



通算第222号

2019年10月号

CWA

ニュース

発行 NPO 法人千葉県ウォーキング協会

〒260-0001 千葉市中央区都町2丁目1番12号

千葉県都町合同庁舎4階

電話 (043) 309-5606

FAX (043) 309-5607

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 山本 利美

手賀沼ふれあいウォーク2019 20/10/8/4

《500選12-01》

主催/手賀沼ふれあいウォーク実行委員会

日時/11月 9日(土) 9時00分～

会場/手賀沼親水広場 (JR我孫子駅・天王台南口徒歩30分 JR我孫子駅から坂東バス 市役所下車)

参加費/18歳以上事前申し込み300円(当日 500円)

18歳未満無料

コース/ 歩行形態は、自由歩行 コースは

20・10・4kmは反時計回り 8kmノルディックWは時計回り

コース	受付開始	出発式
手賀沼一周 20km	8:00～	9:00～
手賀沼半周 10km	8:00～	9:00～
探偵 4km	8:00～	9:00～
ノルディック 8km	8:00～	9:00～
ゴール受付	10:30～15:00	

問合せ/手賀沼ふれあいウォーク実行委員会事務局

☎ 04-7185-1126・FAX:04-7167-1732

CWA ☎ 043-309-5606・FAX:043-309-5607

*事前申し込み締め切り日 10月21日(月)「振込金受領書」「事前申込控え」は当日持参提示して下さい。(取り消し・不参加の場合は返金できません)当日会場でも受付ます。



「手賀沼の白鳥」

第5回西葛西ウォーク(カヌー会場&川辺散策)12Km

《Cリーグ》 当日(安部) ☎080-1323-8710

主催/CWA ☎043-309-5606

日時/11月10日(日) 9時30分 団体歩行

集合/西葛西子供の広場(東京メトロ東西線西葛西駅南口徒歩5分)

参加費/CWA加盟団体200円・その他300円の花券可
ポールは朝200円で貸出します。

解散/14時30分頃 西葛西子供の広場(東京メトロ東西線西葛西駅南口徒歩5分)

コース/子供の広場～中川沿い遊歩道～カヌー会場・葛西臨海公園(トイレ休憩)～臨海水族館・鳥類園～武蔵野の路葛西コース～なぎさ公園～富士公園(昼食休憩)～新左近川親水公園～新長島川親水公園～西葛西子供の広場



「葛西臨海公園」

〇みどころ 2020年オリンピックカヌー会場とベイサイドエリアの臨海公園を散策します。親水公園沿いのこの辺りは、秋の風情を体を感じながら、ウォーキングを満喫できる都心のオアシスです。昼食時ノルディックウォーク教室を開催。

ウォーキング教室

教室は県内3箇所で開催致します(雨天中止)

11月9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 ☎ 090-1552-2378
	解散		13時頃(昼食前に解散となります)
11月9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 ☎ 090-5556-2275
	解散		13時頃(昼食前に解散となります)
11月23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 ☎ 080-3492-1041
	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・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: ☎043-309-5606 NPO法人千葉県ウォーキング協会

江戸川を巡る

9/17/31 km

《Cリーグ》

主 催／北総歩こう会 ☎ 090-7722-0821 (渡邊)

日 時／11月6日(水) 9時 自由歩行

集 合／松戸駅西口ペデストリアンデッキ(JR常磐線 徒歩2分)8時から受付けます。受付後、順次スタート

参加費／北総歩100円・CWA加盟団体200円・その他300円

解 散／10時15分～16時まで 松戸駅西口

コース／9km:松戸駅西口～葛飾橋(東京側へ)～上葛飾橋(松戸側へ)～松戸駅西口 17km:松戸駅西口～江戸川堤防(松戸側)～市川橋(東京側へ)～葛飾大橋(松戸側へ)～松戸駅西口 31km:17kmと葛飾大橋まで同一直進～流山橋(流山側へ)～松戸駅西口

○みどころ 今回は一昨年と同様、江戸川でのコース設定です。全コース自由歩行です。受付後、順次スタートとなります。晩秋の江戸川を満喫しながら、それぞれの体力に合わせたコースをお楽しみください。たくさんの皆様のご参加をお待ちいたしております。

