



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 chibaho1991@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) 緊急時の連絡方法について

行事中止の場合の連絡について、従来はメールや電話による連絡を行ってききましたが、電話連絡はかなり困難な作業となりますので、今後は電話連絡はやめメールのみといたします。行事中止が予想される場合は、メールアドレスを登録されていない方は、お手数ですがホームページを見ていただくか、行事担当リーダーへお問い合わせ下さい。なお、行事中止の場合は最寄駅や集合場所にはユニホームを着た役員が待機してご案内いたします。

(2) 会員証の再発行について

入会時にお渡ししている「会員証」は毎年共用して使っていただいておりますが、5年前に発行したものもあり、破損するものも出てきています。来年度からは定期的に発行することになりますが、いまお持ちのもので破損している場合は、無料で再発行いたしますので事務局にご照会下さい。なお、紛失された場合は有料(200円)となります。

(3) 新入会者のためのウォーキング教室について

今年度1回目のウォーキング教室は3月15日に実施しましたが、第2回目を以下のように行います。ご希望の方は、新入会員ハンドブックをお持ちになってご参加ください。定員：20名

日時：4月23日(土) 9時30分～11時30分 きぼーる15階会議室 予約電話：090-8305-6601

(4) 新入会員の紹介

最近入会された15名(昨年度入会9名、本年度入会6名)の方をご紹介します。

| | |
|-----------------------|-----------------------|
| C-1990 石澤 ひとみ 美浜区磯辺 | C-1991 石澤 潤一 美浜区磯辺 |
| C-1992 佐藤 幸子 美浜区磯辺 | C-1993 酒井 峰子 美浜区磯辺 |
| C-1994 宮川 令子 美浜区磯辺 | C-1995 加瀬 静子 美浜区磯辺 |
| C-1996 大塚 富美子 稲毛区園生町 | C-1997 佐野 和與 中央区星久喜町 |
| C-1998 成瀬 正志 美浜区幸町 | C-1999 木村 日出夫 市原市青葉台 |
| C-2000 篠崎 かおり 若葉区高品町 | C-2001 杉本 正夫 鎌ヶ谷市西道野辺 |
| C-2002 櫻井 泰夫 八千代市勝田台北 | C-2003 清野 晃 習志野市東習志野 |
| C-2004 秋葉 洋子 中央区都町 | |

トピックス

「お花見ウオーク(幕張のツツジ)の紹介」

行事担当リーダー 大岩 成徳

第213回平日楽々ウオークを下記要領で開催します。

日時：4月28日(木) 集合場所：幕張海浜公園 9時30分

海浜公園を出発し立体交差の歩道を1.2km程歩くと、目指すツツジ園に到着します。

赤・ピンク・白の花がモザイク模様となり、ビル街に映えています。例年ゴールデンウィークの4月下旬がベストシーズンなので是非ご自身の目で確かめて下さい。

これ以外にサッカー日本代表チームが合宿した緑鮮やかなサッカー場側も通ります。

※はCリーグ行事

特別 皆でイヤーランド歩こう

担当チーフ:大岩成徳

実施日:3月13日(日) 天気:晴れ一時曇り

集合:千葉公園 9:00~10:00

解散:千葉公園 11:30~14:30

参加人数:126名(うち会員98名)

距離:Bコース(20km)、Cコース(13km)
Fコース(7km)

9時前に参加者が集まり始め、検温・手消毒してもらった後 8:50 頃受付を開始しました。各自体力・体調にあった地図を取ってもらい自由歩行でスタートしました。



地図は3種類で140枚(B・Fコース各40枚、Cコース60枚)準備しましたが不足し、20枚追加印刷しました。イヤーランドより3コースを選んでおり、誘導・矢貼りは付けず地図を見ながら歩いて頂く事としました。しかしCコースでは動物公園北口先の小さな橋が見つからなかったとか、Bコースの陸橋手前の目印メロが無くなっている等の指摘を受けました。今後地図の修正に活かしていきたいと考えています。昨年も企画しましたがコロナ感染症のため中止となりましたが、今年無事に終了出来た事を参加者や役員の皆様に感謝致します。



第212回平日楽々ウオーク

(昭和の森を歩く)

担当チーフ:丹羽豊隆

実施日:3月24日(木) 天気:やや曇り

集合:もみじ公園

(JR外房線土気駅徒歩5分) 9時30分

解散:しいの木公園(JR外房線土気駅徒歩6分)

9km:12:45、11km13:30

参加人数:93名(うち会員85名)

距離:9km 11km 団体歩行

天候はやや曇り気温は9度C 低めのなか、外房線土気駅近くの「もみじ公園」を9:40に出発した。

本日のコースは、土気駅の南部にある「あすみが丘」の住宅地を南下し、水辺の郷公園を通過して、9kmコースは下夕田池からお花見公園、11kmコースは、谷地田の水田地帯を回り込みながら、最南端の入り口から昭和の森公園に入り、今度は北上し球技場、テニスコートを経て、お花見広場でコース合流する。その後展望台を経て、再び「あすみが丘」住宅地を抜け、土気駅近くの「しいの木公園」にゴールする道順であった。

