



通算第265号

2023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

〒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

くつの日記念ウオーク

9km

《Cリーグ》

主催/CWA ☎ 043-309-5606

当日 📱 090-4008-9928 (山本)

日時/9月2日(土) 9時~9時20分受付

出発式終了後スタート 自由歩行

集合/新検見川公園 (JR総武線 新検見川駅3分、  
京成 検見川駅10分)

参加費/一律300円

解散/11時20分~12時30分迄

仲よし公園 (JR 総武本線稲毛駅10分)

コース/新検見川公園 (スタート) ~花見川~美浜文化ホール (WC) ~真砂中央公園~緑道~千葉西警察署~稲毛浅間神社前~草野水路~仲よし公園 (ゴール)

〇みどころ 残暑厳しい時期ですので、自由歩行にて花見川・緑道・草野水路沿いの道を歩きます。ご自分のペースで歩いてください。ゴールではささやかではありますが抽選会を開催いたします。

6月3日(土)の両総用水ウオーク(Cリーグ)は荒天のため中止となりました。

代替行事として10月1日(日)開催の千葉県レクリエーション大会ウオークを、Cリーグ行事といたします。詳細は来月号のCWAニュース及びホームページに掲載いたします。

ウオーキング指導員認定講習会のご案内

CWAが主催するウオーキング指導員認定講習会を開催します。CWA及び加盟団体が主催する例会行事等に参加しておられる皆さまで、参加するだけでなく指導員として活動したいと希望される皆様の参加を希望します。

1 目的 CWAウオーキング指導者規定に定めるCWA認定ウオーキング指導員を養成する。

2 開催日 9月30日(土) 9時15分~15時

3 場所 千葉県都町合同庁舎3階会議室(CWA事務所があるビルです。)

住所 〒260-0001 千葉市中央区都町2-1-12

電話 043-309-5606 (CWA事務所)

メール npocwa@nifty.com

詳細はCWAホームページも掲載:

<http://npocwa.c.ooco.jp/>

モシコムからでも申込できます:

<https://moshicom.com/89869/>

交通 JR千葉駅からバス、京成バス8番乗場から千05または千06に乗車し、千葉テレビ入口下車、徒歩1分

4 講習内容 50分の講座を4講座行います。(ウオーキングの楽しみ方、フレイル予防について、ウオーキングの基本実技(2講座)終了後 修了証をお渡します。

5 別途 CWAまたは加盟団体が主催する例会で実技研修を受けていただけます。

6 受講料 1万円

受講ご希望の方は、CWA事務所またはCWAの役員までお知らせください。

市川の三大貝塚めぐり

8/12km

主催/いちかわ歩こう会 📱090-2645-6086 (鈴木)

日時/9月3日(日) 受付8時30分~9時 団体歩行

集合/藤原こぼと公園 (JR 武蔵野線 船橋法典駅 徒歩8分)

参加費/CWA加盟団体無料 その他300円

解散/8km: 12時30分頃 道の駅いちかわ (曾谷 春雨橋バス停 徒歩10分)

12km: 14時30分頃 堀之内公園 (北総線 北国分駅 徒歩4分)

コース/藤原こぼと公園~姥山貝塚公園~みどり公園~曾谷貝塚公園~弁天池公園~道の駅いちかわ(8kmゴール)・12

km昼食)～堀之内貝塚公園～堀之内公園(12kmゴール)  
○みどころ 市川には多くの貝塚がありますが、特に大きい姥山貝塚・曾谷貝塚・堀之内貝塚を縄文時代に思いを馳せて歩きます。表層から貝殻を確認することができるかもしれません。また、18年にオープンした道の駅「いちかわ」で地元特産品を購入されたいかがでしょう。

健康・防災帰宅体験 12/35 km

主催／東葛WC ☎ 090-3345-8750 (古宮)

日時／9月6日(水)