※注 17/31kmはCPが有ります。地図上に通過タイムを記載して有りますので、その範囲で通過願います。それ以外の時間帯には、担当者がおりませんので注意願います。

第26回スポレク祭ウオーク

8/12 km

主 催／ちば歩こう会 ☎ 070-5027-4361 (安保)

日 時／11月9日(土) 9時 団体歩行

集 合／千葉公園・綿打池前(JR京成千葉駅徒歩10分)

参加費／CWA加盟団体無料・その他300円

解 散／8km:12時頃 みなと公園(JR京葉線千葉みなと駅 徒歩5分)、12km:14時頃 千葉公園(JR千葉駅・京成千葉駅 徒歩10分)

コース／千葉公園～千葉神社～千葉県庁～千葉ポートパーク～みなと公園(8kmはゴール)～登渡神社～護国神社～千葉公園

○みどころ 千葉公園を出発し、千葉神社、千葉県庁を経由して千葉ポートパークで歩測大会を行います。終了後、みなと公園で表彰式、昼食後一次解散します。(距離8Km) 12Kmコースは1次解散後、登渡神社、護国神社を経て千葉公園にゴールします。

川シリーズ⑤ 隅田川ライン下り

15 km

主 催／いちかわ歩こう会 ☎ 090-2645-6086 (鈴木芳)

日 時／11月9日(土) 9時 団体歩行

集 合／千住大橋さくら公園(京成線千住大橋駅 徒歩5分)

参加費／いちかわ歩100円・CWA加盟団体200円・その他300円

解 散／14時30分頃 はとば公園(都営大江戸線勝どき駅 徒歩7分)

コース／千住大橋さくら公園～千住大橋から勝鬨橋までの17橋すべての橋～はとば公園

○みどころ 隅田川と言えば春の桜、夏の花火、個性豊かな橋々、スカイツリー、上り下りする遊覧船、川面を渡る爽やかな風、両岸のテラスには花壇やアートギャラリー。移り行く都会の景色も楽しめます。滝廉太郎の「花」もありますね。ハミング♪♪♪しながら歩くも良しです。

北総線沿線フリーウオーク

17/21/23/33/41 km

《Cリーグ》

主 催／東葛ウォーキングクラブ ☎ 090-3345-8750 (古宮)

日 時／11月13日(水) 8時～10時頃 自由歩行

集 合／新鎌ふれあい公園(東武線・新京成線 新鎌ヶ谷駅 徒歩3分)

参加費／東葛WC無料・その他300円

解 散／参加コースにより解散場所などが異なります。詳細はお問い合わせにより御確認ください。新鎌ふれあい公園でのゴール受付は17時まで

○その他 北総線の両側に走る県道464号線の歩道を歩きますので、沢山のコンビニなど利用が可能です。

黒潮ウオーク

6/10 km

主 催／東総歩こう会 ☎ 080-5403-2042 (海宝)

日 時／11月17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／6km:11時30分頃 マリーナ公園(JR銚子駅隣の千葉科学大学正門バス停から バス10分) 10km:14時頃 ヤマサ醤油工場(JR銚子駅徒歩7分)

コース／犬吠駅前～犬吠埼灯台～西明浦海岸～長崎・長九郎神社～外川漁港～本家の台～マリーナ公園～名洗海岸～屏風ヶ浦～ヤマサ醤油工場

○みどころ 犬吠灯台と海岸の景色を見ながら銚子半島を歩きます。磯の香りと潮風をいっぱい吸って鯛の鳥居が珍しい長九郎神社、伊能忠敬の富士山測量地でもある「本家の台」からの景色をゆっくり楽しんでください。



犬若岬「本家の台」

お台場の東京五輪会場と市場巡り 8/13 km

主催／北総歩こう会 ☎ 080-4153-8901 (安国)
 日時／11月17日(日) 9時 団体歩行
 集合／芝浦公園(JR山手線田町駅 徒歩4分)
 参加費／北総歩・CWA加盟団体無料・その他300円
 解散／8km:12時頃 プロムナード公園(ゆりかもめ国際展示場正門駅 徒歩2分) 13km:14時頃 はとば公園(築地)(メトロ日比谷線築地駅 徒歩10分)

