

マラソンに魅せられて “東京マラソン完走記”

例年になく寒かった今年2月、吐く息は白く、物皆雨に煙っていた。午前8時のスタートの号砲を待つ間足踏みしながら寒さに堪えた。定刻スタートのピストル、スタートラインを踏んだのはピストルが鳴ってから15分も経っていた。もっとも3万人と言う数、生半可な人数ではない。今まで参加したフルマラソンのどの大会よりも人数に於いて最大だった。都内の広い道路を今日はランナーのうねりの波が埋めつくしている、都庁も東京タワーも、そして皇居もみな白くおぼろで何と幻想的なことか。

道路で声援を送る人達も我がことのように声を枯らしている。それにしても寒い、手が凍りついてゆるんだ靴紐を思う様に結べない。関門をひとつ又ひとつとクリアして佃大橋を渡り、ゴールが見えてきたときの感激、この足で自分の力でとうとう東京マラソンを完走した。フルマラソン完走の達成感はいつも大きい、この東京マラソンの完走は私にとってとても意義のある完走であった。12月のホノルルマラソンのあと2月の東京マラソンまで2ヶ月、体はリカバリー出来ているか心配だったが、自分の足を信じて成し遂げたそのあと3月のヨロソマラソンも完走出来た。自分の体で経験してみて、体力と気力のバランスの大切さを知った。沿道の人達とランナーと共感し合えるスポーツは素晴らしいと思う、お互いに力や勇気を交換し合えるから。

この3つのフルマラソンで私は2足の靴をはきつづめた。この先どれ位のフルマラソンが走れるかわからないが、50回を越えてきた私のフルマラソンはまだまだ続きそうだ。この先どんな事が待っているのかとても楽しみだ。年を取るって素晴らしい。生涯現役で人生を謳歌したい。

いちかわ歩こう会 藤岡経子

CWAウォーキング教室 9月の予定

教室は県内4ヵ所で開催いたします。お近くの会場へのご参加をお待ちしております。午後は実践ウォーク（5～8キロ程度）を行います。昼食・飲み物・敷物・雨具等をご持参下さい。

9月8日(土)	場所	千葉市 都市モノレール千葉公園駅前 (JR千葉駅東口 徒歩10分)
	集合	9時30分
	解散	15時頃
9月8日(土)	場所	我孫子市 手賀沼公園 (JR我孫子駅 徒歩10分)
	集合	9時30分
	解散	15時頃
9月8日(土)	場所	東庄町 JR笹川駅前
	集合	9時30分
	解散	12時頃
9月15日(土)	場所	船橋市 天沼弁天池公園 (JR・東武船橋駅 徒歩5分)
	集合	9時30分
	解散	15時頃

お問合せ NPO法人千葉県ウォーキング協会
TEL 043-255-0141
(祝祭日を除く月曜～金曜の10時～17時)

事務局だより

CWA事務所ならびに天台分室の夏休みの予定についてご連絡致します。

8月13日(月)から8月17日(金)までの一週間、事務所担当者のお休みを頂きます。この期間、イヤラウンドの受付、その他皆様にはご迷惑をお掛け致しますが、何卒ご了承の上ご協力のほどお願い致します。尚、緊急の連絡事項が発生した場合には、事務局 伊藤(090-2318-5361)までご連絡下さい。



通算第76号
8月号

NPO法人千葉県ウォーキング協会会報

2007年(平成19年)毎月1日発行

CWA ニュース

発行 NPO法人千葉県ウォーキング協会
事務所 〒260-0045
千葉市中央区弁天2-20-19 江澤ビル 206号
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

くつの日記念ウォーク 15km

主催/NPO法人千葉県ウォーキング協会
日時/9月2日(日) 9時 団体歩行
集合/幕張海浜公園・花の時計前 (JR京葉線・海浜幕張駅3分)

参加費/500円

解散/幕張海浜公園 14時30分頃

コース/幕張海浜公園～海岸遊歩道～稲毛海岸公園～花の美術館～マリンスタジアム～幕張海浜公園

○みどころ 近代未来都市と公園を堪能して下さい。
※抽選でワールドマーチ製「ゴアテックス」搭載シューズ×3足、その他の賞品が当たります。お楽しみにご参加ください。

ちば七廻道・歴史コース

●白井の里山を巡る

主催/NPO法人千葉県ウォーキング協会
主管/船橋歩こう会

日時/9月16日(日) 22km 9時～9時半(自由歩行)
13km 10時 (団体歩行)

集合/御伊勢公園(京成臼井駅 徒歩3分)

