

ウォーキングだより

第125号

発行日2024年9月25日



8/24(土) 花火見物の前に金沢三山を散策 25名参加

目次

- | | | | |
|----------------------------|-----------------------------|---------------------------|-------------------------|
| 2 第326回例会
座間市の湧水群と神社仏閣 | 6 海の公園花火を楽しむ
金沢三山を散策 | 10 富士山学習会
富士山須山口登山道を歩く | 15 運営委員会報告
7/29 8/26 |
| 3 飛竜の滝から鷹巣山へ
鷹巣山夏ハイキング | 7 小仏城山から相模湖へ
3つのハイキングコース | 11 源氏山公園に集合!
集中ウォーク予告 | 16 各部からのお知らせ |
| 4 シチリア島の旅
66人のオンラインツアー | 8 三浦一族を偲ぶ-2-
小田原を訪ねて | 12 予定表2024年11月 | |
| 5 青梅街道を歩く①
新宿追分～中野宿～田無宿 | 9 乙女峠から箱根外輪
縦走ハイキング | 14 予定表2024年12月 | |

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 3F 神奈川県スポーツ連盟内 Tel 045 - 534 - 5553

URL <https://k-walk.main.jp/>

座間市の湧水群と神社仏閣を巡る

2024年9月7日(土) 天気 晴れ 15000歩 約11km

コース : 座間駅→神井戸湧水→浄土寺→専念寺→諏訪明神→鈴鹿明神社→龍源院の湧水→心岩寺
→星谷寺→座間谷戸山公園→番神水湧水→座間神社→宗仲寺→相模線相武台下駅

参加者: 畠(L) 山田(SL) 高橋友(SL) 佐藤ヨシ 勅使河原 吉越 平嶋 常盤 平石 熊坂 高橋文
熊島 山内 栗田 市村 平林 奥村 滝川 岩本 吉岡 鈴木孝 内海 飯田 富矢 山口 芦田
高津佐 佐田 沼津 尾形 小宮山 白田 渡部武 合計 33名

渡部武:座間市！住んでいるところから近かったのですが、初めて訪れて目から鱗でした。

座間市の湧水群は、豊かな自然と清らかな水が魅力的な場所で、訪れる人に安らぎを与える素晴らしい環境でした。特に「名水百選」に選ばれているだけあって、水質の美しさは際立っており、見ているだけで心が洗われるような感覚を覚えました。湧水が流れ出す場所は、周囲に緑が生い茂り、自然の静けさと相まってとてもリラックスできました。

また、座間市の神社仏閣巡りは、歴史や文化に触れながら、静かな時間を過ごすことができる貴重な体験ができました。座間神社をはじめとする各神社仏閣は、古くから地域の人々に大切にされており、その佇まいからは、長い歴史の重みと神聖さが伝わってきました。入会してから2回目の参加でした。自然を満喫し、歴史に触れられたのでとてもいい思い出になりました。



番神水公園で



浄土寺



座間神社

9月に入り一週間が過ぎようとしても、真夏のような気象条件の元で今回の例会は実施されました。

幸いなことに参加者全員が、無事にゴール地点である「相武台下駅」に到着することができました。<畠>

飛竜の滝から鷹巣山夏ハイキング

2024年7月27日(土) 晴れのち雨 16000歩 約8km

コース : 箱根湯本駅→湯本駅バス停(箱根登山バス)→須雲川バス停(標高251m)→(須雲川自然探勝歩道)→畑宿^{標高408m}→(飛竜の滝自然探勝歩道)→飛竜の滝→鷹巣山(標高834m 昼食)→千条の滝→小涌谷駅^{標高523m}(箱根登山鉄道)→箱根湯本駅→小田原駅

参加者:市村(L) 河野(SL) 風間(SL) 勅使河原 平石 熊坂 渡辺ち 丹後 山田 畠 高橋友 三田 加納 大城 高津佐 亀田 飯倉 佐藤し 計18名

早川支流須雲川のせせらぎを聞きながら自然探勝歩道を歩いて一里塚がある畑宿へ。飛竜の滝から標高834mの鷹巣山への健脚LV2夏ハイキング。この日の箱根の気象予報は、晴れのち曇りで16時頃から小雨(0mm/h)、17時頃から弱雨(1mm/h)、最高気温30℃。須雲川バス停でバスを降りて気温30℃、20分間隔で水分補給休憩をしてのハイキング。畑宿バス停へ、気温31℃。山道に入り飛竜の滝へ、気温29℃。鷹巣山山頂の昼食時、予報に反して強い雨が降ってきました。標高差がある宮ノ下駅への下山ルートを変更して、千条の滝経由で小涌谷駅へ下山。当初予定下山時間の15時30分より5分早い15時25分の下山でした。<市村>



