



通算第172号

2015年8月号

CWA

ニュース

発行 NPO 法人千葉県ウオーキング協会

〒263-0016 千葉市稲毛区天台6丁目5番2号

千葉県青少年女性会館2階

電話 (043) 255-0141

FAX (043) 255-0204

郵便振替口座番号00110-4-404256

<http://homepage2.nifty.com/npocwa/>

e-mail: npocwa@nifty.com

毎月1日発行 編集責任者 山口 誠

“JWA常務理事就任”報告

6月26日(金)オリンピック記念青少年総合センターにてJWA平成27年度定時社員総会が開催され、審議事項第4号議案 理事・監事選任で私は新理事として選出されました。その後定時総会を一旦中断し、新理事による理事会が行われ平成27年度新役員体制の発表があり、私は執行部入りし常務理事として推挙されました。

同時に総会記念表彰式が行われ、CWA第二代会長である宇佐見 正氏が個人功績表彰を授与されました。今回の受賞を心より祝い御慶び申し上げます。

私のJWA執行部入りですが、自分では若輩者で経験不足であり責務の重荷に耐えられるかと自問自答致しました。一方で新人事は、CWA及び加盟団体や関係者・会員の皆様方の力がJWAの重鎮の方々に評価された事の結果であると考えJWAへの執行部入りを決断し受諾致しました。

CWAの会長職は今年3月に新たな任期を再選されたばかりであり、JWAとの兼務で任期を全うする覚悟でおります。今後はJWAの重責を担いますので従来のように現場重視の活動には制約がかかりますが、一方JWAで新たな経験や知識を吸収しCWAの活動及び組織運営に生かしていく所存であります。

皆様方には、CWAの益々の発展のため今後も引き続き御支援・御協力・御指導を何卒宜しくお願い申し上げます。

会長 片山 篤

2016年ベルギー・ブラケンベルグ “国際ソーデー・ウオーク” 参加募集案内

日程／2016年4月27日(水)～5月4日(水)

日程詳細は、右側記載をご欄下さい。

参加費／約35万円(添乗員付き) 詳細は次号にて案内

募集締め切り：2015年11月末迄

申し込み先：CWA事務所

☎043-255-0141・FAX043-255-0204



- 日数1. 4月27日(水)成田発・10時30分:KL862便
アムステルダム着・15:00・機内2食
アムステルダム発・17:00:KL1731便
ブラッセル着・17:45・専用バスにてアントワープへ
アントワープ泊
- 日数2. 4月28日(木):食事3食
午前:専用バスにて、アントワープ市内観光
午後:ゲント市内自由散策
夕刻:ブリュージュへ(宿泊)
- 日数3. 4月29日(金)食事3食
午前:専用バスにて、ブリュージュ市内観光
後、ブラケンベルグへ着後、大会受付
ブラケンベルグ(宿泊)
- 日数4. 4月30日(土)食事2食・弁当1食
終日:ブラケンベルグ・ソーデーマーチ参加
ブラケンベルグ(宿泊)
- 日数5. 5月1日(日)食事2食・弁当1食
終日:ブラケンベルグ・ソーデーマーチ参加
ブラケンベルグ(宿泊)
- 日数6. 5月2日(月)食事3食
午前:ブラケンベルグへ専用バスにて
ブラッセルへ着後、市内観光:ブラッセル(宿泊)
- 日数7. 5月3日(火)食事1食・機内食1食
専用バスにて朝:空港へ
ブラッセル発10:50・KL1724便
午前:空路、帰国の途に(機内泊)
アムステルダム着:14:40・KL861便
- 日数8. 5月4日(水)・機内食1 成田着、8:30
着後:通関手続終了後、解散



ぶら散ウオーク・200回記念に 14/26 km

《千葉県 54 ウオーク 柏市》

主 催／東葛ウォーキングクラブ ☎090-3345-8750 (古宮)
 日 時／9月6日(日) 9～10時 自由歩行
 集 合／新柏駅前広場(東武線 徒歩1分)
 参加費／東葛WC無料・その他300円
 解 散／13時頃から16時まで 西口第一公園(JR
 常磐線・東武線柏駅 徒歩4分)

