



# IWAニュース

茨城県ウォーキング協会 2013年12月号

発行 茨城県ウォーキング協会（IWA）  
 発行者 会長 堀野 正勝  
 事務所 〒300-0812 土浦市下高津 3-4-8  
 岡野テナト  
 電話/FAX 029-824-0084  
 郵便振替口座記号番号 00110-8-374140  
 毎月1日発行 編集者 大倉美江  
 HP <http://www.kogonet.ne.jp/~iwa/>

## 2013年、今年もお世話になりました



今年は長い暑い夏でした。9月、10月には大型台風が上陸し、加盟団体の例会が大雨で中止になったり、不安定な気象で参加者が少なかったりと、主催者側も気苦労が多い年でした。それでも晩秋は安定した日々が続き、農作物は豊かに実りました。

平成25年もあとわずかです。今年のウォーキングは充実していましたか。来年健康で明るく過ごせるようにスマートなウォーキングで頑張りましょう。

## 第36回日本スリーデーマーチは今年も賑やかに開催されました



会場の松山第一小のグラウンドは大賑わい



女子高生の若さ溢れるパフォーマンス



日本マーチング・リーグの表彰



国際マーチング・リーグの表彰



奥の細道ウォーク全行程終了で解散式



記念品はウエストバック型ボトルホルダー

# いばらきヘルスロード現況表

## 平成 24 年度指定コース

市町村名	認定コース	市町村名	認定コース	市町村名	認定コース
水戸市	<b>29</b>	かすみがうら市	4	潮来市	4
笠間市	5	土浦市	5	神栖市	4
小美玉市	8	つくば市	7	古河市	<b>11</b>
大洗町	<b>3</b>	牛久市	<b>9</b>	結城市	3
茨城町	10	つくばみらい市	2	筑西市	6
北茨城市	<b>0</b>	守谷市	2	桜川市	4
高萩市	4	取手市	6	下妻市	3
日立市	<b>15</b>	竜ヶ崎市	7	常総市	4
ひたちなか市	<b>15</b>	稲敷市	4	坂東市	3
常陸太田市	13	利根町	<b>4</b>	八千代町	2
常陸大宮市	7	阿見町	<b>3</b>	境町	1
那珂市	6	河内町	2	五霞村	2
大子町	2	美浦村	2		
城里町	2	鉾田市	5		
東海村	<b>8</b>	行方市	4		
石岡市	2	鹿嶋市	2		

	コース番号	市町村
1	227	水戸市
2	228	水戸市
3	229	水戸市
4	230	水戸市
5	231	水戸市
6	232	水戸市
7	233	水戸市
8	234	水戸市
9	235	大洗町
10	236	東海村
11	237	東海村
12	238	日立市
13	239	高萩市
14	240	牛久市
15	241	利根町
16	242	阿見町
17	243	筑西市
18	244	古河市
19	245	古河市



※前号の表に平成24年度分のコースが抜けていましたので訂正します。太字は増えた部分です。

右表 新規コースの番号をお手持ちの「いばらきヘルスロード365」パスポートに書き加えてください。



現在の総延長距離は、869.22km で 241コースです。コース番号は245までありますが、うち欠番が4コースあります。(欠番コース: 北茨城市 No,43、44 ひたちなか市 No,17 桜川市 No,99 )