高津佐: 須雲川バス停で降り、これから暫し下界と離れ森の中へ入っていく為の体と心の準備体操。まずは江戸時代に敷かれたという石畳から入り、いにしえの人々が歩んだその石に自分の一步を重ねる。その頃の夏の山は涼しかったに違いない。今日の山は風をくれない。そよもしない。それでもかた体中の水分が溢れ出す。そんな中、次第に近づいて来る勢い良く流れる水の音。深い森の緑との調和の中に身を置いていると落ち着くのはなぜだろう。岩場を少し上り現れたのは上段15m下段25mの落差という迫力のある飛竜の滝。鎌倉時代、修験者たちの修業の場だったとのこと、今その滝を真下から見上げている。ボタンを押すと簡単に物事の処理が済んでしまう現代に生きながら少し移動するだけでこうして江戸時代、鎌倉時代といういにしえ

の世界にタイムスリップ出来る。なんて素敵な幸せなことをさせてもらっているのだろう。この自然がくれる感動とそれを共有できる人との出会いを大切にしていきたいと思ひながら、鷹巣山頂上の突然の雨と流れ出る汗でまるで滝行をしたかのようにびしょ濡れになって下山した。



オンライン イタリア・シチリア島の旅

主催:新日本スポーツ連盟神奈川県連盟&神奈川県ウォーキングクラブ

後援:新日本スポーツ連盟国際活動局

2024年7月28日(日) 晴れ 0歩

場 所 :神奈川県連盟事務所と全国計 25 か所をオンラインで結び

参加者:吉越悦(L) 熊島 渡辺ち 長谷川慶 奥村 高橋友 吉岡 原田 柏木 川合 保坂

長谷川征 大光明 会員外(氏名省略)計7名 以上会場へ計20名参加

オンライン参加/五十嵐志 高橋文 平山 他会員外含め計 46 名 総計 26 拠点 66 名

7月28日午後4時、幸運なことに、シチリアの旅にまた立つことができた。ハラハラドキドキしながら、大きな画面に一人また一人オンラインの飛行機に搭乗してくる皆様に見入った。素晴らしい企画が今始まろうとしている。

岩手から福岡まで Zoom で46人搭乗(うち愛知は10人の大団体)、神奈川県で20人が搭乗し、シチリア州公認の名ガイド河村悦子さんが待つシチリア島へ向かった。



神奈川県場の 20 人



3月20日 アグリジェントの「神殿の谷」コンコルディア神殿(紀元前450~440年頃建造)の前にて

シチリアは地中海の交通の要衝にあったため、紀元前8世紀頃より常に異民族の侵略を受け、多様な文化が融合した独特の文化を生み出してきた。

前半は、州都パレルモ、「神殿の谷」のあるアグリジェント、絵タイルで飾られた「大階段」のカルタジローネ、古代オリンピックの様子「ビキニの少女」など多くのモザイク画が残るカサーレ(古代ローマの別荘)、古代ギリシャからのさまざまな建築物が残るシラクーサなどを見学。3月に訪れた

現地では見られなかったことを、珍しい動画で見せてもらうなど、ガイドさんがさらに分かりやすく丁寧に案内してくれた。前半があっという間に終わり、休憩時間は顔見知りの参加者はやーやーと盛り上がった。

後半は、シチリア島屈指のリゾート地、タオルミーナのギリシャ劇場を訪れた。イオニア海の青さ、時には噴火するエトナ山、高くそびえるカステルモーラは絶景スポットだった。

オンラインはタイムアップ。名残を惜しみ皆さまとさよならをした。

※参加者からは様々な感想が寄せられた。「円高になったら行ってみたい」「ウォーキングクラブの皆様が辿った名所を追跡させていただき楽しい旅でした」「またこのようなオンラインツアーに期待している」等々。 <長谷川慶>

青梅街道を歩く①

2024年8月4日(日) 晴れ 31000歩 約19km

コース : JR新宿駅→新宿追分→ライオンひろば→成子天神社→宝仙寺→蚕糸の森公園(昼食)→
さいかちの木半里塚(杉並区役所)→四面道→荻窪八幡神社→井草八幡宮→関のかんかん地藏
→東伏見稲荷神社→田無神社→下田家屋敷跡・稗蔵→田無駅

参加者:熊坂(L) 飯倉(SL) 勅使河原 五十嵐志 清水 市村 奥村 山田 畠 高橋友 山口 沼津
佐藤し 計13名

沼津:「暑い!暑い!暑い!!!!」とにかくこの一言に尽きるウォークでした。辛抱して歩き続けた結果は、何と19km、31000歩。感動です。一人ではとても歩けない。皆様と一緒に歩いたからだ感謝しています。ありがとうございました。

今回は街道とはいえ、ほとんどが車道脇の歩道でした。そんな中、沿道の由緒ある神社仏閣に寄った時は、樹林に囲まれ風を感じホッとしたものです。街道の面影を感じるのはどの辺りからだろう。出来れば毎回参加して確かめたいものです。



