



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) 2023年度行事計画案(楽々W 篇) <参加費> 会員:100円、非会員:300円

月	日	曜日	例会名
1	19	木	千葉市内初歩き
2	17	木	栄町自然と歴史探訪ウオーク
3	23	木	カタクリの花鑑賞ウオーク(柏市逆井)
4	27	木	本佐倉城址と道祖神巡り
5	25	木	市原歴史散策
6	29	木	紫陽花鑑賞ウオーク(茂原藻原寺)
8	24	木	陰影を求めて佐倉の林道を歩く
9	28	木	四街道の文化財を巡る
10	26	木	江戸名所巡り(C)
11	30	木	紅葉鑑賞
12	21	木	年の瀬ウオーク

(2) 2023年度会員受付中

来年度(1/1~12/31)の継続会員および新規入会者を受付中です。会員になれば俳句会、パソコン教室、街道あるき等に参加でき、その他参加費や完歩賞等の特典も受けられます。是非、ご継続頂き、また、ご友人にも入会をお勧め下さい。

(3) 2022年度完歩賞について

今年度の完全完歩賞の記念品として金券の他に一時中止していた半袖ポロシャツ(ライト・パープル、ピーナツ君マーク入り、500円)を復活しましたのでご応募ください。また、9回以上ご参加された方には完歩賞ネームプレート(1,000円)も用意しています。申請期限は12月10日です。

(4) 2023年度「のんびりウオーク」の実施について

9月、10月に実施しました短距離希望者向け「のんびりウオーク」には、各々64人、27人の参加がありました。健脚でなくても無理なく歩けるので好評です。一人でも多くの方が行事参加できるよう来年度も実施する方針です。具体的な実施方法は来年度1月にお知らせいたします。

(5) 訃報

大橋宣彦さんが9月に逝去されていたという報が入ってきました。大橋さんは2002年(H13)に入会され、来年が永年表彰の年でした。享年88歳。心より哀悼の意を表します。

トピックス: あるきめです

編集 中嶋 久登

「あるきめです」は11月号で378号となり2023年1月号で380号となります。来年度末には391号で2024年には400号が目の前です。明日も判らないご時世に2年先の事を述べるのもいささか気が引けます。あるきめですの正式名は「あるきめですちば」です。1991年(平成3年)4月会報として第1号が発行されました。そこに「ちば歩こう会発足」の記事 P1、P2には祝辞が記載されており、その筆者は東総歩こう会会長及び船橋歩こう会会長です。そこからもちば歩の発足が加盟団体で三番目と分かります。

継続されてきたのは担当者の努力もさる事ながら一重に会員の皆様の御協力が有ったものと思います。400号に向けて読みやすい、分かり易いそして楽しいウオーキング記事をお届けしていきます。

※はCリーグ行事

特別例会 第21回防災ウォーク (Cリーグ)

担当チーフ:安保 壽

実施日 :10月2日(日) 天候:快晴

集合場所:30km…JR 成田駅 8時40分

:20km…JR 佐倉駅 9時40分

:10km…JR 四街道駅 9時40分

解散場所 葭川公園

参加人員 152名(内会員89名)

30km49名(内会員14名)、20km37名(内会員23名)、10km66名(内会員52名)

参加者、昨年は148名、今年度は152名でほぼ横ばいでした。コロナ禍で自粛していたので、今日はロングコースに挑戦したという女性もおられました。

歩行体制は30km・20kmは自由歩行、10kmは自由歩行と団体歩行の選択制としました。

コースは、昨年は京葉道路沿線を起点としましたが、今回は成田線沿線街道を歩きました。

防災ウォークの狙いは、災害時帰宅に備えて多方面のコースを体験し幹線道路を覚えること及び、地図の見方を勉強することです。通常の例会でも地図をみて今どこを歩いているかを確認することが大切です。来年度の防災ウォークは地図を片手に単独で歩いてみませんか!!

災害はいつ、どこで発生するかわかりません。災害時に出先場所からどういうルートで帰宅するかを日頃よりシュミレーションしておくことが大切かと思えます。

通常例会 健康づくりウォーク

担当チーフ:中村 建策

実施日 :10月15日(土) 天候:曇り一時小雨

集合場所 : 緑町公園(JR総武線西千葉駅
徒歩5分) 9時~9時15分

解散場所: 8km.葭川公園 11時50分

: 11km.菰池公園 13時00分まで

参加人員 110名(ちば歩88名)

8km35名、11km75名

歩行距離 : 8km(団体歩行)、11km(自由歩行)

千葉市健康づくり週間における行事ですが、土曜日に行われる健康づくり大会(通常は「きぼーる」で実施)がコロナ禍のため3年連続して中止となり、ウォークだけの単独実施となりました。

会員の皆さんの意見もあり、8km(団体歩行)と11km(自由歩行)とし、源頼朝ゆかりの場所(白幡神社、君待橋之碑、お茶の水)を巡るコースを設定しました。わずかの間小雨が降りましたが、ウォークにはほとんど影響はなく、無事に葭川公園と菰池公園にゴール

