



# CWA

# ニュース

通算第183号

2016年7月号

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://npocwa.c.ooco.jp

e-mail:npocwa@nifty.com

毎月1日発行 編集責任者 山口 誠

## 第20回くつの日記念ウォーク 13 km

《千葉県 54 ウォーク 鎌ヶ谷市》

主催/CWA ☎ 043-255-0141

日時/9月2日(金) 9時 団体歩行

集合/新鎌ふれあい公園(東武野田線・新京成線・北総線 新鎌ヶ谷駅 徒歩3分)

参加費/CWA加盟団体200円・その他300円

解散/15時頃 新鎌ふれあい公園(東武野田線・新京成線・北総線 新鎌ヶ谷駅 徒歩3分)

コース/新鎌ふれあい公園～初富稲荷神社～鎌ヶ谷大仏～根頭神社～公民館市民の森(昼食)～八幡春日神社～日本ハムファイターズ球場～貝柄山公園～下総小金中野牧跡(野馬土手)～新鎌ふれあい公園(ゴール:景品抽選会場)

○みどころ 下総小金中野牧跡(江戸幕府が野生の馬を追い込んで軍馬を確保する捕込と言われた野馬土手です。)

### 千葉県54ウォークのお知らせ 《平成29年度で終了します》

千葉県54ウォークについては、平成25年3月から開始したところ、多くのウォーカーがCWAおよび各加盟団体の行事に積極的に参加され、平成27年度に28人の方が完歩され、3月の通常総会で表彰されました。28年度においては、これまでに5人の方が完歩されています。

これから完歩された方は、CWAまたは各歩こう会・クラブの役員にお申し出ください。また、11月26日(土)の第3回佐倉カルチャーウォークで受付けますのでお申し出ください。来年3月の通常総会で表彰いたします。

この千葉県54ウォークは、平成29年度いっばいで終了となります。完歩を目指しておられる方は、CWAニュースの行事一覧表で認定対象となる市町村を確認して、参加していただきたいと思ひます。

なお、平成29年度から、CWAと各加盟団体が参加して行なう新たな企画を検討しているところで、決定しましたら発表いたします。ご期待ください。

#### “CWA事務所「夏季休暇」のお知らせ、

8月11日(祝木)～8月17日(水)まで

CWA事務所は夏休みを取らせて頂きます。

尚、業務開始は8月18日(木)からとなります。

## 第5回バスウォーク参加案内

『栃木龍王峡・日光裏見の滝』

主催/CWA ☎ 043-255-0141

日時/平成28年9月13日(火)

集合/①JR千葉駅東口 NTT前・午前6時45分

②JR津田沼駅南口千葉工大前・午前6時55分

出発/両駅①②とも集合の15分後に出発します

解散/①JR津田沼駅南口千葉工大前 18時10分頃

②JR千葉駅東口 NTT前 18時35分

コース/①栃木・龍王峡ウォーキング(70分)

②日光だいや川公園ウォーキング・昼食(75分)

③日光裏見の滝散策(45分)

※磐梯日光店→買物タイム(30分)

### ○みどころ

①鬼怒川峡谷を作る奇岩・怪石の数々(2200万年前の海底火山活動の火山岩)自然の造形の不思議さ。虹見橋から美しい虹見の滝を眺められる。

②日光地方生活圏の広域レクリエーション活動の拠点の広域公園。

③日光三名瀑の一つ(華厳の滝・霧降の滝)、安良沢国の中に位置し大谷川支流の荒沢川にある(落差19m)。

距離/15km(予定)

募集人員/最大で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台予定)

参加費/昼食・飲物を含む。

CWA会員 6,900円・会員以外の方 7,400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

### 『7月3日(日)指導員認定講習会日程変更の件』

7月開催分は、大変申し訳ありませんが、10月開催分と併合させて頂きます。理由は参加者不足と、会場確保がイオンを含め不可能だった為です。次回開催案内は早めに発信致しますので、宜しくお願い致します。