お花見広場に到着する頃(11:30)頃は日ざしも暖かくなってきたが、250本あると言われる桜はなお蕾の状態でお花見には1週間程早かった。しかし、道すがらの新緑は美しく、河津桜やモクレンをちらほらと観賞できた。昼食地の展望台(海拔101m)から見た九十九里平野と太平洋の丸い水平線は圧巻だった。

昭和の森公園は、昭和50年に開園した総合公園で、季節の花が楽しめ、サイクリングコースもあり一日中楽しめる広い公園ですので、また、ご家族でおいでください。本日の参加者は93名で、9kmコースの方が約40名、11kmコースの方が約50名でした。ご参加ありがとうございました。



【入会者からのお便り ②】

「百歳時代をめざして」

C-1980 大滝茂男

ちば歩を知ったのは、市政だよりのハイキング・ウオークでした。それから長い間、一般扱いで参加していました。登山等の趣味が多忙で正会員になる決心がつかなかったからです。

ちば歩に参加の都度、役員の皆様に親切に接していただき、感謝の気持ちもあり入会しました。入会してから、年500キロ歩く目標を設定して、会員の方々と歩行を楽しんでおります。また、船橋・市川・北総各地域の歩こう会の行事にも参加しております。変化の富んだ地域を歩くのも楽しみの一つになりました。腰痛もすっかり良くなりました。

人生百歳時代。これからも元気に歩き続けたいと思っております。

「地域の様子を知りたくて」

匿名希望(女性)

私は今年他県から転居してきました。千葉県のごとはほとんど知らなかったもので、地域の様子を歩きながら知る機会がないかと考えていたところ、「ちば歩こう会」のホームページを見つけ、入会をお願いしました。

以前もウオーキングは、週1、2回程度ですが行っていたので、続けていきたいという気持ちもありました。今まで、10キロ程度のコースに3回参加しました。距離的にはこのくらいが今の自分には良いようです。地理に不案内なので団体歩行がありがたいです。

これからも月1回程度かもしれませんが、参加させていただきたいと思っています。よろしく願いします。

「歩くに勝る薬無し」を実感して

C-1963 柿田 昭則

この度「ちば歩こう会」に日向さん及び牧野さんのご紹介により入会させて頂きました美浜区在住の柿田昭則と申します。年齢は79歳です。どうぞよろしくお願い致します。事務局からのご依頼により投稿させて頂きました。

私は現在、地元の「美浜水曜会(歩こう会)」に2年前に入会し、まだまだ初心者ですが毎週メンバーの方々とウオーキングを楽しんでおります。そこで

は、会員の皆さんは生き生き、ハツラツ、颯爽と歩かれています。驚きますのは、風貌や身のこなし(歩き方)が実年齢よりずっとお若く、お元気な方が多いということです。そこから私は、いつも健康の刺激や励み、目標を頂いています。正に「歩くに勝る薬無し」の言葉通りなのだなど実感させられています。

ウオーキングは、単に健康作りだけでなく、道端の四季折々に咲く草花の移り変わりに感動したり、メンバーの方々と会話しながら歩く、これが何とも楽しくウオーキングの魅力や醍醐味になっています。これがあるからこそ毎回多くの参加者があるのだと思います。

「ちば歩こう会」は、美浜水曜会の数倍の規模であり、会員数が240名を超えとても賑やかな会であるとお聞きしております。また、コース設定も自然のみならず歴史上の名所や旧跡も多く取り入れられているとのこと。

私は千葉に住んで40数年になりますが、千葉の歴史に大変疎いものですから「ちば歩こう会」を通じて、少しでも身につけられれば大変楽しみにしているところです。とは申しましても、私にとりましてはハードルが高いかないと心配な部分もありますが、新年から参加させて頂きたいと思っておりますので、会員の皆様どうぞ宜しくお願い致します。



楽しい時間

【3月号(No.370)3頁の10パズルの回答】

$$\textcircled{1} 1518 : \underline{1} \div \underline{5} = 0.2 \Rightarrow \underline{1} - 0.2 = 0.8 \\ \Rightarrow \underline{8} \div 0.8 = 10$$

$$\textcircled{2} 1919 : \underline{1} \div \underline{9} = \frac{1}{9} \Rightarrow \frac{1}{9} + 1 = \frac{10}{9} \\ \Rightarrow \frac{10}{9} \times \underline{9} = 10$$

(計算途中では、整数でなくてもいいのです。)

