



楽しく親しく元気よく歩こう  
 発行 NPO 法人ちば歩こう会  
 260-0833 千葉市中央区稲荷町 3-16-1 丹羽方  
 Tel 070-5577-2282 Fax043-268-1539  
 E-mail toyo-niwa@jcom.zaq.ne.jp  
 郵便振替口座 00150-3-318752  
 ホームページ <http://chibahohp.sakura.ne.jp>  
 編集責任者：中嶋、日向、丹羽

### 事務局だより

#### (1) 今年度行事の参加状況

今年度行事は25回を予定しておりまして、5月までに10回が終了いたしました。今年度はお天気にも恵まれたこともあり、現状での参加状況は昨年比で10%増です。1行事当たりの平均参加者は161名でこのうちの70%がちば歩の会員です。総会員数の40%の参加に当たるのですが、やや低い値です。体調がよい時をみはからって、是非ご参加ください。

#### (2) 行事参加シールの整理の仕方

行事終了時に参加者にお渡しするシールには、IVVシール(日付と距離)と平日楽々シールの3枚が印刷してあります。これらを3枚に分け、日付を記載したシールは緑色のIVVパスポートに、距離が記載されているシールは青色のパスポートに貼って下さい。また、平日楽々シールは、平日楽々パスポートに貼って下さい。回数や距離がまとまると、表彰されます。更なる詳細は、「新入会員ハンドブック」p5～p10をご覧ください。

#### (3) 30年度新入会員の紹介 (5月末現在27名) (敬称略) 積極的なご参加を期待しております。

C-1925 都築文雄 八千代市大和田新田 C-1926 鬼島正和 千葉市稲毛区轟町

#### (4) 会員募集のご協力をお願い

お友達に<ちば歩>を紹介していただける方に、募集パンフを事務局で用意しています。ご入用の方は、声をかけて下さい。

### トピックス

#### 「パソコン教室受講記」

C-1878 佐藤 芳雄

「ちば歩」では、毎月第3金曜日午後15時に千葉市民活動支援センターで、パソコン勉強会を開催しています。この会は理事が例会等で配布するコース地図を作成できるようにするため、スーパーマップルというツールを勉強することから始まり、今では理事全員がコース地図を作成できるようになりました。私も昨年理事となり、この教室に3回ほど通い先輩理事の方々の指導でコース地図を自由に作れるようになりました。

参加者全員がコース地図の作成を習得したので、この1年間はエクセルを使っての表の作成、管理を勉強しています。パソコンを使っている人なら誰でもエクセルは使用した事があるでしょうが、エクセルが持っている様々な便利な機能を知らないため、表作成に苦労した経験があるのでは？

この教室では13回に亘りエクセルが持っている機能を少しずつ勉強してきました。美しい表の作成方法、膨大なデータ量でも間違いのない表の作成方法、作成された表の正しい管理方法等を勉強してきました。

エクセルの次は参加者の希望により、デジカメで撮影した写真の修正、修飾方法や膨大な量の写真の管理方法、またホームページに掲載するためのPDF、HTMLファイルの作成方法も勉強する予定です。パソコンを使用している人、参加してみてください。

特別例会 皆でイヤラウンドを歩こう  
(※Cリーグ)

担当チーフ:大岩 成徳

実施日 :5月13日(日) 天候;曇

集合場所 :通町公園(JR 千葉駅徒歩 10分)

解散場所 :集合場所と同じ

参加人員:183名(10km83名、16km100名)

歩行距離:Aコース(16km) Dコース(10km)

イヤラウンド AコースとDコースをベースにして、通町公園を中心にして実施した。

16Kmは9時に出発式を行い、スタートした。石橋記念公園ま

で団体歩行、その後地図を身ながらの自由歩行とした。途中都市緑化植物園では、



幸にしてバラ展の最終日に当たり多くの種類のバラを楽しむ事が出来た。自由歩行区間に3名の誘導員を立ててもらいましたが、その場所を通ったウォーカーは多くなかったと聞いています。

16kmコースに続き、10kmは10時に出発式を行った後スタートした。穴川コミュニティセンターまでは団体歩行、その後自由歩行とした。団体歩行区間は、道路が狭く歩道が少なく大勢で歩くのは不向きと感じた。コミュニティセンターに着いた後、昼食を取る人、直ぐに自由歩行に向かう人と様々でした。小園公園では、つつじ、さつき、チューリップ、バラなど初夏の花々を楽しむ事が出来た。全員、2時過ぎに雨に降られずにゴール出来た事は幸いでした。

