



# CWA

# ニュース

**発行 NPO 法人千葉県ウォーキング協会**  
 〒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/npcowa/>  
 e-mail:npcowa@nifty.com  
 毎月1日発行 編集責任者 山口 誠

通算第175号

2015年11月

東京湾の風を受けて歩こう(葛西臨海公園)  
 ウォーキング・ノルディックW 12/8 km  
 (スポーツオーソリティ葛西店オープン記念)

主催/スポーツオーソリティ(株式会社メガスポーツ)  
 主管/NPO法人 千葉県ウォーキング協会  
 事務局/CWA ☎ 043-255-0141

日時/11月15日(日) 9時30分  
 集合/西葛西 子供の広場

(東京メトロ東西線西葛西駅 徒歩2分 案内人有)

参加費/無料:ポール貸出料200円(希望者のみ)  
 解散/13~14時頃 イオン葛西店 イベント会場  
 (東京メトロ東西線西葛西駅 徒歩8分)

コース/西葛西 子供の広場(WC)~葛西臨海公園(散策・WC・昼食)~新左近川親水公園(WC)~イオン裏児童公園(解散式)~イオン4Fスポーツオーソリティ売場

〇みどころ 歴史的には新しい地域ですが、計画的に作られたサイクリングロードや緑豊かな公園・穏やかな海辺、紅葉が楽しめる散歩道など歩きます。信号のない道を穏やかな東京湾の風を受けながらゆっくりと歩きます。

距離は12kmと8km どちらか選べます。

佐原から江戸へ110 km  
 第15回忠敬江戸入りフォーデーウォーク

《千葉県54ウォーク 香取市・神崎町・成田市・栄町・印西市・我孫子市・柏市・流山市・松戸市・市川市》

《500選:千葉—04・01》

主催/CWA ☎ 043-255-0141  
 日時/平成28年1月21日(木)~24日(日)  
 参加費/事前・当日申込み(4日間通し券)1,000円

※事前申込み締切日 1月21日(木)迄  
 当日参加(一日参加券) 300円

振込先/郵便振替口座:00130-0-428195

口座名義:千葉県ウォーキング協会大会係

日時/1月21日(木) 9時 団体歩行・自由歩行

集合/佐原諏訪公園・伊能忠敬銅像前

(JR成田線佐原駅 徒歩3分)

※宿泊施設のご案内

20日(水)神崎町わくわく西の城 ☎ 0478-72-3180

費用:一泊二食・3,500円・佐原駅13時集合

定員:20名程(先着順):締切1月8日(金)迄  
 ※その他、コース等詳細は12月号にて案内致します。

## 第1回バスウォーク

“新年初詣”(鹿島神宮・磯前神社・笠間稲荷)

日時/平成28年1月12日(火)  
 集合/①JR津田沼駅南口千葉工大前・午前6時50分  
 ②JR千葉駅東口 NTT前・午前7時20分  
 出発/両駅とも集合の10分後に出発します  
 解散/①JR津田沼駅南口千葉工大前18時05分頃  
 ②JR千葉駅東口NTT前 18時50分頃  
 コース/①茨城・鹿島神宮初詣参拝・ウォーク(120分)  
 ②大洗磯前神社初詣参拝・昼食(85分)  
 ③茨城・笠間稲荷神社初詣参拝・買物(75分)  
 ◎友部SA→買い物・休憩(30分)

## 〇みどころ

- ①鹿島神宮は日本建国・武道の神様を祀る。常緑照葉樹林に覆われ神秘の森である。創祀は紀元前660年、鹿島サッカースタジアム500選ウォーク。
- ②磯前神社は県文化財指定。水戸黄門ゆかりのところ。御祭神は大黒様ともいわれ慈悲深く福寿を授ける。
- ③笠間稲荷神社は三大稲荷の一つ(京都伏見、佐賀の祐徳)庶民の神様として全国の信仰が厚い、年間350万人の参拝者でにぎわいます。茨城・500選ウォーク