8時30分～9時まで参加受付

受付後順次スタートの自由歩行

集合／仲よし公園・小仲台交番の隣り

総武線稲毛駅下車、東口徒歩3～5分位

参加費／CWA加盟団体会員無料、その他一律300円

解散／12kmは勝田台駅で11時～13時30分迄

35kmは柏駅東口・旧そごう大時計下金で

13時30分～16時30分迄ゴール受付

コース／国道16号線沿いを歩いていただきます

○その他 案内矢印の設置はありません

踊る大捜査線 7/14km

《Cリーグ》

主催／船橋歩こう会 ☎ 090-7703-3782

日時／9月9日(土) 7時00分～9時30分

自由歩行 受付後順次スタート

集合／潮見駅(JR京葉線)

参加費／船歩100円、その他300円

解散／14km 14時まで田町駅(JR山手線、京浜東北線)

7km 12時30分まで 東京国際クルーズターミナル(ゆりかもめ)

コース／潮見駅～湾岸署のロケ地～東京ビックサイト～東京湾岸警察署～東京国際クルーズターミナル(7kmコースゴール)～レインボーブリッジ～田町駅

○みどころ 1997年フジテレビで放映され、その後TVや映画でスピンオフされた作品が多数製作された「踊る大捜査線」青島巡查部長(織田裕二)や、室井警視(柳葉敏郎)などが活躍した(架空の)湾岸警察署とその後(2008年)建設された(本物の)東京湾岸警察署を訪ねます。

加えて14kmコースは映画の副題にもなったレインボーブリッジを渡ります。

取手史跡ウォーク 10km

主催／北総歩こう会 ☎ 090-2405-8353 (遠藤)

日時／9月10日(日) 10時迄集合(9時40分～受付)

団体歩行

集合／取手ウエルネス前広場 (JR常磐線 取手駅西口5分)

参加費／北総歩会員・CWA加盟団体会員無料・

その他 300円

解散／14時頃 取手駅東口(JR常磐線 取手駅1分)

コース／取手ウエルネス前広場～井野天満宮～本多作左衛門墳墓～鹿島神社～相野谷川親水公園(昼食・WC)～念仏院～旧取手宿本陣～長禅寺(IVV配布)～取手駅東口(流れ解散)

○みどころ／茨城県の玄関口であり宿場町として栄えた取手の歴史をめぐる案内ウォークです。一筆啓上で有名な本多家の墳墓や史跡を中心に案内いたします。



「旧取手宿本陣」

ふれあい・金町から水元公園へ 11 km

主催／東葛WC ☎ 090-3345-8750 (古宮)

日時／9月13日(水)

9時20分～10時まで受け

受付後順次スタートの自由歩行

集合／金町駅南口広場・交番隣り

常磐線中町駅下車、改札を出て右に南口

参加費／東葛会員100円、その他一律300円

解散／金町駅北口付近

13時30分～14時30分迄ゴール受け

○その他 案内矢印の設置は充分ではありません

鎌ヶ谷の野馬土手めぐり 7 km

主催／いちかわ歩こう会 ☎ 080-8020-1824 (杉本)

日時／9月14日(木) 受付9時～9時30分団体歩行

集合／新鎌ふれあい公園 (東武野田線 新鎌ヶ谷駅 徒歩5分)

参加費／いちかわ歩100円、その他300円

解散／12時30分頃 道野辺本町公園 (東武野田線 鎌ヶ谷駅 徒歩3分)

コース／新鎌ふれあい公園～市制記念公園～福太郎スタジアム～東初富公民館～初富小学校～稲荷前三叉路～道野辺本町公園

○みどころ 下総小金中野牧の中央に位置する鎌ヶ谷市内

の野馬土手の遺跡を辿ります。宅地化などでかなり失われてはいますが、まだ当時の状態が良く保存されていると言う事で、各地に残る野馬土手を差し置いて初富小学校付近が国史跡下総小金中野牧に認定されています。

平日散歩/北習志野 7 km

主催/船橋歩こう会 ☎ 090-7703-3782  
 日時/9月15日(金) 9時00分～9時30分  
 自由歩行: 受付後順次スタート、  
 団体歩行: 9時30分出発  
 集合/北習志野近隣公園(新京成線北習志野駅 徒歩10分)

