



通算第177号

2016年1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 千葉県稲毛区天台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



## 新年を迎えて

NPO法人千葉県ウオーキング協会会長 片山 篤

新年明けましておめでとうございます。

CWAの会員並びに関係団体の皆様方には、健やかに新年をお迎えのことと心よりお慶び申し上げます。

昨年は1月にNHKから出演依頼があり、9月の未来都市MAKUHARIウオーキングではテレビ朝日が終日取材とマスコミに取り上げられました。又、CWAのホームページを一新したところ他協会の方々からも高い評価を得ることが出来ました。

組織を活性化させる為に、『イチガンプロジェクト』を立上げ、女性部を創り基幹組織である幹事会の改革に着手しました。女性部は期待を超える活躍振りで見事にピンクリボンスマイルウオーキングを成功に導き、幹事会は人材育成・登用を定着させる為に副幹事長の複数化と新リーダーによる大会運営を計画しており、私の期待に沿った活動を行っております

昨年はJWAの常務理事に推挙され多忙な年となりましたが、他団体を含めたCWAへの期待は大きく新たな事業やウオーキング指導分野でも要請が多く、ウオーキング教室は海浜幕張教室が自立し大変成果の有った一年となりました。

新しい年を迎え、CWA組織の更なる活性化と機動力を発揮し、参加者・ウオーカーの皆様方の期待に応えたく活動してまいります。

本年も皆様方の益々の御支援と御指導を宜しくお願い申し上げます。

※12月号にてご案内の、修正とお詫び。

新春初詣ウオーキング日程記載間違い。

1月8日(日)→1月9日(土)



## 第2回バスウオーキング

「第26回南房総フラワーマーチ大会日帰りバス」

- 日時／平成28年3月5日(土)～6日(日)
- 集合／①JR千葉駅東口NTT前両日とも、7時(1台)  
②JR津田沼駅南口千葉工大前 6時30分(1台)  
両日とも出発式参加のため若干早くなりました。
- 出発／上記の集合時間により準備でき次第出発します。
- 解散／①JR千葉駅東口NTT前 17時30分頃  
②JR津田沼駅南口千葉工大前 18時15分頃
- 距離／①1日目:南 11/23km・内房田園コース24km  
②2日目:北 10/20km  
※両日とも、5kmコースもあります。

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・飲物付・大会参加費(2,000円)を含む。  
＜2日間参加＞                      ＜1日間参加＞

CWA会員:            11,500円                      6,900円

会員以外の方: 12,000円                      7,400円

※1日目帰路、道の駅にて買物タイム(予定)

※2日目帰路、花摘み(別途実費)道の駅ちくら潮風大国(予定)

\*バスウオーキング年間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。

バスウオーキング申込・問合せ先/担当:鈴木和子

☎: 090-1552-2378    ☎・FAX: 047-451-0084



千倉町白間津の花畑

**雑司ヶ谷の掃苔**

10 km

主 催／北総歩こう会 ☎ 04-7145-1620 (中山)  
 日 時／2月3日(水) 9時30分 団体歩行  
 集 合／江戸橋公園(JR山手線巢鴨駅 徒歩5分)  
 参加費／北総歩100円・CWA加盟団体200円・  
 その他300円

解 散／14時30分頃 南池袋公園(JR山手線池袋駅  
 徒歩3分)

コース／江戸橋公園～東福寺～南大塚公園～大塚公園  
 ～大塚先儒墓所～護国寺～清土鬼子母神～雑司ヶ谷霊  
 園(昼食)～大鳥神社～鬼子母神～法明寺～豊島区役所  
 ～南池袋公園

○みどころ 谷中・染井に続く掃苔シリーズ3回目。徳川  
 家に仕えた儒者(仏式で葬儀することが憚られる昌平黻の  
 朱子学者)たちが儒式の葬儀による墓を設けた墓地・大塚  
 先儒墓所や護国寺・雑司ヶ谷霊園の有名人の墓を掃苔  
 する。

**ぶら散ウオーク・江の島と湘南海浜のみち 14 km**

《500選 神奈川 14-06》

主 催／東葛ウォーキングクラブ ☎ 090-3345-8750 (古宮)  
 日 時／2月3日(水) 10時 団体歩行  
 集 合／藤沢駅前付近(JR東海道本線藤沢駅 改札前  
 にて案内予定)