新宿追分、青梅街道の始まり



宝仙寺のきれいな三重塔の前で

佐藤し:新宿東南口たどり着くか心配しましたが意外とスムーズに着きました。ライオン広場から歩き出すと懐かしい地名が…。

うちわ、日傘、保冷剤を首に巻いたりしても暑い暑いとても暑かった。途中冷房の効いているお店に寄って食べたアイスクリームが美味しかった。足は疲れましたが楽しくウォーキングが出来有難うございました。次回の青梅街道楽しみにしています。



井草八幡宮の流鏝馬の馬場にもなる長い参道

🌟 海の公園の花火を楽しもう！ 🌟

2024年8月24日(土) 晴れ 10000歩 約6km

コース : 京浜急行金沢文庫駅→称名寺市民の森(金沢三山)→称名寺→金沢園前→
漁村へのトンネル→スーパー→八景島

参加者: 鈴木宏(L) 及川(SL) 吉越 平嶋 平石 熊坂 高橋文 栗田 奥村 脇坂 吉岡 内海
鹿島 高橋吉 加納 川合 玉利 斉藤厚 西川 中西 廉屋 白田
一般/ユズキ(熊坂 孫)小島千 栗原 計25名

やっぱり暑い！今日の最大の目的は「楽しく花火大会を見学すること」だから無理なく歩こう！と心の中で呟きながら集合駅に向かう。久しぶりのウォーキングだという人、既に汗びっしょりの人、でも皆、笑顔だ。さあ、出発！！「称名寺市民の森ウォーク」派と「金沢文庫+称名寺庭園散策派」に分かれて

Let's Go !

称名寺市民の森の中は樹木が茂って日陰になっている。ラッキー～！

重い荷物を背負った1名がちょっとバテたが、メンバーのサポートで全員元気に予定時刻より早めに称名寺庭園へ到着。やれやれ～。

称名寺は鎌倉時代中期の武将北条実時(皆さん、ご存じ～義時の孫)が別邸の屋敷内に建てた持仏堂が起源である。文化人として知られ蔵書を集め、日本最古の武家図書館である金沢文庫を創設した。

現在は称名寺庭園内のトンネルを越えるとすぐに神奈川県立金沢文庫が見える。

てくてく歩くこと30分で今晚の花火会場に到着！
既に多くの観客が場所を陣取っているが、みな席を確保してさっ、つまみ準備万端！！



称名寺太鼓橋に並んで ハイ！



称名寺庭園

3500発の花火が夜空を彩る。
つかの間暑さを忘れ、海風を頬に感じつつビールをグビッ！
「たまや~~~~！」

視界を遮る木もあつたけれど、そこはちょっとお許しを！



ビールの準備 OK 🍷

花火 🌟鑑賞後の皆さんの感想です！
「皆と花火を見られてとても楽しかった。」🌟
「ファンタスティック！」「今年の酷暑も花火を見て乗り越えられそう・・・」
「やはり花火は良いですね。」
「満足です！」「来年も又、来たいな。」
わたしも同じ思いです。 <鈴木宏 L>



今年、第50回を迎える海の公園花火大会は砂浜や公園の芝生等に座って海上から夜空に打ち上げられる花火を眺められるのが特徴！

台風のため中止になりました

8月31日(土)三本の道を辿り小仏城山から相模湖へ

集合:JR高尾駅北口9時35分 約9km

コース:JR高尾駅北口(小仏行きバス9時52分発)→小仏バス停(標高290m)→宝珠寺
[人]→(小仏峠越えコース)(旧甲州街道)→小仏峠(標高548m)→(高尾陣馬縦
走コース)→小仏城山[人] (標高670m 昼食)→(東海自然歩道西尾根コース)→
富士見茶屋→千木良バス停→牛鞍神社→弁天橋→築井大橋→相模湖公園→J
R相模湖駅

★小仏峠越えコース、高尾陣馬縦走コース、西尾根コースの3つのハイキングコースを楽しんで相模湖へ下山。城山茶屋のかき氷は美味しいですよ。

<L:市村 SL:奥村・熊坂>

(※) **天気予報によりリーダーが中止と判断した場合は中止になります。伝助に【中止】と記入されますので、前日の15時以降に必ず伝助を確認し○を×に変えてください。中止のお知らせ一斉メールは送られて来ません。**



三浦一族を偲ぶ -2- 小田原を訪ねて

2024年9月11日(水) 晴れ 10000歩 約7km

コース : 箱根登山線箱根橋駅→小田原用水取入口→松永念館(本館2階和室貸切り昼食)・老樗荘・園(日本の歴史公園100選)→町中の用水路→三淵邸・甘柑荘(かんかんそう)外観→板橋見附→居神神社→早川口二重戸張→小田原城址公園(こども遊園地の曲輪跡・郷土文化館・常盤木門・お堀端の用水取入口3か所)→小田原駅

