「こまどり  
交通」費用6600円  
後日クラブで募集します。

# Hitori de walk みんなでリモート 第7回 2021年1月

開催期間:2021年1月1日(金)~30日(土)

参加者:吉越(L) 平石 伊藤眞 佐藤繁 桑名 計5人

リモート参加/吉越 平石 計2名

**佐藤繁:**★1/4(月) 自宅 9:30→第三京浜入口→新城駅傍→江川セセラギ緑道→元住吉ブレイム通→11:10 元住吉/溝口→11:45 自宅

12000歩 7.2km

★1/16(土) 自宅 9:30→溝口駅裏→平瀬川→殿下橋→堰下→東名向丘バス停→土橋→11:25 宮前平/溝口→自宅 11:45

12600歩 7.6km

**桑名:** 1/25(月) 北区内降りた事ない駅2弾 自宅~王子駅~電車~志茂駅下車~西蓮寺~志茂熊野神社~荒川治水資料館~旧岩淵水門(赤門)~岩淵船着場~八雲神社~赤羽岩淵駅~赤羽駅~電車~自宅 12200歩 8.5km

**平石:** 1/30(土) 自宅→俣野公園→天王の森公園→境川遊水地公園→鎌倉古道→いずみ中央遊水地公園→いずみ川散策路→天王の森→俣野公園→自宅 /感想:月末になってお天気が幸運にも回復したので、天王の森の野草の園で福寿草開花を楽しみました。いずみ川を上流に向かいましたが節分が近づき空気にいぶきを感じました。コロナの感染も警戒される時節ですが、歩くことが健康の最大の力との自説信じて今まで通り歩き続けます。

24000歩 約15km

**伊藤眞:**★1/20(水)自宅KSP前<バス>溝の口駅→<バス>東高根公園 クヌギ・コナラ林→ピクニック広場→見晴台→あきくさ広場→子供広場→緑ヶ丘霊園→東高根森林公園→古代植物園→古代芝生広場→古代植物園→花木広場→ピクニック広場→森林公園前バス乗り場→溝の口駅 9100歩

★1/21(木)溝の口神社初詣と買い物 2900歩

**吉越:** 1/29(金) 三崎口駅→バスで城ヶ島→水仙を楽しむ→バスで三崎口駅 /感想:数日続いた悪天も回復し紺碧の海の向こうに「火の島・大島」が見えました。マスク越しに届く水仙の香。中村屋さんの『まぐろてんこ盛り丼』は本日特にてんこ盛り。

3000歩 約2km

下/小山文裕さんがコロナ禍でのスケッチを送ってくれました。



旧岩淵水門(赤門)



いずみ川で平石さん



溝の口神社



『火の島へ一帆目指すよ芋の露』

角川源義の世界へ



元住吉駅前の音楽隊像

ホームページよりコピー

# Hitori de walk みんなでリモート 第8回 2021年2月

開催期間:2021年2月1日(月)~28日(日)

参加者:吉越(L) 平石 佐藤繁 吉田正 計4人

(リモート参加/吉越 平石 計2名)

## 平石

中学生のころ親しんだ境川を歩きます。

2/28(日) 自宅 7:00 発→境川→山菜とりふきのとう→瀬谷本郷公園でTEL、呼び出しで引き返す→自宅 33000歩 20km



徳善寺の仁王門

平石撮影



境川の土木事務所の古い石柱、ここで下流は藤沢が担当、上流は厚木土木事務所

## 佐藤繁

2/5(金) 自宅9:30→二子塚跡→二子新地駅→諏訪神社→明王院→小黒恵子記念館→東高津小→正福寺→安養院→御嶽神社→11:30自宅 11400歩 6.9km

2/11(木) 自宅 9:20→二子新地駅→大山街道(二子神社→光明寺→国木田独歩碑→大山街道外館→溝口神社→宗隆寺→大山道標→ネモリ坂→笹ノ葉地藏)→梶ヶ谷第1公園→11:15梶ヶ谷駅→溝口駅→11:35自宅 12200歩 7.3km