参加費/船歩無料、その他300円  
 解散/12時30分まで 北習志野近隣公園(新京成線北習志野駅 徒歩10分)団体歩行は12時頃到着予定  
 コース/北習志野近隣公園～せせらぎの道～坪井近隣公園～西光寺～船橋アリーナ～北習志野近隣公園  
 ○みどころ 定番コースです。この例会は時間の許す限り何周でもどうぞ。IVV は歩いた距離を認定します。但し回数は何周しようとも1回です。

曼殊沙華、秋桜ウオーク 5/11/16 km

《Cリーグ》

主催/東総歩こう会 ☎ 080-5403-2042 (海宝)  
 日時/9月16日(土) 9時～10時 自由歩行  
 集合/飯岡駅前  
 参加費/東総歩会員無料、その他 300円  
 解散/12時30分ころ  
 コース/飯岡駅～環来寺(5km折返し)～鶴巻～雷神社(10km折返し)～16km-岩井滝不動～椿神社～飯岡駅  
 ○みどころ 下総台地の縁に湧き出る清水により蛍が生息し、田畑を潤しています。水路や畑には曼殊沙華や秋桜が咲き、台地に上ると「干潟八万石」の広大な田園風景(かつての椿の海)を望むことができます。



「下総台地の曼殊沙華」

浦安あおべかを訪れる 9 Km

主催/ちば歩こう会 ☎ 090-7245-8106 (大岩)  
 日時/9月17日(日) 団体歩行  
 集合/9時30分(9時10分受付)  
 南行徳公園(東西線南行徳駅徒歩10分)  
 参加費/ちば歩会員無料・その他300円  
 解散/13時40分頃・若潮公園(JR新浦安駅徒歩10分)  
 コース/南行徳公園～当代島公園～旧宇田川住宅～旧大塚住宅～郷土博物館(昼食)～中央公園～若潮公園  
 見どころ/旧宇田川住宅、旧大塚住宅、郷土博物館

祖光院の彼岸花 7 km

主催/北総歩こう会 ☎ 080-3094-6678 (荒原)  
 日時/9月18日(月・祝) 9時迄集合(8時45分～受付) 団体歩行 ※昼食不要  
 集合/やまぶき公園(新京成線 五香駅西口6分)  
 参加費/北総歩会員 100円、その他 300円  
 解散/12時頃 ひまわり公園(新京成線 常盤平駅3分)  
 コース/やまぶき公園～祖光院～熊野神社(WC)～八坂神社～21世紀の森と広場(WC)～ひまわり公園  
 ○みどころ/松戸市金ケ作にある祖光院の彼岸花は境内の林の中を真っ赤にいろどり、ミニ巾着田ともいわれ見ごたえがあります。その中から白や黄色やピンクの品種を見つけるのも楽しいことでしょう。四つの小さな森の側も歩きます。

戦災樹木を巡る(台東区・墨田区) 6/9/13 km

主催/北総歩こう会 ☎ 090-8725-1355 (竹淵)  
 日時/9月20日(水) 9時30分迄集合(9時15分～受付) 団体歩行  
 集合/上野恩賜公園動物園前交番前  
 (JR線 上野駅公園口3分)  
 参加費/北総歩会員 100円、その他 300円  
 解散/6km 11時頃横網町公園(JR・メトロ線両国駅8分)  
 9km 12時30分頃 吾嬭神社  
 (東武亀戸線 小村井駅7分)  
 13km 14時30分頃 浅草寺裏側  
 (東武・メトロ線 浅草駅5分)  
 コース/上野恩賜公園～小島公園～三筋一丁目～横網町公園(昼食・6km ゴール)～吾嬭神社(9km:ゴール)～飛木稲荷神社～牛島神社～隅田公園～浅草寺  
 ○みどころ/「戦災樹木」とは1945(昭和20)年3月10日の東京大空襲による火災で被害を受けながらも消失を免れ、焦げ跡や空洞など戦争の遺跡を今に伝える樹木です。東京23区内には202本が確認されています。

健康・京成バラ園と緑地公園の曼珠沙華 15 km

主催／東葛WC ☎ 090-3345-8750(古宮)  
日時／9月21日(木) 9時～10時まで受付  
受付後順次スタートの自由歩行  
集合／北習志野第5号公園・西友北習志野店の裏  
京成本線北習志野駅下車、改札前にて案内  
参加費／東葛会員無料、その他は一律300円  
解散／勝田台駅改札前付近  
12時～14時30分迄ゴール受付  
○その他 案内矢印の設置は充分ではありません