## 加盟団体例会・関係諸団体の大会案内





認定(略称) / (ヘルスロード365) (県MW) 茨城県マスターウォーカー賞 (500選) 美しい日本の歩きたくなるみち500選

(JVA) 日本市民スポーツ連盟 (元気) いばらき元気ウォークの日 (KKML) 関東甲信越マージングリーグ

<p>12/1 (日)</p> <p>主催 距離・認定</p> <p>集合 コース</p> <p>解散 参加費 見どころ</p>	<p>水戸晩秋ヘルスロードウォーク</p> <p>水戸歩く会 ⑪ <b>HR 365</b></p> <p>10km (JVA) (元気) (ヘルスR No.1・2・176)</p> <p>水戸駅北口 8時45分 スタート 9時 駅→三の丸庁舎→八幡神社→祇園寺→歴史館→もみじ谷→千波湖→駅南口</p> <p>午前中終了予定</p> <p>会員外 300円 小中学生無料</p> <p>錦秋の秋 水戸</p>	<p>12/1 (日)</p> <p>主催 距離・認定</p> <p>集合 コース</p> <p>解散 参加費 ポイント</p>	<p>第5回地蔵まつり・小林一茶ウォーク</p> <p>利根町歩く会 ⑦ <b>HR 365</b></p> <p>7km、13km (JVA) (ヘルス・R No.78.161)</p> <p>茨城県マスターウォーカー賞大会 (元気)</p> <p>布川・徳満寺境内 9:00</p> <p>徳満寺→来見寺→布川神社→応順寺→生涯学習センター→利根中学校→泪塚→徳満寺</p> <p>7kmは12:00頃、13kmは14:00頃</p> <p>利根町民無料、協会員300円、一般500円</p> <p>小林一茶の訪ね歩いた史跡をたどります。</p> <p>※ゴールしたら地蔵まつりを楽しまます。</p>
--	---	--	--

<p>12/1 (日)</p> <p>主 催 距離・認定 集 合 コース</p> <p>HR365</p> <p>解 散 参加費 見どころ</p>	<p>美しい日本の歩きたくなる道 500 選&amp;ヘルスロード 「常陸の小京都・たつごの里みち」を巡るウオーク</p> <p>東海・ひたちなか健歩の会 ⑥ 12km (500 選 08-10) (ヘルス R No.042 172、188)(元気) JR 常磐線 高萩駅東口 9:30 高萩駅東口～ヘルスNo.172 高戸小浜～たつご通り～お屋敷通り～松岡城跡～No.042 穂積家～No.188 小島橋～見晴らし坂～福祉センター ゴール 午後2:30頃 一般500円 協会員300円 小中学生無料 江戸時代中期の豪農住宅穂積家や、昔のたたずまいを今に伝えるたつごの里など歴史的たたずまいが楽しめる</p>	<p>12/1 (日)</p> <p>主 催 距離・認定 集 合 コース</p> <p>HR365</p> <p>解 散 参加費 申込み</p>	<p>小栗判官祭りとお栗ゆかり地史跡鑑賞 ウオーク ヘルスロード365 in 筑西</p> <p>筑西市ウォーキングクラブ連合会 ④ (JVA)(ヘルス R No.195)(元気) ① 20km ②10km JR水戸線新治駅前 受付8:30～ 武者行列はゴール場所にて13時スタート ① 駅→小栗城址→内外大神宮(重要文化財)→新治廃寺跡→新治郡家址→新治小学校 ② 駅(バスに乘車:無料)→内外大神宮→新治廃寺跡→郡家址→新治小学校 12時～13時頃 一般:500円 協会員300円 小中学生無料 事前申込みをお願いします 鳥生まで</p>
<p>12/1 (日)</p> <p>主 催 距離・認定 集 合 コース</p> <p>HR365</p> <p>解 散 参加費 見どころ</p>	<p>元気ウオーク(三和地区)</p> <p>古河悠歩の会 ②</p> <p>10km(JVA)(ヘルスロードNo.112) 古河市三和健康ふれあいスポーツセンター(古河駅から約10km&lt;古河市仁蓮 2042-1&gt;・駐車場あり)9時 スポーツセンター→万福寺→永光寺→ふるさとの森→スポーツセンター 12時頃 協会員・一般:300円 里山の紅葉をゆっくりとたどる</p>	<p>12/7 (土)</p> <p>主 催 距離・認定 集 合 コース</p> <p>HR365</p> <p>解 散 参加費 見どころ</p>	<p>都心いちょう並木ウオーク</p> <p>取手市歩こう会 ⑧</p> <p>11 Km ( J V A ) JR 取手駅西口 8:00 東京外口千代田線・日比谷駅 9:30 スタート 日比谷公園 9:40 日比谷公園→国会議事堂→日枝神社→豊川稲荷→青山霊園→表参道→代々木公園→東京外口千代田線・明治神宮駅前 15:00頃 明治神宮前駅 協会員 300円 ・一般 400円 日本の政治・文化の中心地を巡る大人の散歩道</p>
<p>12/14 (土)</p> <p>主 催 距離・認定 集 合 コース</p> <p>HR365</p> <p>解 散 参加費 見どころ</p>	<p>忘年懇親ウオーク～取手市西部コース</p> <p>取手市歩こう会 ⑧</p> <p>10Km ( J V A ) JR 取手駅・西口 7:30 スタート 8:00 JR 取手駅→中央タウン→惣代八幡神社→白山神社→グリーンスポーツセンター→龍禅寺・三仏堂→ゆめみの駅→とげめき地藏→取手市役所 11:20頃 市役所 協会員 300円 ・一般 400円 国指定重要文化財の龍禅寺・三仏堂</p> 	<p>12/14 (土)</p> <p>主 催 距離・認定 集 合 コース</p> <p>HR365</p> <p>解 散 参加費 見どころ</p>	<p>ヘルスロード365龍ヶ崎市大会</p> <p>茨城県ウォーキング協会 (個人会員)⑬ 14km (JVA) (ヘルス R No.60 124 132) 龍ヶ崎市役所 9:15 スタート9:45 龍ヶ崎市役所→城南スポーツ公園→龍ヶ岡公園(昼食)→貝原塚西公園→龍ヶ崎小→般若院→龍ヶ崎市役所 15:00頃 協会員・一般:300円 小中学生無料 龍ヶ岡公園と神社・仏閣散策 ※雨天決行</p> 