2/19(金) 自宅9:25→溝口駅裏→平瀬川→神木→平中→トシヨリ谷戸→11:30初山バス停/溝口→12:10自宅 13000歩 7.8km

2/24(水) 自宅 9:00→川崎北税務所→養福寺→影向寺→能満寺→矢上川→11:10子母口住宅バス停/溝口→11:50自宅 12500歩 7.5km

## 吉田正

2/14(日) 自宅(出発:10時)→阿久和川源流→三ツ境商店街→泰心寺→笹野台商店街→笹野台北公園→徳蔵寺→旧中原街道→中原街道→下川井三嶋神社→浄願寺→中原街道→野境道路→三ツ境駅(バスで帰宅:16時頃)、歩数22000歩(約16km)

## 吉越

2/21(日) 自宅→三浦海岸駅→自宅/感想:河津桜の夜桜見物に出かけたが緊急事態宣言下のため並木道、駅周辺ともライトアップはされていませんでした。寂しかったです。歩数5500歩 約4km

2/27(土) 自宅→近所の知らない道を散歩→高梨農園→菊名海岸→自宅 /感想:大寒桜が咲き始めていた。日照りは強いが北風がとても寒い午後でした。歩数12000歩 約8km



吉越撮影

幹の周りを農家の資材で囲まれた桜間もなく満開を迎える不思議な光景



## コロナ禍 神奈川県スポーツ連盟種目交流(第3回)開催

外国人遊歩規程標石をたどりながら小山歩き リモートウォーキング(距離約11km)

2021年2月25日(木) Zoom 利用にて23ヶ所から参加

参加者: 吉越 平嶋 五十嵐志 高橋 平石 内海 ブラウンあつこ 篠 宿澤 計9名

その他・・・スキー ランニング 東京 W 愛知 W 県連盟・全国連盟 計17名 総計26名

第1回種目交流は「旧東海道・神奈川宿を歩く」を11月に20名でリアル開催、第2回は「弾丸日帰り 世界遺産ヨセミテツアー」を Zoom にて45人で開催。コロナ禍の種目交流はこれで3回目となりました。最近クラブに入会された方にとってはいろいろな種目が加盟している組織だと実感されたと思いますし、長く在籍している方にとってもリモート画面やチャットでのやり取りにも親しみをもたれたのではないのでしょうか。



さて、講師の山岡光治先生は講演、街歩

きなどを通し地図の楽しみ方を伝える活動を続けてこられ、神奈川と東京のウォーキングクラブは街歩きで40回を超えるほど案内していただきました。

先生が作られた今回テーマのパワーポイント頁数は全部で74枚。「外国人遊歩規程」とはどのようなものかを、過去の曾我山ウォーキングで掘り起こした「標石」を証として解説してくれました。Zoom からの画像であっても曾我山から小田原方面の景色に高いところまで登ってきたんだと感じ、みかんの枝

や梅林では清々しさを感じることができます。途中「もぐもぐタイム」(先生命名休憩)が画像に合わせて2回あり、よく工夫された楽しい進行となりました。最後の質問タイムでは「三角点」について多く出され、先生から1等、2等、3等三角点の違いについて説明を受けました。吉成理事長は最後に「先生の話のリモートで聞いていて、これを中学の時に聞いていたらどんなに歴史が好きになっただろう」と話すと共に、今までの種目交流の取組を紹介し、次回の企画を楽しみにしていますと挨拶しました。パソコンの中から先生と一緒に「標石」を掘り起こして、明治の初期に外国人が箱根や熱海に行きたがったこと、十里(約40キロ)を再測定した歴史の事実を肌で知ることができました。東京の青嶋さん、今回もありがとうございました(吉越悦子)