組織・指導部:斎藤 健

## お祭りウオーク

10 km

## 《千葉県 54 ウオーク 香取市》

主催／東総歩こう会 ☎ 090-4243-6769 (川尻)  
 日時／7月16日(土) 9時20分 団体歩行  
 集合／佐原中央公民館(JR成田線佐原駅 徒歩3分)  
 参加費／東総歩無料・その他300円  
 解散／12時頃 道の駅水の郷さわら(JR成田線佐原駅  
 徒歩15分)

コース／佐原中央公民館～小野川沿い～忠敬旧宅～八坂神社～観福寺～県立佐原病院前～道の駅

○みどころ 小野川沿いに並ぶ佐原の山車を、身近にご覧いただけます。



「山車」

## ミニナイト 江戸川の花火を見に行こう 10 km

## 《千葉県 54 ウオーク 市川市》

主催／北総歩こう会 ☎ 04-7145-1620 (中山)  
 日時／8月6日(土) 16時 団体歩行  
 集合／葛飾にいじゅくみらい公園(JR常磐線各駅停車  
 金町駅 徒歩10分)  
 参加費／CWA加盟団体無料・その他300円  
 解散／18時30分頃 江戸川花火大会会場(JR総武線  
 市川駅 徒歩10分)

コース／にいじゅくみらい公園～柴又帝釈天～柴又公園～小岩菖蒲園～市川関所跡～江戸川花火大会会場

○みどころ 夏の蒸し暑い夕方江戸川の涼しい風を受けながら歩き、ゴールでは毎年関東花火大会人気ランキング上位に選ばれる「江戸川花火大会」で幻想的な光の祭典を楽しんでください。

## ラジオ体操ウオーク PART II

10 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／8月7日(日) 6時30分 団体歩行  
 集合／天沼弁天池公園(JR船橋駅 徒歩5分)  
 参加費／CWA加盟団体無料・その他300円  
 解散／10時頃 新高根5丁目公園(新京成高根公園駅  
 徒歩3分)

コース／天沼弁天池公園～船橋中央卸売市場～八栄橋～夏見緑地～船橋運動公園～高根小学校～中央公園・リブレ京成～新高根5丁目公園

○みどころ 4年目を迎えた恒例のラジオ体操ウオークのPART IIです。早朝のラジオ体操後、日差しが熱くなる前に船橋北部の里山と緑陰を巡ります。尚、受付はラジオ体操終了後に行います。

## 早朝ウオークPart②

13 km

## 「森林浴を楽しもう」

《500選 東京 13-04》《千葉県 54 ウオーク 浦安市》

主催／いちかわ歩こう会 ☎ 090-2645-6086(鈴木)  
 日時／8月20日(土) 7時30分 団体歩行  
 集合／葛西臨海公園駅前広場(JR京葉線)  
 参加費／いちかわ歩無料・CWA加盟団体200円・  
 その他300円

解散／12時頃 舞浜駅前(JR京葉線)

コース／葛西臨海公園駅前～汐風の広場～新長島川親水公園～総合レクリエーション公園～新田の森公園～新左近川親水公園～よい子の広場～なぎさ公園～旧江戸川～舞浜大橋～JR舞浜駅前

○みどころ 濃い緑に覆われた道、オゾンたっぷりの六つの公園を梯子ウオークします。汗を流し、オゾンをたっぷり取り入れ、旧江戸川の風に吹かれて、体温調節のできる体力を作りましょう。夏真っ盛りのウオーク、森林浴ウオークで楽しみましょう。「水分と塩分を適度に摂りましょう」ネ!