参加費／東葛WC無料・その他300円

解 散／15時頃 藤沢駅(JR東海道本線)

○その他 江の島内散策は各自でお願いの予定

**成田空港周遊**

11/24/36/53 km

《千葉県 54 ウオーク 成田市・富里市》

主 催／東葛ウォーキングクラブ ☎ 090-3345-8750 (古宮)  
 日 時／2月7日(日) 7時～10時 自由歩行  
 集 合／栗山公園(JR成田線・京成線成田駅 徒歩3分)  
 参加費／東葛WC無料・その他300円

解 散／18時頃まで 栗山公園

○その他 千葉54Wは参加コースにより異なります。  
 問い合わせなどにより御確認ください。

**総会ウオーク(行徳から浦安を巡る)**

11 km

《千葉県 54 ウオーク 市川市・浦安市》

主 催／いちかわ歩こう会 ☎ 090-3595-0926 (櫻井)  
 日 時／2月13日(土) 12時30分 団体歩行  
 集 合／南行徳公園(メトロ東西線南行徳駅 徒歩5分)  
 参加費／CWA加盟団体無料・その他300円

解 散／16時30分頃 舞浜駅北口(JR京葉線)

コース／南行徳公園～広尾防災公園～清滝神社～旧宇  
 田川・大塚家住宅～正福寺～豊受神社～浦安郷土博物  
 館～中央公園～舞浜駅北口

○みどころ 浦安市の市域は東京オリンピックの開催さ  
 れた昭和39年に埋め立てが始まり、現在の面積は埋め立  
 て前の約4倍となっています。その景観は東京ディズニー

ランドと高層マンション群を有する新市街区域と境川流域  
 の旧市街区域とで際立った対照をなしています。浦安市  
 の寺社は境川流域に広がる旧市街に偏在しているが、今  
 回はそれらの寺社と旧宅を巡って新市街地を通り、JR舞  
 浜駅をゴールとするコースです。

**総会ウオーク**

11 km

《千葉県 54 ウオーク 船橋市》

主 催／船橋歩こう会 ☎ 090-7703-3782  
 日 時／2月14日(日) 13時 団体歩行  
 集 合／新高根5丁目公園(新京成高根公園駅 徒歩5  
 分)

参加費／CWA加盟団体無料・その他300円

解 散／16時30分頃 天沼弁天池公園(JR総武線船橋  
 駅 徒歩5分)

コース／新高根5丁目公園～神明神社～意富比神社～  
 八栄橋～稲荷神社～日枝神社～夏見公民館～天沼弁天  
 池公園

○みどころ 午前中の総会終了後、市内中心部まで歩  
 きます。明治22年の大合併で八栄村が誕生する以前の  
 旧八箇村の中の三つの村の鎮守様をめぐる。昭和12  
 年に船橋市が誕生して八栄村は消滅しましたが、八栄橋、  
 八栄小学校は現在も残っています。

**総会ウオーク 我孫子の裏道を歩く 12 km**

《千葉県 54 ウオーク 我孫子市》

主 催／北総歩こう会 ☎ 04-7145-1620 (中山)  
 日 時／2月14日(日) 9時 団体歩行  
 集 合／我孫子駅南口東公園(JR常磐線我孫子駅 徒  
 歩3分)

参加費／CWA加盟団体無料・その他300円

解 散／13時頃 我孫子ふれあい広場(JR常磐線 我孫  
 子駅 徒歩3分)

コース／我孫子駅南口東公園～商工会館～子ノ神社  
 ～水の館～水神山古墳～高野山桃山公園～こもれび～  
 中央公園(昼食)～水道局～我孫子ふれあい広場

○みどころ 今回は午前中ウオーク、午後に総会を開き  
 ます。場所は我孫子で歩きなれた場所ですが、タイトルの  
 通り「裏道」を中心に皆さんが余り歩いていないコースを選  
 びましたので新鮮なコースになっていると思います。ご参  
 加お待ちしております。

**総会ウオーク**

11 km

《千葉県 54 ウオーク 千葉市》

主 催／ちば歩こう会 ☎ 080-3492-1041 (立川)  
 日 時／2月20日(土) 13時 団体歩行  
 集 合／幕張海浜公園(JR京葉線海浜幕張駅 徒歩5  
 分)

参加費／CWA加盟団体無料・その他300円

解 散／16時30分頃 稲毛浅間神社(京成線稲毛駅  
 徒歩5分)