しました。今回は、自由歩行のために最小限の矢貼りをしましたが、どうだったでしょうか。ただ、8kmコースに自由歩行で行った方がおられ、やり方を徹底することの難しさを感じました。また、集合場所について京成線からの案内を失念してしまいました。お詫び申し上げます。

ゴール後には、さっそく来年度の会員継続更新を行う人も多く見られました。今後もよろしくお願いたします。

第218回平日楽々ウォーク

「隅田川十二橋巡り」 Cリーグ

担当チーフ:日向 安昭

実施日 :10月27日(木) 天候:晴れ

集合場所 : 錦糸公園(JR総武線錦糸町駅
徒歩3分) 10時00分

解散場所 : 両国駅前 13時15分

参加人員 : 133名(ちば歩81名、他協会41名
一般11人)

歩行距離 : 7km(28名)、11km(105名)

コロナ禍のなか、通勤のラッシュ時間の乗車を心配していましたが、乗車者は全員マスクをして、会話をしている人はいませんでした。一安心です。今回の例会は、久しぶりの県外の東京ウォークでした。茨城県からのウォーカー5人、東京、神奈川からの参加者もおられました。

開会式を実施しました。中村会長の挨拶、丹羽事務局長の連絡事項、リーダーのコース注意事項、平日楽々の表彰式(1名)を行いました。ストレッチは行いませんでした。来年度の会員継続更新の手続きを行いました。

今回のコースは、川沿いを主体に歩くコースで、錦糸公園から横十間川(車が通らない川沿いの道)・スカイツリーの脇を流れる北十間川を巡って隅田川に向かうコースです。北十間川の南側は、江戸初期までは東京湾の湿地帯でした。

隅田公園から隅田川を東京湾に向かって川の淵の隅田川テラス道を、橋を眺めながら歩きました。

今回、地図が見にくく、橋の名前が地図に書かれていない橋が多かったとの指摘を頂きました。東京地区は自由歩行で歩きますので、見やすい地図でなければだめですね。来年も東京地区のウォーキングがあります。ご参加お願いします。

俳句会の平山武彦氏 投稿

「秋惜しみ予約飛び込む屋形かな」 武彦

「木屋とびんつけの香の錦糸町」 久登

大人数で歩く定例会のウオークは壮観である。目的地を共有し一体となった人々のオーラが移動して行く。その動く様は、意識を持った異次元の生命体のごとき印象がある。

コロナ禍も3年目に至り、定例会も再開されたが、そのあり様には変化がみられる。外出を遠ざけられ、熟齢を促された今は、歩く速さにも夕日を感じさせられている。

それゆえ、そのゆったりとした時の流れに委ねる少人数の仲間とのウオークに心が満たされ、増え始めている。

多くの人が、早朝、昼日中、たそがれ時を問わず歩いている。簡易なリュック、ペットボトルを携行し、似つかわしい服装で歩みを進めている。山野の可憐な草花に会いたい。富士山を海に眺望し、潮風を頬に感じたい。ビルの狭間の空と雲のせめぎあいに見とれる瞬間。歩道から跳ね返る靴音に、土を踏み草の擦れる音に耳を傾ける。行人夫々の思いがある。あるいは、何も意識せず、何も求めず、在るが儘を愉しんでいることもあるのかもしれない。



ウクライナに某国の理不尽な軍事進行が始まり8か月が過ぎ行き、白昼の民主的な選挙運動の最中、元首相への銃撃事件という衝撃が奔り、そこから炙りだされた数々のきな臭い事実、過去から連綿と絡み合った疑惑の塊の大きさ暗さ。

この美しい国に必定とされた品格と誇りをいつどこで見失ったか、あるいは捨て去ってしまったのか。この卑小な身には思い至れない。

目の前のことに追われ、日一日を無心で生きて

きた老身には思い至れない。

我々の理性も知性も教養までもある種の諦観に覆われてしまったのだろうか。

ヒュウウと風が吹き、柿色の空に富士が黒々と映える秋は、皮膚の感覚が研ぎ澄まされ、風に飛ばされそうな思考が優先するのだろうか。

「愉しまず晩秋黒き富士たつを」 山口誓子

いつも夏は強い光線が眼から脳幹に鮮やかな色彩となり、未来志向の芳香を放っていたように思う。

サムライ月を見上げる。足元を見つめ動き始めた人の活動は、冬の寒さの中触れ合うものの温もりに気付かせ、春には絆を越え「繋がる」を是とするに至るだろうか。

2極化と強権的な不安定さの今、「寅さん」家族のように、みんなが仲良く暮らすことを意識的に努力するという賢さが世界中の人々にあって欲しいと願う。

新しい価値観を持つ世界に切り替わらねばならない時代の困難さの中、人々は御身の歩き方を生き方をどこまで続けられるのだろうか。

記憶の深い海からの泡のひとつが論ず。

アフリカで誕生した人類は、森から草原へ進出し、その生息域を広めた。当初華奢でひ弱な祖先は、2足歩行を獲得したが、他の動物よりも走力は無く力もなく狩られる側の生き物だったろう。火を扱うことを身につけ、手指を器用に使い道具を産み出し、脳の発達が促され進化が加速する。