### チャットより

**小神純子:** 有難うございました。この様な目線で山を見たことがなかったので新しい発見でした。

**千尋広瀬:** 有難うございました。。ビックリしました。こんなに地図に人々の情熱と意味が込められているなんて。

**内海栄子:** 有難うございました。4日ほど前に歩いたところでしたがミカン畑と別所梅林のみの散策でした。新しい視点ができてとても興味が出てきました。

**五十嵐志郎:** 1等、2等、3等三角点の違いはどのようにして決めるのでしょうか？

**岡本 清:** 有難うございました。東海ブロックもこうした交流が出来る事を楽しみにしています。今度の東海ブロック会議で今日の体験を紹介します。

**平石:** 若かった頃からずっと三角点ハンターの自分は、先生が穴を掘ると石が出てくるのに驚きました。

PPT に映っている当時の写真から市川清治さんなど懐かしさが甦りました。西湘の小田原はお城もたくさんありとても興味が沸きます。二宮の台山が地元の農民により散策路を封鎖されましたが、開通しているか探しに行きましょう。

# 元気確認ウォーキング⑧ 金目川サイクリングロードを歩こう

日 時:2021年3月15日(月) 晴 1万8000歩 12.5km

コース:平塚駅西口→見附町広場→平塚四丁目歩道橋→桜ヶ丘公園→金目川左岸→鈴川左岸→玉川橋→東雲橋→川井公園→河内川→金目川サイクリングロード→花水橋→錦町公園→平塚駅西口  
参加者:河野(L) 高橋文 小野里 野村 市村 阿部 合計6名

**市村:** 平塚駅西口にこの日の参加者6人が集合して8時55分にスタート。旧東海道に出て平塚宿の江戸見附跡があった広場でストレッチ、河野リーダーがコース説明をして、平塚宿本陣があった西方向へ、「この辺和菓子屋さんが多いね」などと話しながら進みました。国道1号に出て平塚四丁目歩道橋橋上へ、ここは河野さんお薦めの「湘南平、富士山、大山」が一望できるビューポイント、富士山を背景に集合写真を撮りました。桜ヶ丘公園で小休止、金目川、鈴川の左岸を上流へ。吉野桜の開花はもう少しでしたが早咲きのオオシマ桜を楽しむことができました。玉川橋と東雲橋を渡り、川井公園で小休止。住宅街を歩き河内



川に出て下流へ進みました。広大な山下県営住宅、湘南平を右手に見て金目川右岸へ。桜並木が続く金目川サイクリングロード、桜はあと1週間ぐらいで見頃になりそうでした。東海大の長距離選手の練習コースのようで凄いスピードですれ違っていきました。花水橋を渡り、「カンパーニュ」で「大山登山御用達のロールケーキ」を購入して錦町公園でクールダウン。13時丁度に平塚駅西口へ到着しました。3ヵ月ぶりの仲間とのウォーキング、歩いた感ありの1万8000歩、12.5kmのウォーキングでした。「次回早めの開催で花見ウォーキングをしよう」ということで日程調整、4月2日に「湘南平花見ウォーキング」を行うことにしました。