「新左近川親水公園」

## 渚ウオーク

10 km

## 《千葉県 54 ウオーク 銚子市》

主催／東総歩こう会 ☎ 090-4243-6769(川尻)  
 日時／8月21日(日) 9時40分 団体歩行  
 集合／犬吠駅前広場(銚子電鉄)  
 参加費／CWA加盟団体無料・その他300円  
 解散／14時頃 利根川河川公園(JR成田線銚子駅  
 徒歩10分)

コース／犬吠駅～波のり遊歩道～犬吠埼灯台～君ヶ浜市営休憩所～美加保丸記念碑～一山いけす～ウオッセ(昼食)～第3魚市場～第2魚市場～第1魚市場～利根川河川公園

○みどころ 江戸時代から多くの文人や商人・漁業者も集めてきた銚子。水揚げ日本一の魚市場や、灯台周辺の地層は国指定の天然記念物になっています。暑い8月ですが、気温は東京より、約5度位低いので、爽快な気分でウォーキングをすることが出来ることでしょう。

戦場ヶ原バスウオーク

10 km

主催／北総歩こう会 ☎04-7145-1620 (中山)  
 日時／8月24日(水) 7時30分 団体歩行  
 集合／流山おおたかの森駅東口(TX・東武線)  
 参加費／北総歩 5,500円・北総歩のお知り合い6,000円  
 申込書(チラシ)に現金を添えてお申込下さい。  
 募集人員／90名(45名乗り大型観光バス2台)  
 定員になり次第締め切ります。郵便振込の場合口座番号  
 00110-9-758025 加入者名 北総歩こう会  
 解散／18時30分頃 流山おおたかの森駅東口  
 コース／流山おおたかの森駅～湯元ビジターセンター～  
 湯滝前(昼食)～戦場ヶ原ウオーキング～竜頭ノ滝～流山  
 おおたかの森駅  
 ○みどころ 湯滝から竜頭ノ滝まで涼しい高原の戦場ヶ  
 原(約10km)を歩きます。IVV進呈、平日パスポート押  
 印。

第161回平日楽々ウオーク

10 km

「早朝ウオーク(千葉公園・園生の森・草野水路)」

《千葉県 54 ウオーク 千葉市》

主催／ちば歩こう会 ☎090-7413-5014(中村)  
 日時／8月25日(木) 7時30分 団体歩行  
 集合／千葉公園(JR・京成千葉駅 徒歩10分)  
 参加費／ちば歩100円・その他300円  
 解散／11時頃 仲よし公園(JR総武線稲毛駅徒歩8分)  
 コース／千葉公園～天台池の原公園～千葉市動物公園  
 ～千葉市スポーツセンター～園生の森公園～草野水路  
 ～仲よし公園  
 ○みどころ 真夏の暑い陽射しを避けて早朝にスタート、  
 緑陰を求めて歩き、午前中11時頃にゴールします。



「千葉公園の大賀ハス」

早朝ウオーク Part③

13 km

「大町梨街道を行く」

《千葉県 54 ウオーク 松戸市・市川市》

主催／いちかわ歩こう会 ☎090-1031-6318(矢田貝)  
 日時／8月27日(土) 8時 団体歩行  
 集合／みかど公園(JR武蔵野線市川大野駅 徒歩5分)  
 参加費／CWA加盟団体無料・その他300円  
 解散／12時頃 みかど公園  
 コース／みかど公園～JR東松戸駅～ゆいの花公園～佐  
 渡ヶ嶽部屋～北総線大町駅～大町自然公園・観賞植物  
 園～駒形大神社～礼林寺～法蓮寺～みかど公園  
 ○みどころ 市川市と松戸市の市境に点在する公園と特  
 産の梨畑を見ながらのコースです。「梨」は収穫期の真っ  
 最中。大町梨街道(R464)には朝取り梨の直売店が軒を  
 連ねてお客さんを待っています。ゴールでは、試食用の  
 朝取り梨を用意しておりますので、旬の味覚をお楽しみくだ  
 さい。また、お土産にもどうぞ！！



「大町の梨」

ウオーキング教室

教室は県内4箇所で開催致します(雨天中止)

8月20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)
8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)
8月27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)

東総教室の8月は開催致しません。

\*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法人千葉県ウオーキング協会

## 第20回日本ウォーキング学会大会 報告

5月20日第20回日本ウォーキング学会大会が神戸海星女子学院大学にて開催された。

今回のテーマは

- ◎介護予防とウォーキング
- ◎健康経営とウォーキング
- ◎障がい者とウォーキング



- ◎全国ウォーキンググループのネットワーク形成

の4項目であった。ポールを使ったウォーキングを対象としたものが多く、特徴として感じたのは、行政当局の発表が複数あったのと、障がい者に関する報告が目立った、中でも障がい者本人の発表は感動のものであった。