知恵とおそらく集団の社会性により、外敵と対等になり狩る側へと変貌する。この時の偉大なひとつの能力が、速さでは敵わないが何時間も何日も追いつけられる歩行能力であった。

歩くことは、生きることであり、他の生物との生存競争であった。この生存に必要な能力が我々のDNAに残されている。DNAには、絶滅したネアンデルタール人やデニソワ人の痕跡も残されている。

十万年、百万年という遠い過去から続く人類の進化に「歩行」が持つ重さを、この一歩に感じたい
冬のとばりが富士の陰から私に迫る。

※CはCリーグを示す

例会案内 2022年11月～2023年2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 第29回スポレク祭ウオーク 団体歩行

担当チーフ:遠藤 吉樹 TEL:080-6543-8508

実施日:11月13日(日) 9時集合 10Km

集合:新検見川公園(JR総武本線新検見川駅徒歩3分)

参加費:CWA加盟団体/無料 千葉市民/100円
その他 300円 解散 14時頃

解散:西千葉公園(JR総武本線西千葉駅徒歩15分)

コース:新検見川公園 → 花見川側道(歩測大会実施)

→ 真砂中央公園 → 稲岸公園(昼食、成績発表)

→ 西千葉公園

☆例会 忘年ウオーク 自由歩行

担当チーフ:安保 壽 TEL:070-5027-4361

実施日:12月10日(土) 受付9時から9時30分

集合:葭川公園(JR千葉駅徒歩12分) 9Km

解散:通町公園(JR千葉駅徒歩12分)

11時30分から12時迄

コース:葭川公園→末広公園→亥鼻公園→境橋→知事
公舎交差点→通町公園

☆例会 初詣ウオーク「香取神宮」 団体歩行

担当チーフ:田口康光 TEL:080-3156-7482

実施日:1月7日(土) 9時30分集合 11Km

集合・解散:佐原駅前(JR成田線佐原駅徒歩1分)

解散 13時30分頃

コース:佐原駅前→小野川縁→新部→香取神宮→
篠原→道の駅水郷さわら(昼食地)→川岸公園(こ
こから自由歩行)→佐原駅前

2022年1月例会が路面凍結のため中止となった
ため改めて実施します。

香取神宮は下総国一宮であり、日本全国に約4
00社ある香取神社の総本社です。一年の安寧
を祈願に出向きます。小野川縁から佐原の里山
を巡ります。

JR千葉駅07:55発乗車→08:31成田

成田駅乗換08:41発→09:11佐原駅着

☆例会 立春ウオーク(中山法華経寺)団体歩行

担当チーフ:中嶋久登 TEL:090-8891-4439

実施日:2月4日(土) 9時30分集合 10/5Km

集合:京成菅野駅北口公園(菅野駅徒歩3分)

解散:5Km国分バス停(1時頃) 10Km小栗原蓮
池公園 14時頃(JR下総中山駅徒歩7分)

平日楽々ウオーク案内 2022年11月～

2023年1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 船橋海老川探訪ウオーク団体歩行

担当チーフ:中嶋久登 TEL:090-8891-4439

実施日:11月24日(木) 9時30分集合 10/5Km

集合:天沼弁天池公園(JR船橋駅徒歩5分)9時30分

解散:船橋港親水公園 14時頃

(京成船橋競馬場徒歩15分・JR武蔵野線南船橋
徒歩15分) バス停徒歩5分

一時解散:中央卸売市場富士見橋(11時30分頃)

海老川沿いの十福神を辿ります

平日楽々ウオーク 年の瀬ウオーク 自由歩行

担当チーフ:佐藤芳雄 TEL:090-1507-6803

実施日:12月22日(木) 10時集合 10Km

集合:高洲公園(京葉線稲毛海岸駅徒歩5分)

受付後順次スタート 希望者団体歩行

解散:葭川公園(JR千葉駅・京成千葉駅徒歩15分)

12時から13時迄

コース:高洲公園→稲毛海浜公園(トイレ)→稲毛高校前→

みなと公園(トイレ)→千葉市役所→そごう前→葭川公園

平日楽々ウオーク 千葉市内初歩き(若葉区周辺)

担当チーフ:安保 壽 TEL:070-5027-4361

実施日:2023年1月19日(木) 9Km 自由歩行

集合:美しの森公園(JR総武本線都賀駅徒歩5分)

9時から9時30分 希望者:団体歩行

解散:JR都賀駅前(JR総武本線都賀駅1分)

コース:美しの森公園→動物公園北口広場(トイレ)→六

方調整池多目的施設→陸上自衛隊下志津駐屯地→

若松町公園(トイレ)→(ゴール) JR都賀駅前

☆例会 総会ウオーク 自由歩行(希望者 団体歩行)

担当チーフ:佐藤芳雄 TEL:090-1507-6803

実施日:2月25日(土) 13時 8Km

集合:今井公園(JR総武線蘇我駅南側

徒歩5分)簡易トイレ

解散:通町公園(JR千葉駅 徒歩12分)

15時から16時

コース:今井公園→アリオ→千葉ポートパーク

→みなと公園→千葉市役所→センシテイ前→通町公園