**野村:** 久しぶりに仲間と会い、一緒に歩いて元気をもらいました。

~~~~~

ずっと自粛していたウォーキング、小人数で市内なので思い切って実施しました。青い空に満開の真っ白な「オオシマザクラ」が良く映えました。3時間近く歩いたのですが快い疲れです。なにより仲間としゃべり歩いたのが何よりのストレス解消になりました。<河野>

投稿者：吉田 正勝

実施日：2021年2月14日（水） 天候：曇り時々晴れ 22000歩 約16km

今回歩いたコースは相鉄線三ツ境駅の界隈ですが、この駅の南側は瀬谷区であり北側は旭区となっています。

最初は、瀬谷区側の泰心寺を訪ね、次いで旭区側の徳蔵寺、下川井三嶋神社及び浄願寺を巡りました。お寺はいずれも住宅街の中にあり、山門も本堂らしき瓦屋根の建物もなかったので、探し当てるのに予定した以上の時間を費やしました。

朝10時に自宅を出発し、帰路は三ツ境駅でバスに乗り帰宅したのは午後4時でした。



最初に訪れた、**楽音山泰心寺**です。

自宅を出発後、三ツ境駅前商店街の脇に入った住宅街を歩き回って、探し当てました。一見個人住宅のようですね！ここは、人形供養などもしてくれるお寺です。

次に訪れたのは、旭区側の**恵光山徳蔵寺**です。

駅から北の笹野台商店街を歩き笹野台北公園で昼食の後、このお寺を探しました。住宅街の平凡な一軒家の玄関に、“恵光山徳蔵寺”と書かれた看板があったので、お寺と確認できました。



ここは、**下川井三嶋神社**です。

徳蔵寺の北には、追分市民公園沿いに“旧中原街道”があり、出口には家康が江戸入りの時にこの道を利用した旨を記す標柱がありました。保土ヶ谷バイパスのガード下を潜って間もなく、この神社がありました。



最後に訪れたのは、**浄土真宗浄願寺**です。

三嶋神社から現在の中原街道の反対側にある坂を上るとこのお寺がありました。境内にいたお坊さんが私に気づき参拝を勧めてくれました。私は本堂に入り、**祭壇**(写真参照)の前でお参りをしました。それから、お坊さんと仏教談義をした後、帰路に就きました。



## 2020年度1月臨時運営委員会報告

日 時:2021年1月6日(水)～9日(土)

### ■これからのウォーキングについて

現在、1月20日までのウォーキングを中止しているが、1月7日の1都3県への「1月8日から2月7日まで」の緊急事態宣言発出を受けて、2月7日までのウォーキングを中止とする。

## 2020年度1月臨時運営委員会報告

日 時:2021年1月21日(木)18時55分～20時55分(ズーム会議)

出席者:議長/吉越 書記/市村 平石 高橋 平嶋 熊坂 平山 奥村 畠 9名

### ■これからのウォーキングについて

2月13日の「南山縦走冬のひだまりハイキング」と2月17日の「第271回例会鎌倉の小路を歩き梅めぐり」は中止する。2月20日「弘法山プチハイキング以降のウォーキングは、2月に入ってから実施判断する。

## 2020年度第8回運営委員会報告

日 時:2021年1月27日(水)15時00分～17時10分(ズーム会議)

出席者:議長/平石 書記/市村 吉越 高橋 平嶋 熊坂 平山 奥村 畠 9名

### ■2021年度会費とスポーツ保険料納入について

昨日、ウォーキングだよりを郵送しました。その中に2021年度会費とスポーツ保険料納入についてのお願いと振込用紙を同封しました。

### ■2021年全国ウォーキングフェスティバルin箱根の開催可否について

コロナ禍の中で総合的に判断して中止したほうが良いと判断。関東ブロック会議に神奈川の意見として中止を提案する。

## 2020年度2月臨時運営委員会報告

日 時:2021年2月5日(金)19時00分～19時55分(ズーム会議)

出席者:議長/吉越 書記/市村 平石 高橋 平嶋 熊坂 平山 奥村 畠 9名

### ■これからのウォーキングについて

2月2日、11都府県に2月7日まで発令中の緊急事態宣言を、栃木県を除く10都府県で3月7日まで延長することを決めました。これを受けて2月20日と2月23日のウォーキングは中止。3月以降のウォーキングについては2月24日の運営委員会で開催判断する。

## 2020年度第9回運営委員会報告

日 時:2021年2月24日(水)15時00分～16時50分(ズーム会議)

出席者:議長/高橋 書記/市村 吉越 平石 平嶋 熊坂 平山 奥村 8名

### ■第272回例会「相州小出七福神めぐり」(3月6日)について

3月7日まで宣言期間中なので3月6日は実施しない。3月8日に延期して開催する。

### ■2021年度会費とスポーツ保険料納入について&退会申込会員の確認

会員134人中、57人が入金済み。今後のコース中止連絡をするときに「会費入金3月20日まで」と周知する。

### ■2021年全国ウォーキングフェスティバルin箱根の今後の取り扱いについて

2月7日の関東ブロック会議で中止を確認。

### ■第21回定期総会について

総会日程は5月29日(土)、書面または集合総会とする。

## 2020年度3月臨時運営委員会報告

日 時:2021年3月4日(木)

### ■「緊急事態宣言延長の場合のウォーキング」について

「緊急事態宣言が延長された場合、期間中のウォーキングは中止」を確認しました。(政府は3月5日、1都3県の緊急事態宣言を3月21日まで延期すると決定)