日本ウォーキング学会会員 黒岩 康

(千葉県54W) 長柄・横穴群と長南・花菖蒲園を  
訪ねる 18/12 km 報告

千葉県54ウオークが始まってからバスウオーク以外では行っていないところが数市町あり、そのうち今回は長柄町・長南町を歩きました。5月29日(日)に78名が参加し、晴天のもとショート12kmとロング18kmで行いました。

茂原公園を経て田園の道を行き、新興住宅地にある高久蓮池公園でトイレ休憩。この辺りは新しい街と古い街がありますが、道がうまくつながっておらず大回りをして圏央道の下を通過して長柄町の史跡「横穴群」に着きました。ここは、古墳時代から平安時代にかけて崖や山腹などを側面から掘って造った墳墓群で、横穴群と資料館を見学しました。

当初ショートコースは、ここから花菖蒲園「白井田園」を経て、バスで茂原駅に向かうことにしていましたが、バスの運行時刻が計画時と変更になり、50分ほど早くなってしまったため(バスは2~3時間に1本しかありません)、花菖蒲園をカットしてバス停に向かわざるを得ませんでした。普段はバスに乗る人は多くないところで、20人近くがバス停にいたので、運転手が驚いていたとのこと。

ロングコースは、横穴群から長南の花菖蒲園に向かいました。前日にオープンしたばかりで満開という状況ではなかったこともあり、入園して楽しむ人はチラホラでした。ここからは茂原駅まで自由歩行ですので先を急ぐ人が多くみられました。

バスウオーク以外では行っていない市町へ行くウオークを考えたいと思っていますので、皆さまの参加をお待ちしています。



コースリーダー: 中村 建策

## 第6回両総用水の路ウオーク 報告

実施日: 6月4日(土) 距離: 15km 参加者数156名

朝から真夏のような太陽が照りつけ、とても暑い中。今回のコースは何年か前に行った「東金・山武」の逆コースです。同じコースでも逆に歩くと又違った味わいがあります。

会場は求名駅から徒歩10分の所にあるとても立派な城西国際大学(高田宮殿下記念スポーツパーク)での出発式。CWA平野副会長の♪~「あれをごらんと指さす方に~」と美声の一小節から始まった挨拶。会場は一気に和やかな笑顔に包まれました。



その後両総土地改良区の事務局長の挨拶・コース説明と続き10時にはスタートしました。最初の見所場所 円筒分水口 ここは流れ落ちる水の量を直接見て確認することができるため、公平でわかりやすい施設として地域の農業関係者に安心感を与えてきました。ここをゆっくり周回して次の場所公平水路橋へと向かいました。公平水路橋は長さが905メートル、幅4.9mのアーチ式の一種である「ランガーガーター式」の橋で、農業用水専用の橋で現在は用水路がパイプラインとなったので水路橋の中にパイプを入れて農業用水を流しています。そして次の第3揚水場で昼食。ここでは、温かい豚汁が振る舞われ参加者の皆さん大変美味しく頂いておりました。中にはお代わりをした方もおられたようです。昼食後は、水資源機構・東金ダム房総導水路、ここは、水道用水や工業用水として供給しているとアナウンスが流れていました。

そして円山公園、日吉神社を経てゴールの東金土地改良区へ到着しました。ここでは、お土産に玉ねぎとナスが用意されており参加者の皆さん、ちょっと重かったのですが、嬉しそうに頂いてお帰りになりました。土地改良区の皆さんそしてCWAの役員の皆さんご支援・ご協力有難うございました。そしてお疲れ様でした。



コースリーダー 押尾 悦子

※6月17日(金)開催の一般社団法人日本ウォーキング協会平成28年度・定時社員総会において、CWAより、鈴木好次氏(北総歩)、古屋幸治氏(ちば歩)の2氏が、長年の功績表彰を授与されました。心よりお慶びし、お祝いを申し上げます。