



IWAニュース 2009・11月号

発行責任者:堀野正勝 茨城県ウォーキング協会会長 事務局:川上 清 茨城県水戸市大塚町 993-7

編集責任者:田仲正一 〒300-1623 茨城県北相馬郡利根町八幡台 3-3 ・fax 0297-68-5051

ウォーキングマナー五ヶ条 / やあ!お早う 明るい挨拶さわやかに / 信号で あわてずあせらず 待つ余裕 / ひろがるな 参加者だけの道じゃない / 自分のゴミ 自分の責任持ち帰り / 歩かせて いただく土地に感謝して

「第3回つくば国際ウォーキング大会」

11月8日(日) 主催:大会実行委員会
茨城県ウォーキング協会
茨城土地家屋調査士会
日本ウォーキング協会

1800・IVV・茨城マスターウォーカー・茨城ヘルスロード

主会場:つくば市中央公園(TXつくば駅前)

受付:午前9時

スタート:10時

コース:

- ・A = 20km 市街地巡り・科学コース(自由)
- ・B = 10km 市街地巡り・公園コース(団体)
- ・C = 5km // ・ショートコース(団体)

参加費:大人 800円(事前500円)

高校生以下 500円(事前300円)

幼児無料

“健やか、爽やか、ウォーク日本1800

歩いて日本を元気に“

全国のウォーカー及び茨城県内の皆様につくばの魅力を知らせていただくとともに、メタボ改善に有用なウォーキングに親しんでいただく。サイエンスと自然が共生する田園・研究学園都市つくばの文化、環境、自然などにふれるコースを歩きます。

11月7日(土) せっかくウォーク

(500選 08-05を歩きます。)

・問合せ 小林 090-8850-6575 (大会事務局)

TEL・FAX 029-873-7908

問い合わせ 二ノ倉 TEL・FAX 0297-73-6401

11月14日(土) 筑西W連合会

[鮭の遡上ウォーク] <10~17キロ>

受付:筑西市役所前 9時(水戸線下館北口歩3分)

スタート:午前9時30分

コース: 鮭遡上五行川コース 12^キ

イヤラウンド小貝川コース 17^キ

イヤラウンド市街地コース 10^キ

解散:午後3時

参加費:300円(ミズノ他協賛あり:事前申込順

100名)、参加は当日も可

問合せ鳥生 08010905748 FAX 0296-20-3386

11月15日(日) 利根町歩<会

[赤坂・六本木・麻布 坂道W] <13km>

集合 東京メトロ赤坂見附駅A出口 午前9時20分

スタート 午前9時40分

コース 赤坂見附駅 赤坂サカス 高橋是清記念

公園 東京ミッドタウン(昼食) 六本木ヒルズ

有栖川宮記念公園・善福寺 虎ノ門駅

乃木坂、南部坂、暗闇坂、鳥居坂、スペイン坂、

など 17の坂をウォークします。

解散 午後3時頃

参加費 会員無料、他協会員 300円、一般 500円

問い合わせ 矢本 TEL・FAX 0297-68-4866

【加盟団体の行事】

11月7日(土) 取手市歩こう会

[湘南海岸しおさいウォーク] <12km>

集合 JR藤沢駅北口 午前10時50分

スタート 午前11時

コース JR藤沢駅 長久保緑化植物公園 <げ

ぬま海岸 辻堂海岸 菱沼海岸 サザ

ンビーチ JR茅ヶ崎駅

解散 午後3時30分頃

参加費 会員無料、他協会員 200円、一般 400円

11月18日(水) 高萩ウォーキングクラブ

[錦秋の花貫溪谷ウォーク] <10km>

集合 花貫ふるさと自然公園 午前9時30分

スタート 午前10時

コース 花貫ふるさと自然公園 小滝沢キャンプ場

花貫物産センター (往復)

解散 午後2時頃

参加費 会員無料、その他300円

問い合わせ 青木 TEL・FAX 0293-23-1651

11月21日(土) 取手市歩こう会

[本土寺周辺紅葉ウォーク] <10km>
 集合 JR馬橋駅東口 午前9時20分
 スタート 9時30分
 コース JR馬橋駅東口 萬満寺 新松戸駅
 東漸寺 大谷口歴史公園 廣徳寺 本
 土寺 JR北小金駅
 解散 午後3時頃
 参加費 会員無料、他協会員 200円、一般 400円
 問い合わせ ニノ倉 TEL・FAX 0297-73-6401