<p>12/15 (土) 主催 距離・認定 集合 コース  解散 参加費 見どころ</p>	<p><b>常陸太田・馬の背の町を歩く</b> <b>古河悠歩の会 ②</b> 10km(JVA) 古河からバス運行 市民交流センター(パーティホール)9:00 交流センター→板谷坂→十王坂→太田2高前→雪村の碑→西山研修所→山寺晩鐘の碑→山吹運動公園→佐竹寺→旧久昌寺→西山荘見学→桃源(昼食)→義公廟→久昌寺→若宮八幡宮→舞鶴城跡→太田落雁の碑→交流センター 午後3時頃 協会員・一般:300円 坂の町常陸太田と里山歩き。西山荘を始め水戸八景を2ヶ所巡ります</p>	<p>12/16 (月) 主催 距離・認定 集合 コース  解散 参加費 見どころ</p>	<p><b>冬の田園を歩く(南中郷から高萩へ)</b> <b>高萩ウォーキングクラブ③</b> 11km (JVA)(ヘルスR No.188) 南中郷駅前 9:30 スタート 9:50 南中郷駅前→Coco ストア→第一学院高校→通りゃんせ→畳工芸美術館→松岡城跡→関根橋→松岡公民館→小島橋→見晴らし坂→高萩市総合福祉センター 高萩市総合福祉センター 14:30頃 協会員・一般 300円 中学生以下 無料 師走の田園風景を楽しむ。</p> <p style="text-align: right;"><b>HR 365</b></p>
<p>12/18 (水) 主催 集合 コース  解散 参加費 ポイント</p>	<p><b>水戸運動場ヘルスロードウオーク</b> <b>水戸歩く会 ⑪</b> <b>HR 365</b> 台風で中止した 10月16日例会の復活例会 16km(ヘルスR 174・175・199・230・231) 赤塚駅南口 8:45 スタート 9:00 赤塚駅→ツインフィールド→ケーズデンキスタジアム→植物園方向→市総合運動場→赤塚駅 ゴール予定 14:30 会員外 300円 事前申込み不要 水戸市内運動施設</p>	<p>12/22 (水) 主催 集合 コース  解散 参加費 見どころ</p>	<p><b>水府ウオーク</b> <b>常陸太田ウォーキングクラブ ⑨</b> 10km (JVA) 天下野公民館 9:30 スタート 10:00 天下野公民館→竜神大吊橋→県道の東側→竜神ダムの眺望→天下野公民館 天下野公民館 14:30 会員外:300円 竜神大吊橋、竜神ダムの上からの景色</p>
<p>12/21 (土) 主催 距離・認定 集合  <b>HR365</b> コース  解散 参加費 申込み 申込み先 見どころ</p>	<p><b>つくば公園通りよりみち♪ウオーク</b> <b>茨城県ウォーキング協会 女性部会</b> 約10km(JVA)(ヘルスR No.88・191・192・193) TX つくば駅 交番前 9:30 電車の場合:日立7:06⇒水戸7:42⇒土浦8:37 着 乗合バスに乗車:土浦駅西口のりば2番 8:45発 車の場合:近くの有料駐車場をご利用ください。 つくばセンターマルシェ(出店)→JAXA 筑波宇宙センター(説明 30分)→洞峰公園(昼食・ヘルスロード)→つくば公園通り→つくばセンタービル 14:00頃 協会員・一般:300円 要事前申込み 当日受付可 大倉 tel&amp;fax 0296-24-3280 マルシェの賑わい、クリスマス・イルミネーション(16時点灯)、JAXA のスペースドーム、洞峰公園の水鳥、パンの店、枯葉舞うつくば公園通り</p>	<p>12/22 (日) 主催 距離・認定 集合 コース  郵便振替 「日本ウォーキング協会 大会係」 ゴール会場 参加費 問合せ</p>	<p><b>第49回鎌倉歴史探訪ウオーク</b> <b>JWA ほか</b> (JVA)(500選) 鎌倉幕府が切り開いた国道・七切通し7コース 各コースとも 9:30~10:00 コース名 距離 集合場所 ① 君知るや朝比奈 12k 金沢八景公園 ② 波と遊ばん名越 13k 亀ヶ岡八幡宮 ③ 大船観音巨福呂坂 12k 大船駅 ④ 鎌倉アルプス亀ヶ谷坂 12k 本郷台駅 ⑤ 五山名園化粧坂 11k 円覚寺前 ⑥ 鎌倉山大仏坂 15k 藤沢駅奥田公園 ⑦ 湘南潮風極楽寺坂 11k 藤沢駅奥田公園 全て、由比ヶ浜・鎌倉海浜公園 事前: 一般 1000円 当日: 一般 1500円 申込み〆切 12/7 日本ウォーキング協会 電話 03-5256-7855 FAX 03-5256-7856</p>