参加費/500円

解散/御伊勢公園(京成臼井駅 徒歩3分)
22km: 12時～15時 13km: 14時半頃

コース/22km

御伊勢公園～上座総合公園～七井戸公園～万福寺～亀崎～甲賀神社～佐倉羽鳥霊園～麻賀多神社～佐倉青少年体育館～御伊勢公園

13km

御伊勢公園～上座総合公園～東邦大付属病院～七井戸公園～麻賀多神社～佐倉青少年体育館～御伊勢公園

○みどころ 臼井駅周辺は大規模な宅地開発が行われた住宅街ですが、一歩外れると、昭和の時代にタイムスリップしたような昔ながらの集落が数多く点在しています。また森や林、水田や丘といった里山の風景も堪能できるコースです。

「500選」シリーズ(6) 佐原の町なみと香取神宮へのみち

主催/NPO法人千葉県ウォーキング協会

主管/東総歩こう会

日時/9月17日(月・祝) 9時20分
15km(団体歩行)
10km(団体歩行)

集合/佐原文化会館前(JR佐原駅 徒歩3分)

参加費/500円

解散/佐原文化会館前 15時30分頃

コース/小野川～旧い町並み～忠敬旧宅～観福寺～香取神宮～神道山公園～利根川～文化会館

○みどころ 重要伝統的建造物群の佐原の旧い町並み。観福寺で休息後農村道を歩き、香取神宮で昼食。午後は神道山公園、利根川沿いに。

ちば七廻道・未来コース

[500選「千葉No.05」付]

主催/NPO法人千葉県ウォーキング協会

主管/いちかわ歩こう会

日時/9月30日(日) 9時 15km(団体歩行)

集合/サンペディック前(JR津田沼駅南口徒歩3分)

参加費/500円

解散/幕張海浜公園 15時頃

(JR海浜幕張駅 徒歩3分)

コース/サンペディック前～谷津干潟公園～香澄緑地公園～メッセモール～マリンスタジアム～花見川緑地公園～美浜プロムナード～幕張海浜公園

○みどころ 残暑の一日、バラ園を横目に気持ちよく歩ける谷津干潟、日差しを避け湾岸道路沿いに続く緑地公園を幕張新都心へ、国内有数のビジネス街からマリンスタジアムへ、幕張の浜・花見川緑地公園を通り大手デベロッパーが競い合うマンション群を通り抜けてゴールです。



泉質にこだわって30年—温泉に自信あり! おおるリグループ

平日1泊2食付 1室4名様以上 **4,725円**

平日1泊2食付 1室3名様以上 **5,775円** ★大人会費 (1泊2食以上) 2泊6食付

平日1泊2食付 1室2名様以上 **6,825円** **8,925円**

土・祝前日は1,575円増となります。

鬼怒川・塩原に2泊お泊まりの方

尾瀬ハイキングプラン

2,800円 ○6月～9月 火・水・木・金曜日実施

★尾瀬文学散歩ツアー

3時間コース 無料

尾崎紅葉、田山花袋、夏目漱石、谷崎潤一郎など記念碑めぐり

新開線温泉

●ホテル おおるり山荘
フリーダイヤル 0120-582-865

●ホテル おおるり山荘
フリーダイヤル 0120-582-870

●ホテル おおるり
フリーダイヤル 0120-582-851

●ホテル ニュー紅葉
フリーダイヤル 0120-582-867

●ホテル ニュー七里
フリーダイヤル 0120-582-868

●ペンション 石楠花
0279-88-6464

鬼怒川温泉

※「湯けむり会館」夜間はジャンボダンスホール(火・木・土・日は生バンド演奏)

●ホテル ニューおおるり山荘
フリーダイヤル 0120-883-488

●ホテル おおるり山荘
フリーダイヤル 0120-582-859

●ホテル 沢風
フリーダイヤル 0120-582-863

●ホテル 平家本陣
フリーダイヤル 0120-582-861

塩原温泉

※「湯けむり会館」夜間はジャンボダンスホール(火・木・土・日は生バンド演奏)