街を歩く姿だ。美しく磨くべきものの一つは(ルネッサンス期の天才の一言) キジマ

※CはCリーグを示す

例会案内 2022年4月～7月

例会・平日楽々 共通事項

開催に不安のある方はちば歩ホームページ又は担当者に確認してください

☆例会 木更津名所めぐり

担当チーフ:丹羽豊隆 TEL:070-5577-2282

実施日:4月17日(日) 7Km 10時集合

集合・解散:木更津駅前西口広場(JR内房線 木更津駅徒歩5分 解散時間 14時頃

班別団体歩行 コース:西口広場(スタート)→八剱八幡神社→証城寺(狸ばやし)→見初めの松→木更津甚句記念碑→鳥居崎海浜公園→中の島大橋→木更津港内港→吾妻神社→平等院→東岸寺(一茶の句碑)→光明寺(与三郎の墓)→西口広場

【特】例会 千葉開府900年に向けてのウオーク※C

担当チーフ:日向安昭 TEL:090-8305-6601

実施日:5月7日(土) 10Km 9時30分集合

集合:菰池公園(JR蘇我駅徒歩10分) 解散:緑区役所広場(JR外房線鎌取駅徒歩5分) 12時30分頃

参加費:会員・CWA加盟団体・千葉市民:200円 その他:300円

団体歩行コース:菰池公園→大巖寺館跡→小弓城跡→埋蔵文化センター→小弓城跡→大百池公園→有吉公園→緑区役所 見どころ:中世の城郭跡を巡ります。生実城址・小弓城跡・埋蔵文化センター

☆例会 江戸川縁から水元公園を探訪

担当チーフ:中嶋久登 TEL:090-8891-4439

実施日:6月25日(土) 10/5Km 9時30分集合

集合:市川関所跡下河川敷(京成国府台駅徒歩5分) 解散:東急ストア広場(JR常磐線金町駅徒歩5分・京成金町駅徒歩8分) 14時頃

参加費:会員無料 その他 300円

団体歩行コース:市川関所跡→市川橋→江戸川堤防→柴又帝釈天(休息・一時解散)→葛西大橋手前東金町7左折→東金町5→水元公園内→菖蒲園(昼食)→松浦のしばられ地蔵→東金町中→東金町小→東急ストア前広場

☆例会 早朝ウオーク「千葉の緑陰をあるく」

担当チーフ:鬼島 正和 TEL:090-2540-2712

実施日:7月3日(日)12Km 集合7時30分～8時

集合:千葉公園綿打池前(JR総武線千葉駅徒歩10分) 解散:千葉市動物公園(千葉都市モノレー動物公園徒歩5分) 10時30分～11時30分

平日楽々ウオーク案内 2022年4月～6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 |

回数表彰:朝に受付しその場で表彰状の受渡しを行います。当面、表彰式は行いません

平日楽々ウオーク「お花見ウオーク・幕張のツツジ」

担当チーフ:大岩成徳 TEL:090-7245-8106

実施日:4月28日(木) 11Km 9時30分集合

集合:幕張海浜公園(JR京葉線海浜幕張駅徒歩10分) 解散:高洲公園(JR京葉線稲毛海岸駅10分) 14時頃

班別団体歩行 コース:幕張海浜公園→幕張ツツジ園→見浜園→サッカー合宿所→浜辺散策→千葉市花の美術館(昼食)→高洲公園

見どころ:ツツジ園のモザイク模様、見浜園の庭園(高齢者無料—要証明書)、サッカー合宿所、千葉市花の美術館

平日楽々ウオーク「袖ヶ浦公園ウオーク・花菖蒲」

担当チーフ:佐藤芳雄 TEL:090-1507-6803

実施日:5月26日(木) 11/6Km 9時集合

集合:長浦駅前(JR内房線長浦駅徒歩1分) 解散:袖ヶ浦駅前(JR内房線袖ヶ浦駅徒歩1分) 解散 14時30分頃

団体歩行 コース:長浦駅北口→蔵波公園(休)→ちばな交差点→袖ヶ浦公園上池→菖蒲園(昼食一次解散 6Km)→ゆりの里(休)→広域農道→袖ヶ浦駅前

見どころ:5月の袖ヶ浦公園では菖蒲園の約1万5千株の花菖蒲をはじめ紫陽花やその他いろいろな花が楽しめます。時間の許す限り、園内の散策、郷土博物館や旧進藤家の見学などお楽しみください。

平日楽々ウオーク 市川動植物園周辺ウオーク

担当チーフ:松本 茂 TEL:090-9137-4980

実施日:6月16日(木) 13Km 集合9時30分

集合:みかど公園(JR武蔵野線市川大野駅徒歩5分) 解散:市川大野駅前(JR武蔵野線 市川大野駅) 12時から13時30分迄

自由歩行コース:みかど公園(スタート)→東松戸中央公園→ゆいの花 13→大野自然公園→観賞植物園「休憩」→バラ園→市川動植物園出入口→市川大野駅(ゴール)

見どころ: ゆいの花公園、大野自然公園、観賞植物園、バラ園にて花・自然を楽しむウオーキング。

自由歩行コース:千葉公園綿打池→西千葉公園→稲毛なかよし公園→草野放水路散策路→園生市民の森公園→県総合運動場→千葉市動物公園(解散)