距離/15km(予定)

募集人員/最大90名予定 定員になり次第締め切ります  
 (大型観光バス45人乗り2台の予定)

参加費/昼食・飲物を含む。

CWA会員 6,500円・会員以外の方 7,000円

\*バスウォーク年間6回のうち、5回以上参加の方に年間表彰状、副賞を差し上げます。

バスウォーク申込・問合せ先/担当:鈴木和子

☎:090-1552-2378 ☎・FAX:047-451-0084



鹿島神宮

バスウオーク・紅葉の養老渓谷 10 km

《千葉県 54 ウオーク 市原市・大多喜町》

主催／北総歩こう会 ☎ 04-7145-1620 (中山)  
日時／12月2日(水) 7時30分 団体歩行  
集合／イオンショッピングセンター前ロータリー(東武・北総・新京成新鎌ヶ谷駅 徒歩2分)  
参加費／CWA加盟団体4,500円・その他5,000円(昼食弁当を含む)  
解散／18時40分頃 新鎌ヶ谷駅前  
募集人員／90名(45人乗り大型バス2台)  
参加申込／申込書に記入の上申し込み。振込の場合・口座番号 00110-9-758025(加入者名 北総こう会)  
キャンセル料／開催日の前日50%・当日100%  
その他300円(事務費)  
担当／軍地 恒四郎 090-6654-2253

忘年ウオーク 10/16 km

《千葉県 54 ウオーク 神崎町・成田市》

主催／東総歩こう会 ☎ 090-4243-6769(川尻)  
日時／12月5日(土) 9時20分 団体歩行  
集合／下総神崎駅(JR成田線)  
参加費／CWA加盟団体無料・その他300円  
解散／15時30分頃 下総運動公園(JR成田線滑河駅 徒歩12分)  
コース／下総神崎駅～神崎神社～こうざき自然遊歩道～わくわく西の城～宇迦神社～成田ゆめ牧場(昼食)～常福寺～楽満寺～下総運動公園  
○みどころ こうざき自然遊歩道と、しもふさ七福神の内三カ所を巡る、里山コースです。10kmコースは、成田ゆめ牧場から無料送迎バスを利用し、滑河駅へ向かいます。七福神の内訳は、成田ゆめ牧場は福祿寿、常福寺は大黒天、楽満寺は恵比寿です。

大町もみじの里めぐりウオーク 16 km

《千葉県 54 ウオーク 市川市》

主催／いちかわ歩こう会 ☎ 080-3402-8093(佐々木)  
日時／12月5日(土) 9時 団体歩行  
集合／中山法華経寺(京成線中山駅 徒歩5分、JR総武線下総中山駅 徒歩10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／15時頃 みかど公園(JR武蔵野線市川大野駅 徒歩5分)  
コース／中山法華経寺～中山競馬場～姥山貝塚公園～市川市民キャンプ場～市川霊園～大町自然公園(もみじの里)～鑑賞植物園～駒形神社～礼林寺～みかど公園  
○みどころ 晩秋の一日、澄み渡る空のもと中山法華経寺から道端や屋敷内の「紅葉」を眺めながら歩き、今年も一面に色鮮やかに色づくであろう「市民キャンプ場のメタセコイア」「市川霊園のイチョウ並木」「大町もみじの里」回遊を楽しみませんか。お待ちしております。

第12回 いざ！鎌倉へロマンを求めて 12 km

主催／東葛ウォーキングクラブ ☎ 090-3345-8750(古宮)  
日時／12月5日(土) 9時45分 団体歩行  
集合／金沢八景駅前付近(京急本線)  
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／14時頃 鶴岡八幡宮(JR横須賀線鎌倉駅 徒歩10分)  
○その他 完歩式を計画しています