コース／芝浦公園～レインボーブリッジ～お台場海浜公園～夢の大橋～プロムナード公園(8km ゴール・昼食)～豊洲市場前～黎明橋公園～はとば公園

※豊洲市場は、休場日のため立ち寄りません。

○みどころ あと8か月に迫った東京五輪。躍動する選手と興奮に包まれ応援する観客を想像しながらお台場の東京五輪会場を巡ります。ゴール後は築地場外市場でお買い物やお食事を楽しんでください。

佐倉カルチャーウオーク 16/27 km

主催／東葛ウォーキングクラブ ☎ 090-3345-8750 (古宮)
 日時／11月20日(水) 9時 自由歩行
 集合／四街道1丁目児童公園(JR総武本線四街道駅北口 徒歩3分)
 参加費／東葛WC無料・その他300円
 解散／16km:15時まで 町田南公園(JR総武本線佐倉駅 徒歩3分) 27km:16時まで四街道駅

フリーウオークⅣ「紅葉を求めて船橋県民の森からアンデルセン公園を訪れる」 12 km

《Cリーグ》

主催／船橋歩こう会 ☎ 090-7703-3782
 日時／11月23日(土祝) 9時～10時 自由歩行
 集合／三咲駅 駅前広場(新京成線)
 参加費／船橋歩100円・その他300円
 解散／11時～14時まで 三咲駅駅前広場(新京成線)
 コース／三咲駅駅前広場～八木が谷市民の森～船橋県民の森～アンデルセン公園～新谷津公園～三咲駅
 ○みどころ 紅葉が美しい船橋県民の森やアンデルセン公園を訪ねます
 ※注 アンデルセン公園を抜けると近道になるコース設定です。アンデルセン公園は入園料がかかりますが、65才以上の方は身分証明書を持参すれば無料となります。



「ふなばしアンデルセン公園」

皇居・東御苑めぐり

14 km

主催／いちかわ歩こう会 ☎ 090-1031-6318 (矢田貝)
 日時／11月24日(日) 9時30分 団体歩行
 集合／お茶の水公園 (JR総武・中央線 御茶ノ水駅聖橋口 徒歩4分)
 参加費／いちかわ歩100円・CWA加盟団体200円・その他300円
 解散／14時30分頃 外堀公園(JR総武・中央線 四ツ谷駅 徒歩3分)

コース／お茶の水公園～平川門～皇居・東御苑散策～大手門～将門首塚～皇居外苑～桜田門～日比谷公園～国会議事堂前和(洋)式庭園(昼食)～半蔵門～千鳥ヶ淵～靖国神社～外堀公園

○みどころ 今年は季節を変えて(春→秋)歩きます。木々が色づき始め街の景色も冬支度の準備中です。どんな景色が待っててくれるのでしょうか、お楽しみにご参加下さい。



皇居・東御苑「北桔梗門」

第197回平日楽々ウオーク

12 km

第2回錦絵で見る江戸名所めぐりウオーク IN 台東区

《Cリーグ》

主催／ちば歩こう会 ☎ 090-8305-6601 (日向)
 日時／11月28日(木) 10時 自由歩行
 集合／錦糸公園(JR総武線錦糸町駅 徒歩5分)
 参加費／ちば歩100円・その他300円
 解散／14時30分頃 隅田公園(メトロ銀座線浅草駅 徒歩3分)

コース／錦糸公園～回向院～蔵前神社～吾妻橋～浅草本願寺～鳳神社～山谷堀公園～猿若芝居小屋～浅草寺～隅田公園

○みどころ 江戸時代の錦絵に出てくる場所を巡るウオークです。現在と全く変わっているところも多いですが、絵や資料で思い描いてください。今回は台東区の浅草周辺の名所巡りです。

ちば歩こう会イヤーラウンド紹介

イヤーラウンドは2005年10月当時の好日山荘を基地としてスタートしました。移転とその後の千葉三越の撤退により、2017年1月より現在の**（株）ときわスポーツ千葉店**（千葉駅北口向い）に替わりました。当初3コース（A・B・Cコース）で始まり、2014年7月より3コース（D・E・Fコース）を追加し、6コースとなっています。