参加者: 吉越(L) 常盤(SL) 勅使河原 平石 高橋文 澤 滝川 吉岡 飯田 高橋吉 玉利 工藤 佐藤し 尾形 白田 計15名

うつつとも 夢とも知らぬ ひとねむり
浮世の隙を 曙の空

総世寺の僧の読経と共に白骨となり、小田原の守り神になられた三浦荒次郎義意。今日も守られ感謝しつつ歩きました。<常盤 SL>



尾形: 松永記念館は、丁寧に施設の説明をしてくださり、猛暑の中、お昼ご飯を座敷で食べさせてもらえたのはとても有難かったです。暑い時期は、ちょっとした室内の見学がコースの途中にあるとひと息つけて嬉しいです。コースによっては難しいのかもしれませんが。

お寺の木立の中は涼しく、最初の早川の川縁も水の流れや音が涼しげで、緑の山々と、白鷺、青空のコントラストに、自然っていいなあと感動しました。絶景の足湯も疲れた足には嬉しく、暑い中にも来て良かったなあ…と思いました。

佐藤し: 松永記念館、歴史的な建物が素晴らしく、お城や海を眺めながらの足湯、気持ち良かった。足が少し軽くなった感じ(o^o^)



細い水路の石橋を渡る
一瞬のワクワク感!

白田: 戦国時代に作った小田原用水路、水が澄んでいて流れが早く、今でも残っていることが素晴らしいです。



★電気事業に関わった松永安左衛門が建てた「老樗荘」は随所に美の極みを感じられる。写真左は奥様の部屋、雨戸・網戸・ガラス戸・障子の敷居と細い板。



★三浦の新井城で北条氏と戦い1516年7月11日に敗れた三浦荒次郎、その生首は小田原まで飛んで行ったと、祖母に何度も聞かされていた。あるウォークの時に「この松に首が引っ掛かったのです」と常盤さんの話、本当にびっくりした。今日は早雲の嫡男氏綱により「居神神社」の守護神として祀られ大事にされていると知った。<吉越 L>

乙女峠から箱根外輪縦走ハイキング

2024年9月14日(土) 晴れ 20000歩 約11km

コース : 箱根湯本駅バス停(9時00分)→乙女口バス停→登山口(標高735m) →乙女峠(標高1005m)→丸岳(標高1156m 昼食)→長尾峠(標高911m)→箱根スカイライン料金所¹→長尾峠→長尾峠登山口→湖尻水門分岐→桃源台²(標高740m)(バス)→小田原駅バス停

参加者:市村(L) 河野(SL) 佐藤シ(SL) 勅使河原 熊坂 嶋 三田 松本 大城 高津佐 亀田 飯倉 計12名

標高96mの箱根湯本駅に12人が集合、気象情報どおりの晴れ。バス停へ、アスファルトの照り返しで気温29.8℃。標高を約639m上げて735mの乙女口バス停へ、気温26℃。3.8℃下がりました。気温は標高100mで0.6℃下がるので計算通りです。陽が高くなるにつれて気温も上がり、乙女峠までの上りは身体に負荷がかかりました。丸岳山頂は27.3℃、時間的にも、おそらくこの日の縦走路での最高気温だったと思います。汗びっしょりで丸岳山頂を踏破して、事故なく楽しく下山。達成感、連帯感深まる「夏」ハイキングでした。 <市村L>



飯倉: 乙女峠から丸岳をめざして乙女登山口を出発。この夏の猛暑のため歩くことを怠っていたせいか、いきなりの急坂はさすがにきついです。足腰の疲れがピークに達した時、素晴らしい富士山を望める乙女峠が「頑張ったね」と迎えてくれました。富士見やぐらからの富士山は頭だけでしたが、それなりに素晴らしいです。乙女峠からは、アップダウンがあるわりには足が軽いつきながら昼食を兼ねた丸岳に到着。眼下には、芦の



湖、大涌谷、そして遠くは相模湾まで望める絶景!「これだから山登りはやめられない」という声の後方から聞こえてきました。丸岳から長尾峠を経て長尾峠登山口まで、時折この絶景に魅了されながら無事下山できました。湖尻水門までの林道のススキと涼しい風が、秋の訪れを感じさせてくれました。

富士山学習会

日時：2024年9月14日(土) 晴れ 18000歩 約12km

参加者：平石(L) 栗田 澤 田村 4名

天気にも恵まれて、須山口登山道を下山



宝永山

栗田：裾野市による富士山学習会に参加。富士宮口五合目よりスタートして樹林帯を抜けたら、唯一無二の世界。地質学の専門家より噴火の歴史を聞き、目前の砂礫の姿を実感する。富士山を見上げながら宝永火山口縁下を下りていく。好天に恵まれて、このような機会を与えて下さった、長年、富士山ガイドを続けているリーダーに感謝。