●ホテル おおるり山荘
フリーダイヤル 0120-582-853

●ホテル ニュー八沙
フリーダイヤル 0120-582-852

●ホテル 岩蔵(いわくら)
フリーダイヤル 0120-582-871

●ホテル 塩原温泉ホテル
フリーダイヤル 0120-582-854

●ホテル 八沙
フリーダイヤル 0120-582-856

毎日運行 無料送迎バス

【要予約】「湯けむり号」

千歳駅 8:00 → 草津

西船橋駅 7:30 → 松戸駅 8:30 → 草津

千歳駅 8:00 → 鬼怒川温泉 西川日光湯元 塩原

西船橋駅 8:00 → 松戸駅 9:00 → 鬼怒川温泉 塩原

おおるり ウェブ検索 <http://www.ohruri.com>

CWA 各歩こう会主催行事			
8月4日(土) ミニナイトウオーク(花火観賞) (ちば)	8月18日(土) 耐暑ウオーク(ビール工場見学) (船橋)		
8月4日(土) ミニナイト松戸の花火を見る (北総)	8月19日(日) 五浦海岸バスウオーク (東総)		
8月11日(土) サッポロビール工場見学ウオーク (いちかわ)	8月23日(木) 里山ウオーク(実りの時期を歩く) (ちば)		

9月1日(土) 第6回防災ウオークラリー (ちば)	9月23日(日) 鮮魚街道を歩く (500選) (北総)		
9月2日(日) 「くつの日」記念ウオーク (CWA)	9月27日(木) 佐倉歌碑巡り (ちば)		
9月5日(水) 松戸の史跡巡り (北総)	9月29日(土) コースガイド(新川)ウオーク (船橋)		
9月9日(日) 江戸川水郷巡りウオーク (いちかわ)	9月29日(土) 習志野市ウオーキングフェスタ (習志野市)		
9月16日(日) 七廻道歴史コース「白井の里山を巡る」(CWA・船橋)	9月30日(日) 七廻道「未来コース」 (CWA・いちかわ)		
9月17日(月) 歩きたくなる道500選 (CWA・東総)	9月30日(日) 江戸登城ウオーク (JWA)		
9月23日(日) 創立13周年記念ウオーク (いちかわ)			

東総歩こう会 TEL・FAX 0478-54-2467

9月例会

●歩きたくなるみち「500選」 15km・10km
主 催／NPO法人千葉県ウオーキング協会
主 管／東総歩こう会
日 時／9月17日(月・祝) 9時20分 団体歩行
集 合／佐原文化会館前 JR佐原駅徒歩3分
参加費／500円
(詳細は一面をご参照下さい。)

船橋歩こう会 TEL・FAX 047-462-0596

9月例会

●ちば七廻道(歴史コース)「白井の里山を巡る」
22km(自由歩行)・13km(団体歩行)
主 催／NPO法人千葉県ウオーキング協会
主 管／船橋歩こう会
日 時／9月16日(日) 22km 9時～9時半
13km 10時
集 合／御伊勢公園(京成臼井駅 徒歩3分)
(詳細は一面をご参照下さい。)

●コースガイド(新川)ウオーク 18km
日 時／9月29日(土) 9時 団体歩行
集 合／大和田第二公園(京成大和田駅 徒歩10分)
参加費／CWA会員無料、県外会員300円、一般400円
解 散／大和田第二公園15時頃
コース／大和田第二公園～八千代総合運動公園～萱田
近隣公園～麦丸新田バス停～道の駅(やちよ)
～宮内橋～八千代郷土博物館～なかよし橋～
大和田第二公園

○みどころ 新川沿いの土手は、風に吹かれて何度でも歩きたい場所です。道の駅(やちよ)には、近隣農家の人達が作った新鮮な野菜がいっぱいです。購入されてみてはいかがでしょうか?ここが昼食場所です。惣菜、弁当、お茶など販売しています。

ちば歩こう会 TEL・FAX 043-255-5360

9月例会

●特別例会 第6回防災ウオークラリー
日 時／9月1日(土) 下記参照

	31km	20km
集 合	上野公園噴水前 (JR上野駅公園口3分) 8時30分	船堀スポーツ公園 (都営新宿線船堀駅5分) 10時
解 散	幕張本郷駅(JR総武線・京成千葉線) 12時30分～16時	
歩行形態	自由歩行	

参加費／500円
○みどころ 外出していた時に大地震が発生し、交通手段が途絶して自力で歩いて帰らなければならないと想定し、概略の地図と人に尋ねることだけを頼りに目的地まで完歩を目指すウオーキング。
問い合わせ先 0476-24-2277 田口康光

第57回「平日楽々ウオーク」

●佐倉歌碑巡り 13km(一次解散 鹿島橋11km)
日 時／9月27日(木) 9時 団体歩行
集 合／御伊勢公園(京成成田線京成臼井駅3分)
参加費／ちば歩会員100円、その他300円
解 散／総武本線佐倉駅前 14時10分頃
コース／御伊勢公園～防人の歌碑～ふるさと広場(吉川英治の歌碑)～野鳥の森(大江千里の歌碑)～サンセットキャンプ場～鹿島橋～歴博芝生公園(昼食地)～佐倉城趾公園自由広場～小沼公園(正岡子規の句碑)～JR佐倉駅