- A コース 16km 千葉市の中心街から都川、蘇我地区を巡るコース
- B コース 20km 東京湾を望む旧海岸線の町並みと海浜レジャー地区を巡るコース
- C コース 13km 水と緑を眺めながら動物公園を巡るコース
- D コース 10km 千葉中心街の露地・裏通りを巡るコース
- E コース 17km 遙かなる縄文文化（加曾利貝塚と水運）探訪コース
- F コース 6km 君はダイヤモンド富士を観たか？コース

受付窓口（平日：10時30分～土日祝：10時～）で参加費（200円）を支払い、参加表と必要な地図を貰い、ウォーキング後参加表を窓口に出し、IVVを受け取る（事前に参加票を購入しておくことも可能）。ゴールは17時頃迄。30回毎に3枚の無料券を進呈しています。

イヤーラウンドに出来るだけ多くの人に参加して貰う事を狙いとして、2013年6月より月一回イヤーラウンド行事を次のとおり実施しています。

実施日時：毎月第二月曜日 8時30分

集合場所：あづまだいこうえん（ときわスポーツ千葉店北側）
予定表を半年毎に発行し、例会等で配布しています。

因みに今後の予定は次のとおりです。

10月：7日（月） Aコース

11月：11日（月） Bコース

12月：9日（月） Cコース

なお、10月は他会のCリーグとバッティングするため、第1月曜日に変更しています。

くつの日記念ウォーク報告

9月2日（月） 晴 距離11km 参加者 217名

猛暑が続いたが、この日は比較的涼しい朝を迎え早朝から多くの参加を頂いた。くつの日恒例の抽選会の準備で担当者は景品集め等大忙しであったが、労が報われた感じである。出発式を経てスタートし江戸川沿いを歩く。だんだん暑さが増してきて、30度越の猛暑がぶり返す。役員で打合せの上、昼食後にショートカット（約1km）することとし、歩行速度を落とし、こまめな休憩で落伍者が出ないように気を配りました。それでも2名の方がリタイアされましたが、大きな事故もなく終了いたしました。

ゴール地点では抽選会をし、ウォーキングシューズ4足を始めYONEXのナップザック等等皆様に景品をお持ち頂きました。暑い中多くの方の参加を頂き役員一同感謝いたします。

リーダー 佐々木篤夫



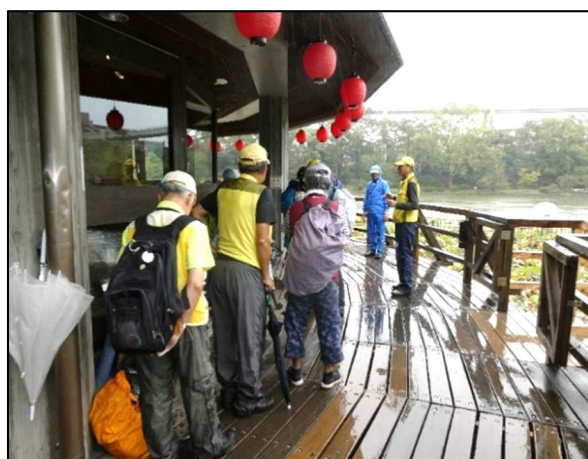
「くつの日 W 江戸川を歩く長い列」

千葉県レクリエーション大会ウォーク報告

9月16日（月・祝） 雨 距離12km 参加者23名

天気予報の通り朝から雨の中、スタートの千葉公園に到着、雨宿りの受付所も蓮華亭のご厚意で軒先をお借りできました。予定しておりました歩測大会は残念ですが中止とし、スタートしてから雨が降っていたので多少コースを変更し、昼食をとらずにゴールに向かいました。

「出発の様子 軒先の下で」



途中のみつわ台から千葉市動物公園へのコースを歩き、雨がやまないのでは体調等を考慮し動物公園西口で一次解散しお昼前に千葉県総合スポーツセンターにゴールしました。出来ましたら来年も同所で歩測大会を行おうと思いますので、その距離はその時まで持越しとします。

参加していただいた皆様、ありがとうございました。

リーダー 松本 茂



「雨の中を歩く参加者」