## 藤の花の香りを求めて

日時:2021年5月1日(土)

集合:JR 田浦駅 9時45分 10時出発 約11km

コース:田浦駅→のの字橋→十三峠→塚山公園→木古庭公園→横須賀しょうぶ園  
→栄町公園→JR衣笠駅(15時頃解散)

持ち物:弁当、飲み物、敷物、雨具、歩数計、健康保険証

★十三峠や塚山公園から横須賀の港を眺め、いよいよ藤の花を見に行きます。横須賀しょうぶ園はもちろん菖蒲の花が有名ですが藤の花も11品種、250本植えられていて見事です。殆ど舗装路を歩きますが多少アップダウンがあります。



塚山公園から港を望む



塚山公園内の三浦按針の墓



しょうぶ園の藤の花



[参加費] 一般800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] 045-534-5553 (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 045-534-5554

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

## 磯子の森から南区の丘への散策

2021年6月6日(日)

集 合:JR根岸線 磯子駅 9時45分 10時出発 約 10km

コース:磯子駅→久良岐公園(能舞台)→岡村公園(岡村天満宮)→三殿台(さんとのだい)公園→三殿台遺跡→勝国寺→蒔田公園→清水ヶ丘公園→常照寺→京急南太田駅

★森の緑を愛でつつ、付近の古刹を訪ねます。日本庭園・草花・野鳥の観察等を楽しみましょう。

持ち物:お弁当・飲み物・敷物・雨具・歩数計・健康保険証等



悠久の歴史が残る三殿台遺跡



「横浜の鬼子母神」常照寺



清水ヶ丘公園の丘の上に立つ1本のエノキ



勝国寺

[参加費] 一般800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] 045-534-5553 (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 045-534-5554

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

## 2021年4月神奈川ウォーキングクラブの予定と見所追加

|                |                                      |                                                                                                                                                                                     |
|----------------|--------------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 3<br>日<br>(土)  | 主<br>催<br>関<br>東<br>フ<br>ロ<br>ッ<br>ク | <p>千葉県ウォーキング協議会主管 山岡先生とリモートウォーキング</p> <p>★千葉県鴨川市にある大山千枚田 開催時間14時から15時30分(途中退出可)</p> <p>Zoom のダウンロードが必要です。サポートしますので声をかけてください。</p> <p style="text-align: right;">申込み:Googleフォームにて</p> |
| 17<br>日<br>(土) | 主<br>催<br>関<br>東<br>フ<br>ロ<br>ッ<br>ク | <p>東京ウォーキングクラブ主管 山岡先生とリモートウォーキング</p> <p>★養老溪谷へ川廻し地形を見に行く。開催時間14時から15時30分(途中退出可)</p> <p>Zoom のダウンロードが必要です。サポートしますので声をかけてください。</p> <p style="text-align: right;">申込み:Googleフォームにて</p> |

## 2021年5月神奈川ウォーキングクラブの予定と見所

|                                        |                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------------------------------|------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 1<br>日<br>(土)                          | 例<br>会           | <p>第275回例会 藤の花の香りを求めて</p> <p>集 合:JR田浦駅 9時45分 約11km</p> <p>コース:田浦駅→のの字橋→十三峠→塚山公園→木古庭公園→横須賀しょうぶ園→栄町公園→JR衣笠駅</p> <p>★十三峠や塚山公園から横須賀の港を眺め、いよいよ藤の花を見に行きます。横須賀しょうぶ園はもちろん菖蒲の花が有名ですが藤の花も11品種、250本植えられています。殆ど、舗装路を歩きますが多少アップダウンがあります。</p> <p style="text-align: right;">申込み:熊坂 080-1260-5285</p>                                                                                                                                         |