---翌日のクラブインスタグラムライン G からの声---

- ・映子さん、お疲れさまでした！ 😊 さすが、▲富士山！
- ・5合目からの景色も私達がいつも目にしている物とは異質な感じ〜😊👍🎵雲が目線の下かッ！？
世界遺産だけあって外観見えなくとも風格ありますね。天気好天👍
- ・ガイドさん7人、地質学者の先生、天気はここまで夏場がないという最高の天気とのことで、充実した1日を過ごせました。



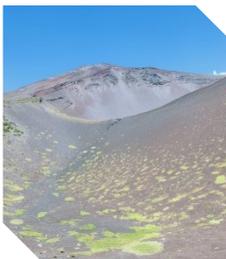
富士山5合目から富士山を見上げて地質学の先生から説明。



火山灰の道、これから転ばないように降りていきます。ズリズリ



樹林抜けて、雲海越しの景色。



火山口縁越しに富士山



富士あざみ越しの宝永山を見上げて。大ぶりのあざみで、砂地で生き延びるため2mもの根をはるとのこと。



少ないメンバーでの学習会参加。ケガもなく無事に降りてくることができ、機会を与えてくれたリーダーに感謝。



集中ウォーク 9/19までの登録発表 「源氏山公園 頼朝像」に集合!



目的はコース作りのレベルアップ

- ★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。
- ★コースの登録は11/6(水)15時まで受け付けます。
- ★歩いた歩数は25000歩を上限として「一般・ゆっくり」の年間カウントに合計します。



11月9日(土)14時 鎌倉市扇ガ谷4-649-1

同行希望の方は伝助に△を付け、コメント欄に参加したいコースの主催者の名前を記入してください。

名前	①出発場所・時間 ②距離数 ③コース ④見どころ ⑤同行可または単独 (登録順)
内海	①北鎌倉駅 11時 ②約3km ③北鎌倉駅→東慶寺→長寿寺→亀ヶ谷切通し→海蔵寺→化粧坂→源氏山公園→源頼朝像 ④深まる古都の秋の気配を感じながら歩きたい ⑤単独
脇坂	①江ノ電鎌倉高校前駅 9時30分 ②約10km ③鎌倉高校前→広町緑地→鎌倉山住宅地→カフェ・ルミリュ→夫婦池公園→笛田公園→大仏切通→鎌倉モキチ→大仏ハイキングコース→源氏山公園→源頼朝像(※カフェ・ルミリュか鎌倉モキチで昼食) ④「春には鎌倉山でアフタヌーンティーでもどう?」という企画の下見を兼ねて ⑤同行可
平山	①湘南モノレール湘南深沢駅 11時 ②約5km ③湘南深沢駅→大平山公園→鎌倉中央公園→日当公園→源氏山公園日野俊基墓→源氏山公園→源頼朝像 ④めったに乘らない湘南モノレールに乗り、まだ歩いたことのない広い鎌倉中央公園をゆっくり散策したい ⑤同行可
熊坂	①自宅(戸塚区) 9時 ②約13km ③自宅→柏尾川沿いの道→金井公園→大船駅→鎌倉中央公園→源氏山公園→源頼朝像 ④自宅から傍の柏尾川沿いの道を歩き、鎌倉中央公園を突っ切り初めての道から源氏山公園に入る ⑤単独
鹿島	①逗子駅 10時 ②約6km ③逗子駅→岩殿寺→法性寺→名越切通→まんだら堂やぐら群→日蓮乞水→光明寺→バス鎌倉駅→佐助1丁目→源氏山公園→源頼朝像 ④逗子ルートを使い名越切通を抜けて鎌倉へ ⑤同行可
鈴木宏	①京急バス停十二所 11時 ②約5km ③十二所バス停→杉本寺→八幡宮前→鎌倉駅→銭洗弁天→源氏山公園→源頼朝像 ④お馴染みの金沢街道をのんびり歩いて鎌倉へ。途中、ランチも楽しむ。⑤同行可
高橋文	①湘南モノレール深沢駅 10時 ②約6km ③深沢駅→大慶寺→東光寺→御霊神社→大塚川→塚山バス停→S字坂下→源氏山入口→源氏山公園→葛原岡神社→源頼朝像 ④めったに乘らないモノレールに乗ってゆっくりのったり源氏山を目指す ⑤同行可