○みどころ 臼井から佐倉へ、歌碑と句碑を訪ねて歩きます。野鳥の森の高台からの眺めも一見の価値有ります。

問い合わせ先 043-496-0065 伊藤智代

北総歩こう会 TEL・FAX 04-7145-1620

9月例会

●お魚の道・鮮魚街道を歩く① 22km・17km
歩きたくなるみち「500選」「千葉No.08」
日 時／9月23日(日) 9時10分 団体歩行
集 合／第1号公園(JR成田線布佐駅5分)
参加費／CWA無料・県外会員&一般300円
解 散／22km:16時頃 東武野田線高柳駅
17km:15時頃 北総鉄道小室駅
コース／1号公園～松山下公園(WC)～白井聖地公園(昼食・WC) 22km～海上自衛隊基地～高柳駅・17km～駒形神社～小室駅
○みどころ 歩きたくなるみち「北総の素朴な自然探勝のみち」と黒潮・親潮のぶつかる銚子沖で獲れたお魚が大江戸の台所へ通った道(利根川の布佐河岸から松戸の納屋河岸)の今回はパート①。上野駅8:05発土浦行きに乗車、我孫子駅乗換でおいで下さい。

平日ウオーク

●松戸の史跡巡り 11km
日 時／9月5日(水) 9時 団体歩行
集 合／JR常磐線馬橋駅東口 徒歩2分 王子神社(案内あり)
参加費／北総会員100円・CWA会員200円・県外会員&一般300円
解 散／14時頃 新松戸駅近くの赤城神社
コース／馬橋駅～王子神社～東漸寺(WC)～幸田貝塚(昼食・WC)～小金城趾(WC)～赤城神社～新松戸駅
○みどころ 武蔵国・常陸国・下総国の国府に通じる交通の要衝であった松戸の史跡を巡り歩きます。

いちかわ歩こう会 TEL・FAX 047-358-0384

9月例会

●千葉七廻道「未来コース」 15km
500選「千葉No.05」付



ワールドマーチは
おかげさまで、
20周年

雨の日でも快適に歩ける!
全天候型ウオーキングシューズ

GORE-TEX®
ファブリクス搭載

プライド®

●かかとの耐久性を高める
高耐摩耗ラバーEVACS®-Z

●中足骨サポートドライフット®が
足の疲労を軽減

●足の故障を防ぐための
異変感伝達E.V.A.ミッドソール



WORLD MARCH

公認

GORE-TEX

*GORE-TEX®GORE®
GUARANTEED TO
KEEP YOU DRY™は
ジャパンゴアテックス
株式会社の登録です。

MoonStar
The Footwear Company

株式会社 ムーンスター お客様相談室:TEL. 03-3403-6738

www.worldmarch.com

主 催／NPO法人千葉県ウオーキング協会
主 管／いちかわ歩こう会
日 時／9月30日(日) 9時 団体歩行
集 合／JR津田沼駅南口 サンペディック前
(詳細は一面をご参照下さい。)

●江戸川水郷めぐりウオーク 16km・20km
日 時／9月9日(日) 9時
団体歩行／後半自由歩行
集 合／市川関所跡(京成国府台駅徒歩3分)
参加費／CWA会員無料・県外会員及市民300円・一般
400円
解 散／市川関所跡 20km 13時30分～15時
16km 15時頃

コース／善養寺～篠崎公園～江戸川スポーツランド～
篠田堀親水緑道～篠崎ポンプ場(16km行徳
橋)～今井橋(自由歩行)～本行徳公民館～
行徳橋～市川関所跡

○みどころ ウオーキングシーズン到来です!江戸川
河川敷を秋風に乗って目一杯歩き楽しめる、健脚コ
ースと一般コースの2班です。たくさんの方々のご参加
を赤とんぼやコスモスと共にお待ちしております。

●創立13周年記念ウオーク&懇親会 12km
日 時／9月23日(日) 9時 団体歩行
集 合／JR新浦安駅前広場
参加費／CWA会員無料・県外会員及市民300円・一般
400円

解 散／JR新浦安駅 12時頃
コース／日の出公園～日の出公民館～パーム&ファン
テンホテル～高洲海滨公園～漁業記念公園～
若潮公園

○みどころ 変貌いちじるしい浦安の街と海の香り、
そして新しく出来たホテル、天然温
泉等夢とロマンの街並みを巡ります。
懇親会／オリエンタルホテル2F中華ブローニューの森。
参加費2,300円(会員1,800円)
受付時集金いたします。