| 7<br>日<br>・<br>12<br>日<br>~<br>15<br>日 | 平<br>和<br>行<br>進 | <p>2021国民平和大行進・・・一歩でも二歩でも歩こう・・・5コース<br/>(実施未定 その場合はホームページで発表します。)</p> <p>① 5/7(金)六郷土手駅14時集合・川崎市役所まで(16時着予定)</p> <p>② 5/12(水)神奈川県庁前13時30分集合(出発13時50分)→蒔田公園→上大岡駅16時30分着予定 約12km</p> <p>③ 5/13(木)集合:市営地下鉄立場駅10時・深谷通信基地→ユーコープハーモス深谷店(昼食)→小雀公園(休憩)→本郷台</p> <p>④ 5/14(金)三浦市役所9時集合</p> <p>⑤ 5/15(土)葉山町役場9時30分集合・平和行進の最大重点行動大船観音まで</p> <p>★いずれのコースも途中離脱可。各コースは月間かながわ又はHP参照、</p> <p style="text-align: right;">申込み:平石 090-2162-7178</p> |
| 8<br>日<br>(土)                          | 一<br>般           | <p>相模川を遡るパート②</p> <p>集 合:JR宮山駅10時 約14km</p> <p>コース:宮山駅→神川橋→市民スポーツ広場→戸沢橋→酒井スポーツ広場→岡田スポーツ広場→旭町スポーツ広場→あゆみ橋→相模三川公園→海老名駅</p> <p>★5月のさわやかな川風を浴びて、のどかな相模川に沿って神奈川中央部まで歩く。</p> <p style="text-align: right;">申込み:平山 080-6600-8825</p>                                                                                                                                                                                                   |
| 12<br>日<br>(水)                         | ゆ<br>っ<br>た<br>り | <p>由比ガ浜へと注ぐ滑川を渡って....ヘルシーランチ!!</p> <p>集 合:鎌倉駅東口 10時 約6km</p> <p>コース:鎌倉駅東口→下馬四ツ角→延命寺→琵琶橋(鎌倉儒教)→えんま橋→啓運寺→妙長寺→乱橋(鎌倉十橋)→久品寺→光明寺→材木座海岸→開放的なギャラリーカフェ『ジャックと豆の木』→鎌倉駅西口</p> <p>★『ジャックと豆の木』でヘルシーランチとケーキタイム お店の HP を覗いてみてね!</p> <p>人数によっては近くのお店に分散します。 申込み:吉越 090-2750-0034</p>                                                                                                                                                           |

|                                  |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
|----------------------------------|--------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 15日(土)                           | 一般     | <b>三浦半島周遊シリーズ⑩</b><br>集合:京急三崎口駅10時 約13km<br>コース:三崎口駅(バス)→荒崎入口→長友→東福寺→佐島港→天神島→十二所神社→秋谷海水浴場→立石公園→子産石(こうみいし)→長者ヶ崎(バス)→JR逗子駅<br>★ゆったりとした相模湾そして箱根連山と富士山等の眺望が素晴らしいです<br>申込み:高橋文 080-1115-4849                                                                                                                   |
| 22日(土)                           | 健脚レベルⅡ | <b>小涌谷から湯坂路で石仏群へ</b><br>集合:箱根登山鉄道小涌谷駅 9時30分 10km<br>コース:小涌谷駅(標高523m)→千条ノ滝→浅間山(標高802m)→湯坂路→鷹巣山(標高834m)→芦之湯☪→国道1号最高地点(標高874m)→石仏群→精進池→石仏群と歴史館→お玉ヶ池→箱根旧街道→元箱根港(バス)→箱根湯本駅<br>★千条ノ滝は、高さ3mほどですが幅20mにわたって湧出する地下水がすだれ状に落ちる優雅な滝です。鎌倉時代の石仏群が残る古道をたどり芦ノ湖へ下りて元箱根港へ。トレッキングシューズの着用をお願いします。<br>申込み:河野 090-5201-0867 L:市村 |