2024年11月 神奈川ウォーキングクラブの予定と見所

2 日 (土) ～ 4 日 (月)	全国 交流 ウォー キング ：沖 縄	<p>【11月2日】 首里城周辺ウォーキング 集 合：首里駅 14時 約7km、15時 約3km コース：〔7km〕→首里城見学→金城石畳→壺屋やむちん通り→国際通り→牧志駅→おむろまち駅→ホテル→コージビーチでのBBQ交流会 〔3km〕→首里城見学→首里駅→おむろまち駅→ホテル→BBQ交流会</p> <p>【11月3日】 沖縄の自然を感じ、平和について考えるウォーキング 集 合：ホテル 8時 コース：〔8km〕ホテル→(バス)→糸数アブラチガマ→ニライカナイ展望台→ミーばるビーチ・百名ビーチ→平和記念公園→平和記念資料館(昼食)→平和創造の森→ひめゆりの塔・ひめゆり祈念資料館→ホテル 〔4km〕ミーばるビーチ・百名ビーチをパスする他は8kmコースと同じ。</p> <p>【11月4日】 他のクラブと一緒に沖縄中部の古城と村と水族館を訪れる 集 合：ホテル 7時30分 コース：ホテル→(貸し切りバス)→美ら海水族館→備瀬のフクギ並木→今帰仁城跡(世界遺産)→那覇空港(下車)→ホテル(宿泊者) 申込み：参加申し込みは終了しています。五十嵐志 070-1042-0468</p>
9 日 (土)	例 会	<p>鎌倉源氏山公園頼朝像の前に集まれ！ 集 合：鎌倉源氏山公園頼朝像の前 14時 所在地：神奈川県鎌倉市扇ガ谷4-649-1</p> <p>★自由にコースを作って地図を片手に集合場所へ時間内にゴールしてください。ひとりで歩いてもいいですし、同行者と一緒に歩いたり、コースを作った方に同行するでもいいです。</p> <p>★伝助登録時に、作ったコース、見どころ、同行可・不可をコメント欄に記入してください。同行者はどなたに同行するかをコメント欄に書いてください。</p> <p style="text-align: right;">申込み：内海 090-8106-4902</p>
15 日 (金)	ゆ つ た り	<p>龍口明神社を詣で、五頭龍伝説の島で龍を探そう 集 合：JR大船駅南改札口 10時 約8km コース：大船駅→(モノレール)→西鎌倉駅→龍口明神社→密蔵寺→常立寺→龍口寺→片瀬漁港→江の島で龍を探す</p> <p>★辰年の終わりに午前はウォーキング、午後からは龍を探して江の島を歩きます。30以上は見つけましょう。</p> <p style="text-align: right;">申込み：小山090-2431-8501</p>
17 日 (日)	や や 健 脚 ・ 会 員 限 定	<p>東海道五十三次(17) 一日目 白須賀から二川へ 【会員限定】 集 合：JR新居町駅 10時30分 約16km コース：新居町駅→新居関所・本陣跡→棒鼻跡→秋葉常夜燈→キャベツいっぱい・一里塚跡→潮見坂→曲尺手(かねんて)→白須賀本陣→境川橋→細谷の一里塚跡→三ッ坂→二川ガード南→二川宿本陣資料館→二川駅→JR豊橋→豊橋宿</p> <p>★本陣・旅籠m・商家の遺構など豊かだった往時を今に伝えています。</p> <p style="text-align: right;">申込み：鹿島 090-2169-1881</p>

<p>18 日 (月)</p>	<p>やや 健脚・ 会員 限定</p>	<p>東海道五十三次(17) 二日目 吉田宿(豊橋)【会員限定】 集 合:二川宿 9時 約16km コース:二川駅→火打坂→松並木の名残→飯村一里塚跡→伝馬町願成寺→東惣門 →豊橋→高橋(豊川放水路)→宿西→伊奈村一里塚跡→佐奈橋→白鳥五丁 目西→国府町藪下→国府駅 ★東惣門から鉤の手に何度も東海道を曲がって、吉田城を囲むように進みます。 申込み: 鹿島 090-2169-1881</p>
<p>23 日 (土) 祝</p>	<p>健脚Ⅱ・ 会員 限定</p>	<p>夕日の滝&矢倉岳へ【会員限定】 集 合:伊豆箱根鉄道大雄山駅 8時50分 約9km コース:大雄山駅(関本バス停)(9時05分発地藏堂行バスに乗車)→地藏堂バス停 (標高415m)→夕日の滝→地藏堂→山伏平→矢倉岳(標高870m、昼 食)→矢倉沢(標高248m)→矢倉沢バス停(バス)→関本バス停(大雄山 駅) ★小田急新松田駅集合の方は、8時30分に北口改札に集合。8時45分発地藏堂行 バスに乗車、関本バス停で大雄山駅集合組と合流。矢倉岳山頂からは、金時山か ら明神ヶ岳の稜線、箱根の最高峰神山の山容などずっと眺めていたいパノラマビュー ーです。 申込み:市村 0463-21-0051 当日連絡先:河野 090-5201-0867</p>
<p>28 日 (木)</p>	<p>ゆつ たり</p>	<p>「傘寿 80歳お祝いウォーク」を東京湾に浮かぶ猿島で! 集 合:JRグループ JR横須賀駅 9時35分 約5km 京急グループ 京急横須賀中央駅東口 9時50分 約5km コース:集合駅→三笠ターミナル→10時30分発に乗船(10分)→猿島栈橋→無人 島・猿島 歴史遺産めぐり(約1時間)→バーベキューで80歳お祝いパーティー →猿島栈橋→三笠ターミナル(解散) ★今年はさる年生まれの、No.164 No.282 No.328 No.399の4人をお祝います! ★空と海の間にも生まれた島、猿島。そこは傘を出す間も待ってくれず、ザーッと雨がや ってくる。刻々と姿を変える表情豊かな島の、歴史の記憶をたどってみましょう。 ★参加費:4000円(猿島公園入場料&乗船料2000円 バーベキュー機材借用料& 食材費2000円 飲み物は各自持参ください) 申込み:吉越 090-2750-0034 岩元(SL)</p>
<p>30 日 (土)</p>	<p>健脚Ⅱ・ 会員 限定</p>	<p>秋の大山に登ろう【会員限定】 集 合:小田急線秦野駅 8時 歩行時間 3時間 コース:秦野駅→(8:24発のバスに乗車)→ヤビツ峠(標高761m)→25丁目→大山 山頂(標高1252m)→見晴台(標高770m)→阿夫利神社下社解散 ★久々の大山登山。紅葉を楽しみながら歩きましょう。 申込み:熊坂 080-1260-5285</p>