団体歩行での横断時の安全誘導、自由歩行区間で誘導を担当された役員及びゴール対応の役員、ウォーカーの皆様、無事に終了出来た事を感謝申し上げます。



第181回平日楽々ウォーク  
「モノレール周辺を歩く」

担当チーフ:佐藤 芳雄

実施日 ;5月24日(木) 天候;曇り時々晴れ

集合場所;通町公園(JR 千葉駅) 9時00分

解散場所;集合場所と同じ 13時30分

参加人員 ;131名(ちば歩 112名)

歩行距離 :12km

行事日の2日前まで雨の予想でしたが早朝、雨が上がり、当日は曇りより晴れとなり穏やかなウォーキング日和となった。通町公園を定刻に出発。15分ほどで千葉公園に到着、綿打池の周辺を周り、大賀ハスが見られる蓮華亭を通った、大賀ハスの開花にはまだ1週間ぐらい早いそうだ。千葉公園より稲毛区役所のそばの穴川コミュニティセンターまでモノレールの作



草部、天台の駅近くを歩行した。穴川コミセンで休憩を取り

11:30にスポーツセンターに到着。早めの昼食とした。

楽々表彰式を終え、午後はスポーツセンターより動物公園、みつわ台の駅経由でモノレールの線路下を歩行した、新緑と頭上を走る電車の景観が素晴らしい、少し早くゴールの美しい森公園に13:10に到着し、参加された皆様のお陰で、無事ゴールできました。ご協力ありがとうございました。



## 街道歩きの魅力と楽しみ方

### C-0869 石井義範

私は定年退職後の10年ほど前から(一時期病  
気療養期間がありました)街道歩きを続けてい  
ます。街道歩きには、歩く人によっていろい  
ろなタイプがあります。仲間同士で歩いてい  
る人たちは和気藹々と、一人で歩いている人  
は健脚で早足の人が多く「何日間で目的地  
に着くか」歩くことが目的のようです。私の  
仲間では夏休みを利用して東海道を完歩し  
た人もいます。

夫婦連れの人達は仲良さそうに歩いてい  
ます。同じ趣味を持つことは楽しく良い事  
ですネ。団体のツアーは人数が多く、講師  
(ガイド)の説明を聞きながら、要所・要  
所を見物しながら歩いています。

このように街道歩きには、いろいろなタイプ  
がありますが、自分が楽しめたら良いと思  
います。

私のグループの歩き方は

- ① 街道を「出来るだけ忠実に歩く、歴史書  
や旧街道の地図を見て歩く」これは図書  
館に行くとき資料は結構揃っています。本  
によっては貸出不可のものもあるので、コ  
ピーを取ります。
- ② 「街道筋の歴史をたどりながら史跡や  
現在の様子を見ながらゆっくり歩く」こ  
れは思わぬ発見もあります。
- ③ 「会話を楽しみ、その土地の景色・木  
や草花・土地の人と触れ合いながら歩  
く」神社仏閣、道端の庚申塔・お地藏様  
、石仏にも歴史や逸話が残っています。
- ④ 「記録を残しておく、後で思い返す  
楽しみがあります」カメラ・スマホは必  
需品です。
- ⑤ 1日の行程は歩く場所・交通の便に  
左右されますが、今は10Km前後を月に  
2~3回、体調の良い時に歩いています。  
真夏と真冬、雨の日は休み、天気を見  
て無理はしない。

街道には、それが造られた必然性・必要  
性があり、必要な場所に宿場が作られ  
人の往来で発展してきました。

それぞれの地方、街道、宿場に歴史が  
たくさん残されています。資料館・記念館  
・観光案内所、案内板などが整備され  
ています。

街道には人を引きつける魅力がありま  
す。歩いているとその土地・土地に歴史  
があり、日本人の心があり、昔と今があ  
る、風景がある、街道の連続性がある。  
土地の食べ物や特産を知ることができます。

神社仏閣など長く守ってきたのはその  
土地の人たちです。その土地特有の形を  
残している。土地の人との触れ合いや思  
いがけない出会いもある。また、変わ  
っていく地域の姿など移り変わりを写真  
や土地の人の話で知ることができる。特  
にお寺のご住職の話を知ると、その土地  
のことが良くわかります。

街道歩きは月に数回、連続して歩いて  
います。

費用が掛かります。現在は宿泊を伴う  
歩きをしていないので、特に交通費です。  
ネットで「最安区間」を調べたり、「割安  
切符」、期間限定ですが「青春18切符」  
など出来るだけ安く上がるように工夫を  
するのも楽しみのひとつです。