布施の弁財天で忘年ウオーク 10/16/28 km

《千葉県 54 ウオーク 柏市・我孫子市》

主催／東葛ウォーキングクラブ ☎ 090-3345-8750(古宮)  
日時／12月9日(水) 9時～10時 自由歩行  
集合／北柏ふれあい公園(JR常磐線北柏駅南口 徒歩10分)  
参加費／東葛WC無料・その他300円  
解散／11時頃～16時まで 北柏ふれあい公園  
○その他 北柏駅には快速が止まりません。例年通りゴール会場で「お楽しみ抽選会」を開催。お好きな方、マイカップも御用意ください

納会ウオーク 11 km

「成田街道沿いの神社を巡る」

《千葉県 54 ウオーク 市川市・船橋市》

主催／船橋歩こう会 ☎ 090-7703-3782  
日時／12月12日(土) 9時 団体歩行  
集合／葛飾八幡宮(京成八幡駅 徒歩5分)  
参加費／CWA加盟団体無料・その他300円  
解散／14時頃 天沼弁天池公園(JR総武線船橋駅 徒歩5分)  
コース／葛飾八幡宮～神明社～日枝神社～中山法華経寺～三峰神社～羽黒神社～葛飾神社～春日神社～西船近隣公園(昼食)～稲荷神社～天沼弁天池公園  
○みどころ 成田街道の八幡宿～船橋宿間には、神社や祠が数多く点在しており、古くから地元の人たちにより大切に守り続けられています。今回は、それぞれの神社を訪れて参拝し、歴史を感じていただくウオークです。

設立25周年式典&忘年ウオーク 10 km

《千葉県 54 ウオーク 千葉市》

主催／ちば歩こう会 ☎ 090-2318-5361(伊藤隆)  
日時／12月12日(土) 8時30分 団体歩行  
集合／松波公園(JR総武線西千葉駅北口 徒歩10分)  
参加費／CWA加盟団体無料・その他300円  
解散／11時30分 ポートアリーナ(千葉都市モノレール市役所前駅 徒歩8分)  
コース／松波公園(西千葉)～千葉公園～千葉神社～千葉城(亥鼻城)～千葉寺～ポートアリーナ  
○みどころ 15年前に歩いた設立10周年記念ウオークのコースをリピートします。千葉市を代表する神社・城・寺を巡るゴールデンコースです。何度も訪れた所ですが、ま

とめて歩くのは珍しいと思います。初冬の風景をお楽しみください。ゴール後は、25周年記念式典・祝賀会にご参加ください。昼食は不要です。

**同行二人～東葛印旛送り大師の道歩く**  
14/18 km

《千葉県54ウオーク 我孫子市・白井市・柏市》  
主催/北総歩こう会 ☎ 04-7145-1620 (中山)  
日時/12月13日(日) 9時10分 団体歩行  
集合/湖北台中央公園(JR成田線湖北駅 徒歩10分)  
※湖北駅到着時間 下り8:31・8:54 上り8:32・8:54  
参加費/CWA加盟団体無料・その他300円  
解散/14km:14時頃 高柳駅前(東武野田線) 18km:15時頃 柏図書館高柳分館広場(高柳駅 徒歩5分)  
コース/湖北台中央公園～手賀の丘公園～大師堂～円林寺～西輪寺～ファミリーマート(昼食)～薬師堂～持法院～熊野神社～善龍寺～福寿院～原堂～高柳分館  
○みどころ 200年以上の歴史を持つ「四国八十八ヶ所東葛印旛大師霊場」を巡拝するシリーズ第4回目の行事です。今回は初冬の我孫子・白井・柏をお遍路さんの気分になりながら、16の札所と4掛所を巡ります。ロング18km、ショート14kmと誰でも参加しやすいコースです。