○その他 天気が良ければ、ゴールされた皆様に祝
 の酒を用意しますので、マイカップを御持参ください。なお、
 14kmは団体歩行でも開催します。

500選「理窓会自然公園」 12 km

《500選 12-09》

《千葉県 54 ウオーク 流山市・野田市・柏市》

主 催／CWA ☎043-255-0141
 主 管／北総歩こう会 ☎04-7145-1620 (中山)
 日 時／9月9日(水) 9時30分 団体歩行
 参加費／200円
 集 合／東京理科大学野田キャンパス正門脇広場(東武
 野田線運河駅 徒歩2分)

解 散／14時30分頃 流山おおたかの森駅前広場(TX
 線・東武野田線流山おおたかの森駅 徒歩1分)
 コース／集合地～理窓会記念自然公園～駒形神社～普
 門寺～円福寺～柏の葉公園(昼食)～法栄寺～駒木ふる
 さとの森～流山おおたかの森駅前広場

○みどころ 今回は「利根運河と柏の葉公園」の500選
 のみちにプラスして、東京理科大学が創立100周年を記
 念して造った自然豊かな公園も楽しんでください。普門寺
 の閻魔様も待っています。

お隣のお宝 11 km

八千代新川両岸の歴史・文化と田園をめぐる

《千葉県 54 ウオーク 八千代市》

主 催／船橋歩こう会 ☎090-7703-3782
 日 時／9月12日(土) 9時 団体歩行
 集 合／栄町公園(京成勝田台駅T-3出口 徒歩3分)
 参加費／CWA加盟団体無料・その他300円
 解 散／14時頃 大和田第三公園(京成大和田駅
 徒歩6分)

コース／栄町公園～黒沢池近隣公園～根上神社古墳～
 八千代市郷土博物館～正覺院～飯綱神社～長福寺～八
 千代総合運動公園～大和田第三公園

○みどころ 八千代市新川の東・村上地区と西・萱田地
 区の寺社をめぐり市指定文化財を見学して田園を歩きま
 す。村上地区に多い梨や新川沿いの稲田も見ごろです。

運河トライアングルウオーク 14/28/47 km

《千葉県 54 ウオーク 野田市・流山市》

主 催／東葛ウォーキングクラブ ☎090-3345-8750 (古宮)
 日 時／9月12日(土) 自由歩行

集 合／14・28km:9時から 運河水辺公園(東武線運
 河駅 橋を渡った先徒歩3分) 47km:7時30分 トンボ
 公園(東武線川間駅南口 徒歩4分)
 参加費／CWA加盟団体無料・その他300円
 解 散／17時頃まで 運河水辺公園
 ○その他 千葉54Wは参加コースにより異なります

500選「おゆみ野のみち・市境の道」 8/13 km

《500選 12-07》《千葉県 54 ウオーク 千葉市・市原市》

主 催／CWA ☎043-255-0141
 主 管／ちば歩こう会 ☎070-5540-7800 (小野(安))
 日 時／9月13日(日) 9時 団体歩行
 集 合／誉田駅北口駅前(JR外房線)
 参加費／200円
 解 散／14時30分頃 浜野東口公園(JR内房線浜野駅
 徒歩5分)

コース／誉田駅～(市境のみち)～マミーマート～(あきの
 みち)～なつのみち公園～(なつのみち)～さくら公園～
 (はるのみち・おゆみ野のみち)～大百池公園～(農道)～
 古市場体育館外～浜野東口公園ゴール

○みどころ 誉田駅前から市原市境の林や農道を通り、
 おゆみ野のみちに入ります。「あきのみち」や「なつのみ
 ち」を歩き、さくら公園で昼食の予定です。そこから分れて
 一次解散(8Km)は、鎌取駅です。「はるのみち」・「おゆみ
 のみち」を通り、大百池公園で休憩し、農道を通って古市
 場に向い、ゴールの浜野東口公園はもう間近です。