図書館で資料を探し、資料をまとめ、  
スーパーマップルでコース図を作り、今、  
現在「水戸街道」・「鎌倉街道(下道:  
しもつみち)」・「江戸36見附」を歩い  
ています。

「あるきめです」のこのページには、  
時々「街道歩き」の記事が掲載されてい  
ます。読んでバーチャルの街道歩きを  
楽しみ、次の参考にさせていただいて  
います。

それぞれの街道(道)に歴史・人々の  
生き方・暮らし方があります。新しい  
発見があり、次に歩くところはどのよ  
うなところか、どのような出会いがあ  
るか。楽しみはたくさんあります。



2017年7月 房総往還 館山にゴール

※CはCリーグ行事

例会案内 2018年(平成30年)7月～9月

☆第6回東京文学散歩 (日本橋・浜町)  
 担当チーフ:丹羽豊隆 TEL:070-5577-2282  
 実施日:7月8日(日)10時集合 10km 自由歩行  
 集合:清澄公園(半蔵門線「清澄白河駅」  
 A3出入口徒歩5分)

解散:江戸城大手門前広場(東京駅徒歩10分)  
 ゴール対応:15時まで(時間変更)

今回の東京文学散歩は、端麗な文章と巧みな語り口で有名な文豪谷崎潤一郎の生家を訪ねます。谷崎は30代前半まで日本橋蛸殻町に住んでいました。日本橋は江戸城の東隣にあるところから江戸時代から商業だけでなく、文化の中心地としても栄え、多くの文人が輩出しました。

隅田川沿いの芭蕉記念館、俳人宝井其角、国学者賀茂真淵、漱石などのゆかりの地を訪ねます。皇居東御苑にも伺います。

文学散歩は今回が最終になりますので、6回完歩者には記念品を贈呈します。



江戸城天守台

8月の例会は暑さ対策並びに熱中症対策の為行いません。家にいても熱中症になります。十分な水分補給をして下さい

☆成田里山ウオークⅡ  
 担当チーフ:田口康光 TEL:080-3156-7482  
 実施日:9月22日(土) 9時集合 13Km  
 集合:栗山公園(JR成田駅・京成成田駅徒歩10分)  
 解散:成田山新勝寺信徒会館前(JR成田駅・京成成田駅 徒歩15分) 14時15分頃  
 コース:栗山公園(スタート)→浅間公園→大谷津運動公園→イオンモール→成田山公園噴水(昼食)→水道塔→信徒会館前(ゴール)  
 みどころ:成田山周辺の里山を6kmほど歩き成田山公園内をほぼ一周します。その後市内に残る普段はあまり歩かない小道に分け入ります。成田山新勝寺を上から望み、信徒会館前で解散となります。アップダウンあります。なりたウオーキングクラブと共催で、今回はなりたウオーキングクラブが担当です

平日楽々ウオーク案内2018年6月～8月

参加費	ちば歩会員:100円 その他:300円
表彰	参加回数10, 30, 50, 75回以降25回ごと200回まで平日楽々パスポートを確認し記念品を贈呈します

第182回平日楽々ウオーク

「昭和の森の花を楽しむ」

担当チーフ:安保 壽 TEL:070-5027-4361

実施日:6月28日(木) 11Km 9時集合

集合:もみじ公園(JR外房線土気駅徒歩5分)

解散:しいのき公園(JR外房線土気駅徒歩5分)

14時頃 日本都市公園100

選に選ばれた昭和の森は四季を通じ色々な花が楽しめます。今回は花菖蒲、紫陽花、睡蓮を観賞しながら公園内を散策します。

コース:もみじ公園→ほほえみの広場→水辺の郷公園→昭和の森管理詰所→昭和の森展望広場(昼食)→しいのき公園

7月の平日楽々ウオークは暑さ対策並びに熱中症対策の為行いません。



ヨロシク〜っ!!



夏のウォーキングは気を付けて!!

第183回平日楽々ウオーク

ユーカリが丘の緑陰道を歩く

担当チーフ:三枝勝雄 TEL:080-5028-2343

実施日:8月23日(木) 8時30分 10Km

集合:ユーカリが丘駅北口ユープラ駅前広場

解散:ユーカリが丘南公園

ユーカリが丘駅徒歩10分 11時45分頃

自然豊かな北総台地に開発されたユーカリが丘では、その自然環境をできるだけ保全する計画で開発され、分譲撤退型でなく、長期的な街づくりを前提とした、成長管理型の開発が行われており、毎年分譲件数を約200件の一定とし、コンスタントに若い世代が入居することで高齢化に配慮しています。そのユーカリが丘の緑陰道を歩きます。昼食をとらずにゴールします。