11月26日(木) 水戸歩<会
 [水戸ニュー「イヤールウンドコース」初歩き]
 500選水戸大会 <15キロ>
 集合: 水戸駅南口 午前9時
 スタート: 9時15分
 コース: コヤマスポート 逆川 県庁広場(昼食)
 四季の原 黄門像 紀州堀 コヤマスポート
 水戸駅北口ゴール
 解散: 午後2時半頃
 参加費: 会員200円 会員外300円 当日受付
 問い合わせ: 川上 TEL・FAX 029-251-3246

11月29日(日) 利根町歩<会 / 特別例会
 [小林一茶・布川宿地蔵尊ウォーク] <13km> <7km>
 境内では地蔵市のイベントが開催されます。
 集合: 布川・徳満寺 午前9時
 スタート: 9時20分
 コース: 布川・徳満寺 布川宿 / 小林一茶ゆかりの地
 応順寺 泪塚 布川・徳満寺(解散)
 <7km コース>
 切られ地蔵 泪塚 布川・徳満寺(解散)
 <13km コース>
 解散: <7km コース> 12時頃
 <13km コース> 午後2時頃
 参加費: 会員・利根町民 無料
 、他協会員 300円、一般 500円
 問い合わせ 田仲 TEL・FAX 0297-68-5051

12月6日(日) 水戸歩<会
 [水戸イヤールウンドウォーク]
 いばらき元気ウォークの日 <9キロ>
 集合: 水戸駅北口 午前8時45分
 スタート: 午前9時
 コース: やがて来る冬に備える水戸上市の残照を
 歩きつなぎます。何があるか、お楽しみ乞う。
 解散: 12時頃(水戸駅)
 参加費: 会員外300円 当日受付
 問い合わせ: 川上 TEL・FAX 029-251-3246

「健やか 爽やか ウォーク日本 1800
 ひたちなか市」大会
 12月6日(日) 東海・ひたちなか健歩の会
 [武田氏館を訪ねるみちウォーク]
 集合: JR常磐線勝田駅西口 午前9時30分
 スタート: 10時
 コース: 団体歩行
 ・5キロコース「武田氏館を訪ねるみち」
 ゴール勝田駅西口
 ・11キロコース「武田氏館から海浜公園を巡る
 みち」 ゴール海浜公園
 解散: 午後2時頃
 参加費: 一般 500円 他協会員 ¥300
 問い合わせ: 三好 TEL・FAX 029-262-2428

11月以降の行事(ホームページにも載っています)

11月1日~3日 32回日本スリーデーマーチ JWA
 11月1日(日)町内元気W・里山コース 利根歩
 11月3日(火)笠間菊まつりW 水戸W
 11月7日(土)湘南海岸しおさいW 取手歩
11月8日(日)第3回つぐば国際W 主催
 11月14日(土)四時川紅葉W 水戸W
 11月15日(日) IWA役員会 (水戸歩担当)
 11月15日(日)赤坂・六本木・麻布 坂道W 利根歩
 11月15日(日)梅照院から山寺晚鐘W 筑西・下館
 11月15日(日)県協会役員会 / 指導者会 IWA
 11月18日(水)紅葉の花貫渓谷W 高萩W
 11月21日(土)本土寺周辺W 取手歩
 11月22日(日)花貫渓谷・温泉W 筑西・関城
 11月22日(日)市民ウォーク・山王 藤代歩
 11月26日(木)ニュー「イヤールウンドコース」初歩き 水戸歩
 11月28日(土)水戸街道W 水戸W
 11月28日(土)旧正丸峠を歩く 古河歩
 12月6日(日)水戸イヤールウンドW / いばらき元気W 水戸歩
 12月6日(日)町内元気W・鎌倉街道 利根歩
 12月6日(日)大田郷・嘉家佐和里山W 筑西・下館
 12月6日(日)水戸駅南・下町人情ウォーク 水戸W
 12月6日(日)ウォーク日本 1800・ひたちなか 東ひ健歩
 12月8日(火)総会W 高萩W
 12月12日(土)横浜タウンW 取手歩
 12月12日(土)富士絶景と秩父宮記念公園 古河歩
 12月13日(日)忘年W 利根歩
 12月13日(日)クリーンW 筑西・関城
 12月13日(日)忘年W 牛久W
 12月19日(土)忘年懇親W 取手歩
 12月20日(日)波の華散る大洗W 水戸W
 12月20日(日)鎌倉歴史探訪W JWA
 12月20日(日) " 水戸歩、東ひ健歩、高萩W