両国相撲部屋・史蹟めぐりウオーク 11 km

主 催／いちかわ歩こう会 ☎090-7016-6224 (榎本)
 日 時／9月13日(日) 9時 団体歩行
 集 合／隅田川水上バスのりば 両国発着所(JR総武線
 両国駅 徒歩5分)
 参加費／いちかわ歩無料・CWA加盟団体200円・
 その他300円

解 散／14時30分頃 両国国技館前(JR総武線両国駅
 徒歩2分)

コース／水上バス両国発着所～国技館周辺の相撲部屋
 めぐり～横網町公園～若宮公園～大横川親水公園～猿
 江恩賜公園～両国公園～吉良邸跡～両国国技館前

○みどころ 当日は大相撲秋場所の初日、「櫓太鼓」の
 響きにいやが上にも相撲気分が上昇。ゴールの時間帯に
 は幕内力士が国技館入りのピーク。お気に入りの力士に
 会えるでしょうか？お楽しみに。

創立21周年記念ウオーク 13 km
 「市川市北部の名所めぐり」

《千葉県 54 ウオーク 市川市・船橋市》

主 催／いちかわ歩こう会 ☎090-3595-0926 (櫻井)
 日 時／9月17日(木) 9時 団体歩行
 集 合／葛飾八幡宮(京成線八幡駅 徒歩3分・JR総
 武線本八幡駅 徒歩7分)
 参加費／CWA加盟団体無料・その他300円

解 散／14時頃 勝間田公園 (JR総武線西船橋駅 徒歩 5分)

コース／葛飾八幡宮～白幡天神社～交通公園～曾谷公民館～曾谷貝塚～弁天池公園～こごと公園～大柏川第一調節池～奥の院～勝間田公園

○みどころ 南大野の「こごと公園」には野鳥が飛来することで地元住民に慕われている南北二つの池があります。最近、この池に「コブハクチョウ」のつがい住み着いているとの話を耳にし、確認してきました。9月17日にもいてくれることを願いながら、市内北側を散策するコースを作りました。お楽しみに。

第7回いざ！鎌倉へ 11 km
「ロマンを求めて古道を歩こう」

主 催／東葛ウォーキングクラブ ☎090-3345-8750 (古宮)

日 時／9月19日(土) 9時45分 団体歩行

集 合／菊名池公園 (東急東横線妙蓮寺駅 徒歩4分)

参加費／東葛WC無料・CWA加盟団体及び他協会 300円・その他500円

解 散／片倉町駅付近 14時30分頃
横浜市営地下鉄ブルーライン片倉町駅

リバーサイドフリーウォーク 12/20/31 km

《千葉県 54 ウォーク 流山市・松戸市・野田市》

主 催／東葛ウォーキングクラブ ☎090-3345-8750 (古宮)

日 時／9月23日(祝・水) 9時 自由歩行

集 合／南流山中央公園 (JR武蔵野線南流山駅南口 徒歩3分)

参加費／東葛WC無料・その他300円

解 散／12時～16時 12・20km:三郷駅 (JR武蔵野線) 31km:南流山中央公園

○その他 54 ウォークは参加コースにより異なります。

第151回平日楽々ウォーク 11 km
「キャンパスウォーク(幕張地区)」

《千葉県 54 ウォーク 千葉市》

主 催／ちば歩こう会 ☎090-2267-5248 (伊藤(智))

日 時／9月24日(木) 9時 団体歩行

集 合／高洲公園 (JR京葉線稲毛海岸駅 徒歩5分)

参加費／ちば歩100円・その他300円

解 散／14時30分頃 幕張海浜公園 (JR京葉線海浜幕張駅 徒歩5分)

コース／高洲公園～東京医科歯科大病院前～真砂第四公園～幕張総合高校前～放送大学前～幕張舟溜跡公園(昼食)～神田外国語大学～幕張海浜公園

○みどころ 幕張の学園都市を歩きます。この地区には高校・専門学校・大学・研修センターが集中しています。神田外国語大学の美しい庭を見学させて頂く予定です。木陰を求めてのコースです。