コース／幕張海浜公園～打瀬小学校～打瀬公民館～磯

辺公園～真砂中央公園～稲毛浅間神社

○みどころ 幕張新都心の洋と和の調合した建築物と暖かみの有る石畳、電柱やゴミ置き場の無い綺麗な街並みを歩きます。

総会ウオーク

10 km

《千葉県 54 ウオーク 匝瑳市》

主催/東総歩こう会 ☎ 090-4243-6769 (川尻)

日時/2月21日(日) 12時15分 団体歩行

集合/銚子市役所 (JR銚子駅 徒歩10分)

参加費/CWA加盟団体無料・その他300円

解散/15時頃 銚子駅 (JR成田線・総武本線)

コース/銚子駅～ヒゲタ醤油本社～桔梗屋そば店～銚子大橋入口～銚子中学～千葉トヨペット～ヒゲタ醤油見学～市立銚子高校～春日台～翔天の碑～本城団地入口～ボルタック～松岸見晴台～テレビ中継塔～松岸駅

○みどころ 銚子は黒潮の流れにより、冬は暖かいという土地を生かしたやわらかい春キャベツは、全国一の生産量を誇っています。このキャベツ畑を見ながら、そして、太平洋戦争末期に、八紘石腸隊(はっこうせきちようたい)が組織され、出陣し還らぬ人となった史実を風化させることがないようにとの願いが込められた、翔天の碑と、ヒゲタ醤油工場を見学します。

第156回平日楽々ウオーク

11 km

奇祭探訪「和良比はだか祭」

《千葉県 54 ウオーク 四街道市》

主催/ちば歩こう会 ☎ 080-5028-2343 (三枝)

日時/2月25日(木) 9時15分 団体歩行

集合/物井駅前広場 (JR 総武本線・成田線)

参加費/ちば歩100円・その他300円

解散/13時30分頃 皇産霊神社(みむすびじんじゃ)

(JR 総武本線・成田線四街道駅 徒歩15分)

コース/物井駅～千代田公民館～池花公園～内黒田橋～都市広場(昼食)～四街道駅～皇産霊神社～四街道駅

○みどころ 毎年2月25日に行われる和良比はだか祭りは、四街道市和良比に鎮座する皇産霊神社の例大祭で、江戸時代から続く春を告げる「どろんこ祭り」、そのお祭りを見学するウオークです。

市川三大貝塚巡りウオーク

12 km

《千葉県 54 ウオーク 市川市》

主催/いちかわ歩こう会 ☎ 090-2737-9860 (川田)

日時/2月28日(日) 9時 団体歩行

集合/藤原北広場 (JR武蔵野線船橋法典駅 徒歩3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時頃 堀之内公園(北総鉄道北総線北国分駅 徒歩3分)

コース/藤原北広場～姥山貝塚公園～大柏川第一調節池緑地～曾谷貝塚～弁天池公園～国分川調節池緑地～

～堀之内貝塚(市川歴史博物館・市川考古博物館)～堀之内緑地～堀之内公園

○みどころ 市川市には縄文時代に形成された貝塚が数多くありますが、中でも規模の大きな貝塚である姥山・曾谷・堀之内の3箇所を一気に廻ります。今でも表層に多数の貝殻が残っております。縄文時代に想いを馳せながら歩きます。

勝浦の雛祭りウオーク

10 km

《千葉県 54 ウオーク 勝浦市》

主催/東葛ウォーキングクラブ ☎ 090-3345-8750 (古宮)

日時/2月28日(日) 10時 団体歩行

集合/勝浦駅前付近 (JR外房線)

参加費/CWA加盟団体無料・その他300円

解散/15時頃 勝浦駅前付近

○その他 雛祭り会場では、各自自由散策の予定 千葉駅発8時18分(要確認)に乗車



「かつうらビッグひな祭り」

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)

2月13日(土)	受付	場所	旭スポーツの森 (JR総武線旭駅 徒歩10分)
		時間	9時
		解散	12時頃
2月13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)
2月13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)
2月27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)

\*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

主催:CWA組織・指導部

場所:イオンアクティブモール・スポーツオーソリティ  
3階スポーツ塾

日時:11月8日(日)受講終了者:37名

内容:今回の指導者研修会は、午前にはウォーキングイベントや教室における安全・安心を確保するための考え方や能力について、千葉県交通安全対策室主管・県警交通管理官渡邊優氏によるパネル講演で、自転車や自動車と歩行者との関連を学びました。