| 23日(日)                           | Zoom   | <b>全国ウォーキング協議会主催 弾丸パーチャルリモートツアー「英国運河の旅」</b><br>★14時開催 羽田空港からヒースロー空港へ、その後ロンドンを見学してイングランド中央部へ。ナローボートで運河の旅をします。ガイドは会員のブランあつこさん。<br>申込み:吉越 090-2750-0034                                                                                                                                                      |
| 29日(土)                           | 総会     | <b>第21回神奈川ウォーキングクラブ定期総会</b><br>開催場所:神奈川県スポーツ連盟内または、新型コロナウイルスの感染状況により書面とリモートによる開催 開始14時~16時30分 受付13時30分                                                                                                                                                                                                    |
| <b>2021年6月神奈川ウォーキングクラブの予定と見所</b> |        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                           |
| 1日(火)                            | ゆったり   | <b>蛍の幻想的な光景に包まれる至極の時間</b><br>集合:三崎口駅 17時 約5km<br>コース:三崎口駅→北尾根入口→小網代の森(えのきテラスで6時まで時間調整)→やなぎテラス...蛍鑑賞...まんなか湿地→中央の谷→引橋→三崎口駅<br>★アカテガニは何度も観察に行きましたが、はじめての蛍鑑賞です。<br>申込み:吉越 090-2750-0034                                                                                                                      |
| 6日(日)                            | 例会     | <b>第276回例会 磯子の森から南区の丘への散策</b><br>集合:JR 磯子駅9時45分 10時出発 約10km<br>コース:磯子駅→久良岐公園(能舞台)→岡村公園・岡村天満宮→三殿台公園→三殿台遺跡→勝国寺→蒔田公園→清水ヶ丘公園→常照寺→京急南太田駅<br>★日本庭園・草花の観賞そして野鳥の観察等を楽しみましょう。<br>申込み:高橋文 080-1115-4849                                                                                                             |
| 12日(土)                           | やや健脚   | <b>荒井沢市民の森から散在が池、六国見山森林公園へ初夏のハイキング</b><br>集合:JR本郷台駅 10時 約11km<br>コース:本郷台駅→荒井沢市民の森→散在が池森林公園→六国見山森林公園→長窪の切通し→常楽寺→大船ライラック公園→JR大船駅<br>★初夏の花を楽しみながら三つの森を歩きます。最後の長窪の切通しは鎌倉七口ではありませんが短いながら趣のある切通しです。山道もありますのでトレッキングシューズ等歩きやすい靴を着用して下さい。 申込み:熊坂 080-1260-5285                                                     |

|                |          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
|----------------|----------|------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 16<br>日<br>(水) | 平日<br>例会 | <p>第277回平日例会 <b>鎌倉の花さんぽ</b></p> <p>集 合:北鎌倉駅西口 9時45分 10時出発 約10km</p> <p>コース:北鎌倉駅→東慶寺(200円)→鎌倉八幡宮→鎌倉宮→永福寺跡→護良親王墓<br/>→妙隆寺(一時解散)→鎌倉駅</p> <p>★駆け込み寺として知られている東慶寺は、四季折々の花が心安らかにしてくれます。<br/>～特にこの月は種類が多くアジサイ・イワタバコ・イワガラミ・花菖蒲など～<br/>それらをゆっくり鑑賞し、鬱蒼とした「護良親王の墓」などを巡ります。</p> <p>申込み:平嶋 080-5678-3961</p> |