ミニ散歩/彼岸花 6 km

主催／船橋歩こう会 ☎ 090-7703-3782  
日時／9月23日(土・祝) 9時00分～9時30分  
自由歩行 受付後順次スタート  
集合／八柱駅北口(新京成線)  
参加費／船歩100円、その他300円  
解散／12時30分まで五香駅東口(新京成線)  
コース／八柱駅北口～21世紀の森と広場～祖光院～五香  
駅東口  
○みどころ 松戸市金ヶ作の祖光院では、毎年境内の雑木  
林に約2万本の彼岸花(曼珠沙華)が咲き誇ります。また21世  
紀の森と広場では咲く花々を見て秋の訪れを感じます。

祖光院の彼岸花観賞 7/12km

主催／いちかわ歩こう会 ☎090-1031-6318(矢田貝)  
日時／9月24日(日) 受付8時30分～9時  
団体歩行  
集合／宮前公園(JR武蔵野線新八柱駅 徒歩5分)  
参加費／いちかわ歩100円、その他300円  
解散／7km 12時頃 金ヶ作自然公園  
(新京成線常盤平駅 徒歩8分)  
12km 14時30分頃 宮前公園  
(JR武蔵野線新八柱駅 徒歩5分)  
コース／宮前公園～千駄堀湧水広場～圓能寺～21世紀の  
森と広場～千葉西総合病院～熊野神社～祖光院「彼岸花」～  
金ヶ作自然公園(7kmゴール・12km昼食)～三吉の森～常盤  
平さくら通り～子和清水～宮前公園(12kmゴール)  
○みどころ 自然が多く残る千駄堀・21世紀の森と広場・金  
ヶ作から、境内が「彼岸花」で彩られる祖光院へ。12kmコース  
はそこから常盤平地区を散策します。

ふれあい・大堀川沿いは鮮魚(鰻)道 8km

主催／東葛WC ☎ 090-3345-8750(古宮)  
日時／9月27日(水) 9時00分～9時30分

9時30分～10時30分迄受付

受付後順次スタートの自由歩行

集合／豊四季駅北口付近  
東武線豊四季駅下車、改札前に案内あり  
参加費／東葛会員100円、その他300円  
解散／北柏駅南口広場 常磐線北柏駅へ1分  
11時30分～13時迄ゴール受付  
○その他 案内矢印の設置は充分ではありません。

平日W(楽々)「四街道の文化財を巡る」 5/9 km

主催／ちば歩こう会 ☎ 080-5028-2343(三枝)  
日時／9月28日(木) 9時30分  
団体歩行 御山不動堂以降希望者自由歩行  
集合／9時30分(9時10分受付)  
物井駅前広場(JR物井駅徒歩1分)  
参加費／ちば歩会員100円・その他300円  
解散／11時30分から12時45分頃  
四街道駅北口広場  
コース／物井駅前広場～古屋城跡～御山不動堂  
(以降希望者は自由歩行)～千代田公民館(WC)～八木原貝  
塚～池花公園(WC)～バス停内黒田橋(一時解散場所迄団体  
歩行)～四街道駅北口広場  
みどころ／古屋城跡、御山不動堂、八木原貝塚

浜辺を歩こう実施報告

7月2日(日) 晴 距離8km 参加者157名  
前日の大雨から一転気温が急上昇、晴れの真夏日にな  
った。スタートの最寄り駅が稲毛海岸駅ということと急  
な気温の上昇でどのくらいの方が参加いただけるか不安  
であったが取り越し苦労であった。多くの方に参加いた  
だき感謝です。  
今回は団体歩行の8kmのコースでしたが、浜辺というこ  
ともあり日影がなく、幕張海岸では気温が32度くらい  
まで上がり、距離が短い割にはきついウォーキングにな  
りました。3名の方が途中棄権なさいましたが、ほとん  
どの方はゴールまで完歩されました。

投稿 山本利美