今年、フェスタ東京大会の地元住民のクレームや京王電鉄沿線ウォークのマナーを起因とする大会中止に鑑み「歩行マナーとルール」を徹底すべく、出発式での「コース説明」に代わり「歩行上の諸注意」としてマナーとルールをマニュアル化したところと共通認識できたことは、グッドタイミングの指導者研修会となりました。

午後の「AED等の心肺蘇生法」は千葉県防災普及公社主査三津谷博氏外5名による技術指導で、全員が実際に心肺蘇生方法を人形や道具を使って学びました。この研修により、遭遇した緊急事態に対して、とっさの行動につながる自信を育むきっかけになればと願っています。

組織・指導部:平野 潤

#### 手賀沼ふれあいウォーク実施 報告

11月21日(土)天候 快晴 参加者1337名  
柏会場・手賀沼会場2か所で開催され、晴天に恵まれ多くの参加者が集まってくれました。大会始まって以来の1337名という参加数の新記録を出す事ができました。

この大会の特徴は子供の参加が35%あり、普段歩かない方も数多く参加するイベントです。探偵コース4kmの参加が一番多く517名(43%)10Kmコース471名(40%)本来なら1番人気の20Kmはわずか201名(17%)という内容です。事前申込の出足は悪く心配したのですが、結果的には昨年比30%増しの申込がありました。後は当日の参加者数が大会の成功・不成功を決める要因です。ウォーカーでない方が大半を占める大会なので、当日のお天気が一番心配でした。前日矢貼りをした時は曇りの予報が雨模様になり、どうなることかと心配しました。ふたを開けてみると朝から快晴で風もなく絶好のウォーキング日和になりました。後は事故なく終了する事を祈るばかりです。足をつって動けなくなった方がいらっしやいましたが大事に至らず終了できました。協力いただいた役員の皆様、ご参加いただいた皆様ありがとうございました。



リーダー 遠藤 啓一

#### 【24km踏破で多くを学んだ中学生】

野田市立北部中学校の要請でウォーキング講師を2回(2日)に渡り派遣しました。

1回目は11月25日生徒410名・職員31名で講演と歩幅測定・歩測大会の予定でしたが雨のため会場を体育館に変更し、「中学生向け歩育」の講演と歩幅測定のみを実施しました。

生徒全員が規律正しく、挨拶がしっかり出来ることに感嘆しました。講演では、何故中学生にも歩くことが必要なのかを、解りやすく説明し、11月27日の大会での基本的な「美しく快適に歩くポイント」を実技指導の後、くつの履き方とストレッチを指導しました。(平野・間島・山野井)

2回目は11月27日(金)で当校10回目となる「24kmロングウォーク大会」参加生徒403名・職員31名・保護者28名で、前半10kmまでは



クラス(14クラス)ごとの団体歩行昼食後後半14kmは5~6名のグループ歩行となり4ヶ所のチェックポイントではチェックカードで一緒に歩行をしているかの確認をしていました。さすがに、20kmを越えるあたりから疲れが見え始め、江戸川堤防で靴を脱いで休む姿がめだち始めました。グループごとに弱った友の肩を抱き、あるいはリュックを背負ってあげて歩く姿に思はず目頭を熱くしながらの歩行となりました。この24kmロングウォーク大会は、生徒の一生の思い出となるだけでなく、大きな自然の懐に抱かれてお互いに助け合い励まし合って生きていくことの大切さを自らの貴重な経験で学んだことでしょう。

組織・指導部:平野 潤

#### 第2回佐倉カルチャーウォーク実施 報告

大会実施日:11月28日(土)天候:晴れ 昨年に続き、佐倉城址公園の自由広場で開催されました。

例年であれば黄色に色づいた見事なイチョウ並木の前で当日を迎えておりましたが、今年は葉が落ちる日が早く僅かに4本を残すのみとなっていたのが残念でした。



実行委員会主催による二回目の大会は、幸いにも天候に恵まれ、参加者数も僅かではありましたが昨年よりも増え519名と、多くの皆様に御参加いただけただことに感謝を申し上げます。

関係各団体の御理解と御支援を受け、次回は更により良い大会へと改善を重ねて、皆様の期待に応えたいと考えます。

実行委員長 古宮 誠