12月20日(日)	新守谷からせせらぎの路	藤代歩
12月27日(日)	ホームロードW	筑西・関城
1月1日(金)	初詣ウオーク	牛久W
1月3日(日)	栗橋八福神を歩く	古河歩
1月3日(日)	偕楽園・千波湖 元気ウオーク	水戸歩
1月6日(水)	初詣W	水戸歩
1月9日(土)	初詣W・佐野厄よけ大師	取手歩
1月10日(日)	村松虚空蔵尊ウオーク	東ひ健歩
1月11日(月)	小江戸・川越七福神巡り	筑西下館W
1月15日(金)	高萩市内W	水戸歩
1月15日(金)	市内初詣ウオーク	高萩W
1月23日(土)	IWA役員会 (取手歩担当)	
1月24日(日)	七福神ウオーク	筑西・関城
1月25日(月)	十王パノラマ公園	高萩W
2月6日(土)	中山法華経寺から行田公園	取手歩
2月7日(日)	ひたちなかW<武田館>	東ひ健歩
2月7日(日)	福祉センターから南中郷	高萩W
2月7日(日)	大塚池いばらき元気ウオーク	水戸歩
2月11日(木)	那珂市W	水戸歩
2月14日(日)	宇都宮・まほろばのみち	筑西下館
2月14日(日)	渡瀬遊水池を歩く	古河歩
2月20日(土)	小江戸川越・寺社めぐり	取手歩
2月20日(土)	陸前浜街道W	高萩W
2月28日(木)	ひたちなかW	水戸歩
2月28日(木)	真壁ひな祭りウオーク	筑西・関城
3月6日(土)	水戸観梅ウオーク	水戸W、高萩W
3月7日(日)	水戸観梅ウオーク	水戸W、古河歩
3月7日(日)	水戸観梅いばらき元気ウオーク	水戸W
3月7日(日)	ひたちなかW<海浜公園>	東ひ健歩
3月13日(土)	夢の島公園周辺W	取手歩
3月14日(日)	結城に残る鎌倉街道散策	筑西下館
3月20日(土)	大宮公園周辺W	取手歩
3月20日(土)	結城紬参観と古寺社参拝W	水戸W
3月21日(日)	IWA役員会 (取手歩担当)	
3月25日(木)	東京W	水戸歩
3月27・28日	第11回古河まらぎの里	花桃W 古河歩
3月28日(日)	たつごの里ウオーク	高萩W
3月31日(火)	日立W	水戸歩

- 連載 地図のお話 - 第5回

「地図」はこんなに使われている

私たちは、身近な地域の様子を覚えておくために、何気なく頭の中に地図を描いています。学校までの通学路途中のお菓子屋さんや文房具屋さんの位置関係、近所の魚屋さんや肉屋さんを最も効率的に回る道順、会社と繁華街の飲み屋さんや家とを結ぶ交

通網などは、いちいち地図を見なくても頭の中の地図を読み出せばすぐに分かります。でも、頭の中の地図は人それぞれにみんな異なっているのです。他の人に何かの場所を伝えるときには、自分の頭の中にある膨大な地図の中から必要なものを取り出し、それを地図にして知らせる事が良く行われます。地図によって、人はその場所に行かなくても、その地域の様子を知ることができるからです。

私たちの暮らしには、頭の中の地図の情報を伝えたり、頭の中に新たな地図を付け加えたりするために、日常的に地図が使われています。家までの道順を教える地図、新聞の折り込み広告の新装開店の案内図、バスや電車の路線図や運賃図、道路地図など、地図に接しない日はないでしょう。とある休日に家族でドライブに出かけることになりました。目的地をどこにするのか、どういう道を通っていくのか、地図を広げて家族そろって楽しく語り合ってみては如何ですか？旅の楽しみは地図を広げた時から始まっています。

もう少し、違った視点で見ると、地図はまた、社会を円滑に動かし、経済を調和的に発展させ、災害の無い豊かな国土を建設していくために、大いに役立っています。我々の身近な行政である市町村でも、都市の開発・保全のために都市計画図が作られたり、道路を円滑に管理するための道路台帳図といった地図が作られています。

わが国の地図に関する最初の記録は、『日本書紀』の中で、班田収受の実行を命じた詔に、地図を作成して提出する旨の記述があることとされています。律令国家の時代から、既に地図が行政に使われていたのです。