2024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>釜利谷小川アメニティを抜けて森へ！</p> <p>集 合:京急金沢文庫駅 10時 約10km</p> <p>コース:京急金沢文庫駅→釜利谷小川アメニティ→関ヶ谷市民の森→関東学院大学 金沢文庫キャンパス前→金沢自然公園(昼食)【プラチナコースバス便有り】→ 六国峠→京急金沢文庫</p> <p>★地域住民が大切に守る小川アメニティを抜けて海側ではない金沢区を味わおう！</p> <p>申込み:鈴木宏 090-2662-8036</p>
14 日 (土)	一般	<p>神田川の源流を目指して</p> <p>高田馬場～、寄道、都内有数の自然林が残る和田堀公園へ</p> <p>集 合:JR高田馬場駅早稲田口 10時 約13km</p> <p>コース:高田馬場駅→神田川四季の道→本五ふれあい公園(昼食)→神田川・善福寺 川分岐点→善福寺川→和田堀公園→南阿佐ヶ谷駅</p> <p>★川沿いの緑道と自然林の公園を歩く。基本、神田川の源流「井の頭公園」を目指し ますが、今回は途中、寄り道をして、善福寺川を上り、南阿佐ヶ谷へ向かいます。</p> <p>申込み:滝川 090-2305-0653</p>
18 日 (水)	平日例会	<p>みなとみらいでクリスマス</p> <p>集 合:JR京浜東北線石川町駅南口 14時 約8km</p> <p>コース:石川町駅→元町→山手西洋館→フランス山→山下公園→象の鼻→赤レンガ 倉庫クリスマスマーケット(60分～90分)→ハンマーヘッド→ホテルインターコ ンチネンタル→ランドマークタワー→桜木町駅(18時過ぎ解散予定)</p> <p>★色とりどりのクリスマスイルミネーションに包まれるみなとみらい地区。山手西洋館で は世界のクリスマスを体感。赤レンガ倉庫の広場ではドイツ風クリスマスマーケットが にぎやかに開催され、子供の頃の気持ちに戻って可愛いクリスマスグッズなどがし てみませんか？また屋台ではホットワインやソーセージのお楽しみも。冬の夜の夜 景と共にみなとみらいを歩きましょう！</p> <p>申込み:内海 090-8106-4902</p>
21 日 (土)	一般	<p>青梅街道を歩く ④</p> <p>集 合:JR青梅線河辺駅 10時30分 約10km</p> <p>コース:河辺駅→道間公園(🚶) (ストレッチ)→梅岩寺→森下陣屋跡→七兵衛公園(🚶) (昼食)→石神社→海禅寺→青梅線二俣尾駅</p> <p>★森下陣屋跡に建つ熊野神社の辺りは宿場町らしく街道が枡形に屈曲しています。 旧道もかなり残っているので楽しみです。 申込み:熊坂 080-1260-5285</p>



2024年度第2回運営委員会報告

日 時:2024年7月29日(月) 14時～(事務所)

出席者:(議長)高橋文 (書記)平山 吉越 平石 畠 奥村 内海 鈴木宏 鹿島 高橋吉 篠 大光明
原田 (13名出席)