**市川・船橋 市境めぐりウオーク** 13 km

《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/12月19日(土) 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30分頃 天沼弁天池公園(JR総武線・東武アーバンパークライン船橋駅 徒歩5分)  
コース/葛飾八幡宮～大柏川調節池緑地～姥山貝塚公園～行田公園～長津川親水公園～天沼弁天池公園  
○みどころ 一年を振り返り、来年も健康で歩けますようにと葛飾八幡宮に祈願して、今年最後のウォーキングに出かけます。姥山貝塚、行田公園、長津川親水公園と初冬の公園に遊び、ゴールの天沼弁天池公園までの13km、安全に落伍することなく今年一年の締めくくりに相応しいウォーキングを楽しみましょう。

**東葛で歩き納めウオーク** 12/26/36 km

《500選 12-02》  
《千葉県54ウオーク千葉県市・船橋市・白井市・柏市》  
主催/東葛ウォーキングクラブ ☎ 090-3345-8750 (古宮)  
日時/12月23日(水) 自由歩行  
集合/12・36km:8時～10時 新検見川公園(JR総武線新検見川駅 徒歩3分) 26km:9時 大和田駅(京成線)  
参加費/CWA加盟団体無料・その他300円  
解散/12km:13時30分頃 大和田駅付近 26・36km:17時まで 柏駅東口そごう前(JR常磐線 徒歩5分)

○その他 12km/36km参加者には500選を認定

**第154回平日楽々ウオーク** 10 km  
「年の瀬ウオーク」

《千葉県54ウオーク 千葉市》  
主催/ちば歩こう会 ☎ 090-5762-7725 (平野)  
日時/12月24日(木) 9時30分 団体歩行  
集合/みなと公園(JR京葉線千葉みなと駅 徒歩5分)  
参加費/ちば歩100円・その他300円  
解散/15時頃 三越屋上(JR千葉駅 徒歩10分)  
コース/みなと公園～問屋町～千葉寺～青葉の森公園(昼食)～矢作トンネル～境橋～千葉神社～三越屋上  
○みどころ 師走の千葉市内の情景を味わいながら、今年最後の例会を楽しみ、無事に1年を過ごせたことに感謝し、来年も元気で歩けますように三越屋上で乾杯で締めくくります。

**年忘れウオーク 「イヤールウンドコースを歩く」**  
12/14/26/28/40 km

《千葉県54ウオーク 船橋市・市川市・習志野市》  
主催/船橋歩こう会 ☎ 090-7703-3782  
日時/12月30日(木) 8時～12時 自由歩行  
集合/船橋駅北口(JR総武線)  
参加費/船歩無料・その他200円  
解散/15時まで 船橋駅北口(13時以降新たなコース挑戦は不可)  
コース/運動公園コース(14km) 中山法華経寺コース(14km) 谷津干潟コース(12km) IVV 認定:距離は歩行合計、回数は1回分です。  
○みどころ 恒例の年忘れウオークです。上記3コースから自由に選択し、時間内であればどのコースでも何回でも歩けます。54ウオークはコースにより異なります。

**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)

12月5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)
12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)
12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)
12月12日(土)	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・敷物持参 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5回未来都市MAKUHARLウオーク 報告

「未来都市 MAKUHARI ウォーク」は、参加ウォーカーの便宜を図るため、出発地を幕張海浜公園とし、ゴールは大会に特別協力をいただいたイオン幕張新都心店アクティブモールのスポーツオーソリティ(株式会社メガスポーツ)の3階ウォーキングコーナーにして、9月19日(土)、20日(日)に開催されました。



前日の矢貼りのときは雨模様でしたが、大会の2日間は好天気恵まれ、1日目297人、2日目311人、計608人のウォーカーに参加していただきました。昨年までは参加費無料でしたが、本年から参加費の必要な大会となり心配していたのですが、JWAのWalking Life 誌7・8月号に一頁の大会広告が掲載され、またスポーツオーソリティはじめ関係者の努力により、参加者数は昨年を上回ることができ、ほっとしました。