| 19<br>日<br>(土) | 一<br>般   | <p>旧甲州街道を歩くパート9</p> <p>集 合:JR鳥沢駅10時 約9km</p> <p>コース:鳥沢駅→猿橋→猿橋公園→阿弥陀寺(一里塚)→駒橋宿→厄王大権現→<br/>大月駅</p> <p>★相模川の上流桂川に沿って歩くコースです。標高差 100m、全 19 パート中最も歩く<br/>距離の少ないコースです。</p> <p>申込み:平山 080-6600-8825</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
  - ◎健脚コースは、会員限定・スポーツ保険に加入している事、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があります。
  - ◎やや健脚・10km～20km程度 リーダーの承認は不要・標高差100～300mの丘陵コース  
または、15km以上の平地コース
  - ◎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
- 詳細はHP「コース基本分類表」を参照 ★参加費・・・800円 会員は無料



### ☆ウォーキング中の新型コロナウイルス感染防止指針

ウォーキング参加にあたっては神奈川ウォーキングクラブの「新型コロナウイルス感染防止指針」をよくお読み下さい。今まで以上に安全安心を第一に、楽しいウォーキングを行うために皆様のご協力をお願いします。

- ①各自が体調の管理を十分に行い、ウォーキング当日は予めご自身で検温をお願い致します。
- ②発熱後、平熱になってから12日間はウォーキング参加を見合わせてください。
- ③ウォーキング前、ウォーキング中、ウォーキング後にかかわらず大声での発声はご遠慮ください。
- ④終日マスク着用を厳守とさせていただきます。集合写真を撮るときも着用してください。
- ⑤ウォーキング中は一定の間隔をとって歩き、昼食時、給水時も十分に距離を保ってください。飲料を飲む際もマスクを外した状態での会話は避け直ぐにマスクの着用をお願いします。
- ⑥アルコール消毒液(ジェル、ペーパー等)を必ず持参し、こまめな消毒をしてください。
- ⑦ウォーキング中に体調が悪くなった場合はリーダーに申し出てお帰り下さい。リーダーからお声がけする場合があります。
- ⑧基礎疾患(高血圧・糖尿病・心血管疾患・呼吸器疾患等)をお持ちの方は、参加に関しては慎重なご判断をお願いいたします。
- ⑨アフターは当面中止とします。
- ⑩政府方針を検討してその後の方針を出します。
- ⑪帰宅後に、感染が確認された場合は、神奈川ウォーキングクラブへすみやかに連絡してください。

# 各部からのお知らせ

## ★第21回定期総会開催のお知らせ

第21回定期総会を下記のとおり開催します。

日時:2021年5月29日(土)14:00～ 16:30

会場:神奈川ウォーキングクラブ事務所(神奈川県スポーツ連盟内)

(注)新型コロナウイルスに関する緊急事態宣言は3月21日に解除となりましたが、今後のリバウンドも懸念されており、感染状況によっては、昨年のように書面で議事賛否を問い、オンライン開催に変更する事もあります。4月中旬に総会招請状を送ります。

## ★会員の異動

2021年3月20日現在  
男性63名、女性70名  
合計会員数133名

新入会員さん紹介

会員 No.398

宿澤 志壽枝 さん

横浜市在住 HPを見て



Welcome



## ★2020年度退会者のおしらせ

2020年度をもって以下の方々が退会されます。当クラブに対し長年にわたりご支援ご協力頂き有難うございました。退会後も益々のご健勝、ご多幸を祈念申し上げます。

\*退会者一覧(敬称略、3月20日現在届出されている方)

65 饗場洋子、109 平林幹子、125 安永明、235 小山美智子  
239 森川良子、262 山川民子、283 志村廣司、330 長廣康秀  
377 山本壯治郎、378 服部昌司、379 鈴木徳子  
397 佐藤由利子、383 アンドリュウ・ブラウン、392 斉藤竜男

新型コロナウイルス感染症による緊急事態宣言は、「もう我慢できない！」という国民感情もある中、3月21日までで解除されました。クラブでは待っていましたという勢いで、4・5・6月の企画がたくさん用意されました。活動しやすい春から初夏にかけてのウォーキングを『安全に楽しく』進めていきましょう。皆様のご協力をお願いします。

## ★全国交流ウォーク箱根中止

2回目の緊急事態宣言発出後、全国協議会は関東ブロックと纏めた「中止する」の決定をもって各地ウォーキングクラブに意見を聞きました。その結果、「楽しみにしていたが、大勢でのイベントは今は避けるべき」が概ねの意見でした。「2021年全国交流ウォーク in 箱根」は、足かけ3年にわたり開催の是非を検討してきましたが、残念ながら一旦白紙になりました。全国交流ウォークは“コロナ収束後”改めて計画される事になります。

## ★ホームページパスワード変更

HP・会員専用ページのパスワードは、4月下旬を目処に変更します。決まり次第、メールでお知らせします。