■機関紙について

- ・猛暑や雨で中止になった企画があった場合、「中止になりました」フォーマットで対応する。
- ・記事作成者は機関紙伝助の大見出し・小見出しが作成した記事の大見出し・小見出しと合っているかどうかを確認し、必要あれば伝助の記載を変更すること。
- ・企画提案伝助締切りは奇数月の16日正午とする。機関紙記事締切りは奇数月の20日正午とする。
- ・kmやL・SLなどのアルファベットは原則全角にする。スラッシュは半角にする。

■横浜カラオケ・ウォーク(6月25日 リーダー滝川)

皆さん歌がうまいし楽しかった。毎月やってほしいとの要望もあった。

■第325回例会 鎌倉に滝を見に行こう(7月6日 リーダー平嶋)

非常に暑い日で、リーダーが途中で体調不良になりサブリーダーが代って引率した。暑い夏のコースとしては距離が長く、コンクリの道が続いたなどもあった。気温だけでなく、湿度や輻射熱も考慮に入れた熱中症警戒アラート情報があるのでそれも考慮に入れることを今後検討する。

■オンラインツアーイタリア・シチリア島の旅(7月28日 吉越)

事務所17名オンライン53名計70名が参加した。海外在住のガイドの方の説明がわかりやく好評。

■例会日程

- ・11月例会:11月2日(土)は沖縄と重なるので11月9日(土)にし、集中ウォークを例会にする。集合場所は源氏山公園頼朝像の前とする。リーダーは内海さん。
- ・12月例会:12月1日(日) 金沢文庫で鈴木宏さん担当。

2024年度第3回運営委員会報告

日 時:2024年8月26日(月) 14時～(ズーム)

出席者:(議長)奥村 (書記)平山 吉越 平石 高橋文 畠 内海 鈴木宏 鹿島 高橋吉 篠 大光明
(12名出席)

■機関紙について

- ・機関紙伝助に、リーダー手当と地図印刷代を掲載する。実際に参加した人数分の印刷代を支給する。

■2025年度「屋久島」を10月に開催する。縄文杉には行かないコースにする。

■80歳お祝いウォーク

11月28日(木)に吉越さんリーダー、岩元さんサブリーダーで実施する。対象者は4名。猿島でバーベキューを行う。参加費4000円(猿島入園料 船代 バーベキュー費用含む)。コンロ・木炭セット代5000円をクラブで補助する。

■例会日程

12月平日例会:12月18日(水) クリスマスバージョン(内海さん担当)

各部からのお知らせ

80歳お祝いウォーク

今年は、東京湾に浮かぶ無人島「猿島」で“申年”生まれの方々をお祝いします！。
京急横須賀中央駅またはJR横須賀駅よりおよそ徒歩 20 分の、三笠ターミナルから船で猿島に渡ります。下船後 BBQ や島内散策を楽しむ予定です。参加費は4000円/1人(往復乗船券、猿島公園入園料、BBQ 食材・道具レンタル料金)。クラブからも5000円の補助があります。ちょっと費用は掛かるけど、たくさんの方々の参加をお待ちしています。詳細は11月の予定参照。

～再び 秋の屋久島 ～

2025年10月12日(日)～14日(火)、再び屋久島でのウォーキングを計画しています。
今回は縄文杉への登山は行わず、島周り、屋久杉ランド、白谷雲水峡を歩く予定です。
募集参加人員は14名(島の専用ガイド一人が案内出来るのは7名までの制約)。このウォーキングの運営者を除き、参加申込み順とします。宿泊施設の部屋タイプは選べない。往復の飛行便は早割で取るとキャンセル不可。などさまざまな制約がありますが、太古のような森の中に入る感動は捨てがたく、一度は訪れてみたい世界自然遺産です。
参加申込み伝助は、後日一斉メールで予告の上開示します。

★クラブ活動の長期予定

HPの月別予定の最後に長期予定を掲載しました。
・2025年9月中旬:富士山1泊2日ハイキング、・同10月:屋久島2泊3日の旅、・同11月8～9日:全国交流ウォークin大津 関西ブロック主管
2024年9月現在、以上の3件が予定されています。これからも予定が入り次第更新します。ウォーキング計画の参考にして下さい。

新入会員さん紹介
宜しくお願いします

会員 No.471
栗原 恵美 さん
横浜市 在住
運動不足解消



★参加申込伝助の入力について

同月のイベントに2回目以降の参加申込するには→既に登録されている自分の名前をダブルクリック→左側に自分の情報が表示→行きたいイベントの○を選択(複数可)→「更新する」をクリック→申込完了
以上の手順で行って下さい。○を×や◎に変更する時もこの手順で出来ます。コメント欄には個人の連絡・感想等はいれないで下さい。

過去に経験したことのない酷暑がやっと収まりかけています。秋の里山ハイキングやゆったり街歩き。月に一度はウォーキングに出かけましょう！！

★在籍会員数

2024年9月25日現在
男性51名 女性71名 合計 122名