1日目の20kmコースは、これまで海岸沿いの長いコースを歩いたのですが、今回は木陰のある遊歩道を通るコースに変えたところ、強い日差しを避けることができたとして参加者から喜ばれました。一方、2日目の10・20kmコースでは、9月中の豪雨の影響からか海岸沿いのコースの最後のところが通行止めになっていて、コースを変更せざるを得なくなり、前日の矢貼り担当者には大変ご苦労をおかけしました。

例年特別協力をいただいているNPO法人日本オリンピック協会(オリンピック参加選手の団体)から、副会長の鶴見修治さん(1960年ローマ・1964年東京オリンピック、



体操金メダリスト)が参加され、ウォーカーとともに10kmコースを歩かれました。

特別協力いただいたスポーツオーソリティの南山社長はじめ、助力いただいた社員の皆さまにお礼申し上げますとともに、参加されたウォーカーの皆さま、ありがとうございました。

PT委員長 中村 建策

## ピンクリボンスマイルウォーク2015 報告

10月3日(土)会場 六本木ヒルズアリーナ「風わたる、秋の街を歩こう」をネーミングにした今年の大会ですが前日までの雨もすっかりと上がり朝から青空が広がりました。CWAの担当は表参道コース6kmです。この春発足した女性部の初仕事でもあり皆さまの期待も大きく今日一日参加者の安全歩行に注力しようと部員一同心が一つになりました。4月の日本対がん協会・KWA・SWA・JWA との合同打合せに始まり初夏のころから数回の下見、前年懸念された場所の具体的な対策、各団体との調整・・・と少しずつ確実に歩を進めて参りました。

大会直前、ビルの工事が始まった箇所があり予定外の誘導が必要となりましたがこれも無事クリア出来ました。通常の大会とは異なり女性の参加者が大半でカラフルな服装が目立ち、大会ゲストの山田邦子さん・女医の山内英子先生・男性ボカルのLE VELVETSのトークショーやライブもあり華やかな会場風景でした。気になる参加者数は事務局発表で4,300人を超えたとの事です。真夏を思わせる日差し、暑さの中の誘導、本当にお疲れさまでした。要所、要所の誘導には男性幹事のご協力をいただき頼もしい限りでございました。また北総歩・いちかわ歩から女性役員の方々の応援、誠にありがとうございました。今年の経験を踏まえ来年の大会もまた頑張っけてゆきたいと思ひます。

女性部 佐々木 のぶ子



## 第5回 WCI ウォーキング & ノルディック ウォーキング大会 報告

WCIウォーキング&ノルディックウォーキング大会は年初中止という主催者側の判断でしたが急きょ開催されることになり(一社)全日本ノルディック・ウォーク連盟の東京ノルディック・ウォーク連盟からCWAに依頼が来たのは7月末の事でした。詳細もわからずスタート・ゴール地点のプリズムホールから5・10kmのコースを考えなければなりません。東京都なので矢貼りはできません。誘導員の関係でできるだけ簡単なコースで見どころも入れる必要があります。いろいろ調べて1回目の下見を実施できたのは8月2



4日です。ノルディックの方と一緒に下見してまず5kmを案内しました。プリズムホール前で打ち合わせ後CWAメンバーだけで10kmコースを回り良い感触を得てコース作成者としてホッとしました。途中ドーム側よりコース変更の依頼がありましたが9月15日道路許可申請し、同18日に許可が出て当日を迎えることになりました。綱渡りの申請でした。

当日10月4日(日)は、真夏を思わせる晴天で800名の参加者も誘導員も汗だくになった日でしたが、一人も熱中症や事故の報告もなく無事終えることができホット致しました。また朝の「みのもんたさん」の話が長く急きょ一斉にスタートした為5・10km分岐点で混乱があり間違えた方がおられましたが、誘導員が気づき正しいコースに誘導することができました。

短期間でこれだけの事をこなせるCWA幹事会の力を感じさせた1日でした。ご協力いただいた役員の皆様ありがとうございました。

PT副委員長 遠藤 啓一