大塚原古墳ウォーク 10 km

《千葉県 54 ウォーク 旭市》

主 催／東総歩こう会 ☎090-4243-6769 (川尻)

日 時／9月27日(日) 9時10分 団体歩行

集 合／干潟児童公園 (JR総武本線干潟駅 徒歩4分)

参加費／CWA加盟団体無料・その他300円

解 散／14時頃 干潟駅 (JR総武本線)

コース／干潟児童公園～明治川～更生橋～西遊正橋(陸橋)～豊畑小学校～汗かき地蔵尊～大塚原古墳(昼食)～泉川～川口～干潟児童公園

○みどころ 旧街道沿いの井戸野の延命山延寿寺の井戸から発見された、災害を予告すると言われる、汗かき地蔵尊と、壬申の乱(じんしんのらん)に、常陸鹿島に逃れる途中、野手浜で亡くなった、「弘文天皇妃 耳面刀自媛」(みみもとじひめ)の古墳をめぐる。

松戸の森めぐり 12 km

《千葉県 54 ウォーク 松戸市》

主 催／北総歩こう会 ☎04-7145-1620 (中山)

日 時／9月27日(日) 9時 団体歩行

集 合／やまぶき公園 (新京成線五香駅西口 徒歩5分)

参加費／CWA加盟団体無料・その他300円

解 散／14時30分頃 門前公園 (JR武蔵野線新八柱駅・新京成線八柱駅 徒歩2分)

コース／やまぶき公園～三吉の森～立切の森～金ヶ作自然公園～熊野神社～囲いやまの森～ホダシの森～ハヶ崎の森～21世紀の森(昼食)～縄文の森～芋の作の森～しんやまの森～門前公園

○みどころ 思わず深呼吸したくなる森など松戸市にあるたくさんの森を巡ります。目と心の保養になること請け合いですよ。

ウォーキング教室

教室は県内4箇所で開催致します(雨天中止)

9月5日(土)	受付	場所	船橋市 天沼弁天池公園 (JR・東武船橋駅 徒歩5分)
		時間	9時～9時30分
	解散		13時頃(昼食前に解散となります)
9月12日(土)	受付	場所	我孫子市 手賀沼公園 (JR我孫子駅 徒歩10分)
		時間	9時～9時30分
	解散		13時頃(昼食前に解散となります)
9月12日(土)	受付	場所	千葉市 海浜幕張駅南口 (JR海浜幕張駅南口 徒歩1分)
		時間	9時～9時30分
	解散		13時頃(昼食前に解散となります)
9月13日(日)	受付	場所	匝瑳市 市役所前 (JR総武本線八日市場駅 徒歩15分)
		時間	9時
	解散		12時頃

*参加費300円(資料代、保険料等)飲み物・筆記具・数物持参・運動し易い服装(手に持たない)、事前申し込み不要です。

問い合わせ: ☎043-255-0141・NPO法人千葉県ウォーキング協会

第20回アルコロジー・九十九里はだして歩こう報告

6月27日(土) 距離:23km・13km 参加者109名 天気:小雨のち曇り

小雨のばらつく空模様の中、JR八積駅に集合し長生文化会館の空き地で10時に出発式を実施した。団体歩行で歩き始めた頃には雨もすっかり上がり、気温が高いせいかわさし蒸し暑さを感じながらも南風にたなびく青々とした稲穂の中、一松神社で休憩して九十九里浜に出る。右手に外房地方では有名な高級一松青のりが採れる池を眺めながら一松海岸へ向かった。23kmコースはここから自由歩行になり、銘々裸足になる人もいながらゴールの本納駅へと歩き出す。13kmコースはここで昼食休憩をした後裸足になり一次解散の古所海岸を目指した。



このあたりの海岸は砂地に足をとられ、また浮遊物のゴミがたくさんあって3kmほどの距離が倍くらいに感じられた。海風に吹かれながら全員古所海岸に到着したところで解散式を行い、白