このように、身近な暮らしの中や、社会の中で「地図」は沢山使われています。



(堀野正勝 記)

- 連載 野草のお話 - 第5回

心ひかれる野の花



先日、志賀高原をぶらりと歩いてきました。樹齢800年のシナノキに会いたくて。紅葉も一段と深みを増しブナ・シラカバ(1500M以下に・木肌は白みを帯びる)・ダケカンバ(1500M以上に・木肌は薄い肌色を帯びる)・ミズナラ・コナラの黄色にカエデ類やナナカマド・ハゼの赤が混じりあって美しいかぎりでした。ふと足元を見ると小さなコケモモが赤い丸い実を沢山つけて自己主張をしていました。そしてわたしの大好きなミセバヤ(花の美しさから誰に見せようとの意味)が岩礫地に咲いていました。思わず腰をかがめて眺めさせてもらいました。なんといい時間が流れたことか…。数日後、いつものようにさりげなく家を出てつくば市の乙戸沼公園を気ままに歩いてみました。いろいろな野の花に行き会いました。ハシカグサ(白い小さな花をつける)・ナガボノシロワレモコウ・アキノナギツカミ(茎に下向きのとげがありウナギでもつかめるとい意味から)・ヒメナエ(草丈が低く小さな白い花をつける)・ヒメミカンソウ(小さい実をいっぱいつけていた。その果実を小さなミカンに見立ててこの名が)・ガガイモ(花は小さいのにその実の大きさにびっくり。優に8cm)・そして私の心をとらえて離さなかったミゾカクシ(溝の近くに生え溝を隠すように繁茂するため。別名アゼムシロ)の花。淡紅紫色の花をつけ花の形は左右相称。5枚の花びらの内、はじめの2枚は横向きに、中の3枚は下向きになっているので独特の形を呈しています。気に入ってしまい分かれ難いものがありました。帰宅途中、寄り道をして少し畦道を歩いてみました。今、どこでも見られるスカシタゴボウ・イヌガラシ・紅葉したホソアオゲイトウ・ヤナギタデ・イヌタデ・ミチタネツケバナ・ヨメナ・ノコンギク・カントウヨメナ・アキノノゲシ・ミゾソバ・セイトカアワダチソウが咲き乱れていました。皆さんもきっと見つけて楽しまれていることでしょう。

(長田律子 記)

第3回 県協会役員会・指導者会 / 開催 IWA
11月15日(日)午前9時
水戸市上中妻市民センター(水戸歩担当)
午後は指導者会

[楽しいウォーキング教室] (予定)

- 11月6日(金) 大子町民ウォーキング教室
- 11月14日(土) 古河市ウォーキング教室
- 11月21日(土) 潮来市ウォーキング教室
- 11月25日(水) 行方市ウォーキング教室
- 12月15日(火) 常総市ウォーキング教室

= NEWS =

1. 「ウォーキングの楽しみ」常陽新聞連載 / 川上 清
 - 16- 楽しみの要素を追いかけた(その2) (10.4)
 - 17- 名物ウオークを元気付け (10.11)
 - 18- 真壁と笠間を歩く (10.18)
 - 19- 楽しい偕楽園案内 (10.25)
- 2.

巻頭 巻末 索引 後記

2009年(平成21年)10月5日(月曜日)

みずウオークに1107人 取手



水辺を歩いて健康作りを目指す「みずウオーク2009取手大会」(読売新聞社、日本ウォーキング協会主催)が4日、取手市の取手緑地運動公園を発着点に開かれた。写真。さわやかな青空の下、家族連れからお年寄りまで、107人が参加。藤井信吾取手市長の号砲でスタートし、コスモスなどが咲く利根川と小貝川周辺の10キロと20キロの2コースを歩いた。同公園では「とりで利根川(河川まつり)」も開かれ、地元産品が販売された。国土交通省の巡視船体験乗船も人気を呼んでいた。

災害は忘れないでやってくる

台風18号は土浦・竜ヶ崎・利根など県南地方を竜巻が襲い大きな被害を及ぼしました。

ウォーキング大会などでよく見かける光景ですが、信号斜め横断、信号無視、道幅いっぱいになってしまった楽しいおしゃべり。

歩いていても災害は隠れています。

信号で あわてずあせらず 待つ余裕 / ひろがるな参加者だけの道じゃない /

災害は忘れないでやってくる。

<編集子のひとりごと>