子車庫バス停まで案内して家路についた。海辺の歩行は足腰の筋肉を相当鍛えられたのではないかと感じました。また来年の参加をお待ちいたします。

コースリーダー 市東 一之

2015年指導者夏季研修会 報告

日時:7月5日(日)場所:千葉県青少年女性会館多目的室
夜来雨にもかかわらず、59名もの皆さんが参加された。会場である千葉県青少年女性会館多目的室の定員をはるかに超え、急遽CWA事務所の椅子を動員して何とか全員が座れる状態を確保することが出来た。



今回はベテランの指導者から新人の指導者は勿論のこと指導者資格を持たないCWA会員の方で、指導者に関心のある方を広く募集をして、今後指導者になるきっかけにしていきたいとの思いからの開催であった。

今回の主たる目的は、期間の長短に関係なく現場に関わってきた指導者として、果たして納得のいく仕事が出来ていたのかどうか、今一度初心に立ち返り見直す機会にする。

そのためにCWAが主催している指導員認定講習会のテキストを教材として、学んでいただくことにしたものです。

先ず基調講演として片山会長にCWAの基本方針である「イチガン(全員一丸)プロジェクト」と新たに発足した「女性部」についての講演をしていただいた。

テキストは午前中に「メタボを歩いて改善」、「今、なぜウオーキングか」、午後に「ウオーキングの楽しみ方」の3項目で、それぞれCWAインストラクターとして、伊藤隆之さん、佐々木のぶ子さん、山野井富美子さんが担当して、解りやすく、しかも高度な知識を織り込んだ話をしていただいた。

午後は出席者全員による一分間スピーチでスタートした。一分間で一つの話をもとめるのは、やさしいようで大変難しく、指導者として訓練したいところです。巧みな話術の方もおられて会場は和やかな雰囲気になったことは、「我が意を得たり」の感を強くし、うれしくなった。

最後の「フリートーク」では、社会問題となっている「肥満解消対策」「認知症」「クールダウンストレッチでのリンパの働き」等の課題に熱心な発言があり、大変盛り上がった指導者研修会となりました。参加者の皆様、ご協力を有難うございました。これからも指導者として大活躍をお祈りいたします。スタッフの皆様お疲れ様でした。

組織・指導本部 平野 潤

第3回バス“千葉県54ウオーク” 報告

実施日 7月14日(火)今回は津田沼発大型バス2台、83名、千葉発1台45名計128名のご参加をいただき野呂PAで合流、台風の影響か、白波が押し寄せ遊泳禁止の赤旗の立つ海水浴場を眺めながらバスは、いすみ市の飯縄寺に到着し、本堂前で出発式を行いました。今回は片山会長、古宮副会長のご参加をいただき、代表して古宮副会長が挨拶され、地元いすみ市の黒須観光課長から歓迎の挨拶をいただきました。

出発式後、2班に別れ、1班は飯縄寺「波の伊八彫刻」拝観(住職)→太東埼灯台(ガイド)、2班は太東埼灯台→飯縄寺で約3Kウオークし、住職から1枚ずつ「せんべい」をいただきました。飯縄寺からバスで御宿へ移動、予約していた町営の駐車場が使えず、水銀柱はどんどん上昇して来ましてので日本・スペイン・メキシコ記念碑に直行、400年前遭難して漂着したメキシコへ向かうサン・フランシスコ号の乗務員317名の命を身を挺して救った記述や石像を見聞し、数年前メキシコ大統領がお礼に訪ねられており、全ての方々が感動しておりました。昼食は涼しいバスで済ませました。いすみのポップの丘を訪ねました。JR総武特急や丸ノ内線他20数両の廃車を地元の方が自分の山林に陳列し、無料で見物が出来ました。飲物が飛ぶように売れ、また地の玉子も売れました。「千葉県54ウオーク」今回で24名の方が完歩を達成されました。おめでとうございました。最後は、大多喜城見学と城下町ウオークで「10万石」のもなかに人気がありました。



予定コースを巡り、道の駅いちばらで千葉、津田沼へ家路につき、予定通り18時にゴール出来ました。楽しい一日でした。ご参加いただき有難うございました。

バスウオーク部担当 田中 隆英