<p>12/23 (月・祝) 主催 距離・認定 集合 コース 参加費 申込み 締切り 問合せ</p>	<p><b>第21回汽笛一声ウオーク</b> JWA・NPO 法人神奈川県ウォーキング協会ほか 33km, 20km, 13km (JVA) (500選) 33km一日比谷公園(7:15受付～)～桜木町 20km一日比谷公園(7:15受付～)～川崎 13km一川崎(稲毛公園(9:30受付～)～桜木町 事前:大人 1200円 中学生 800円 以下無料 当日:1500円 中学生 1000円 郵便振替口座:00290-8-45158 「よこはまウォーキング協会実行員会」 住所・氏名・電話・選択コース、「他協会」「一般」の区別、参加回数を書いて送金する 12月9日(月)まで Tel/Fax 045-290-1029 よこはま W 協会</p>	<p>26/1/1 (水・祝) 主催 距離・認定 集合 コース 参加費 申込み 締切り</p>	<p><b>大江戸元旦初歩き2014</b> JWA 主管:JWA 協歩会 20km・10km (JVA) スタート・ゴール 上野恩賜公園 (A) 20km受付8:00 スタート8:30 (B) 10km受付8:30 スタート9:00 JWA 正会員 800円(当日 1,500円) 一般 1000円(当日 1500円) 中高生 800円(当日 1000円) 郵便振替 00130-0-664103 「日本ウォーキング協会大会係」あて、通信欄に 「大江戸元旦初歩き2014」「参加コース(A 又はB)を記入し送金する 12月15日(日)まで</p>
<p>26/1/4 (土) 主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費</p>	<p><b>鎌倉七福神めぐり</b> <b>取手市歩こう会 ⑧</b> 10 Km ( J V A ) ① JR 取手駅西口 7 : 2 0 ② JR 北鎌倉駅 10 : 2 0 スタート北鎌倉駅 10 : 3 0頃 北鎌倉駅→浄智寺→鶴岡八幡宮→宝戒寺 →妙隆寺→本覚寺→長谷寺→御霊神社 →JR 鎌倉駅 15 : 1 0 頃 鎌倉駅 協会員 3 0 0 円 ・一般 4 0 0 円 ※別途拝観料 (3寺分) 5 0 0 円</p>	<p>26/1/5 (日) 主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費</p>	<p><b>元気W・新春ヘルスロード コース</b> <b>利根町歩く会 ⑦</b> 7km (ヘルス・R No.78) 利根町公民館 8:30 利根町公民館→新春コース→利根町公民館 11:00 頃 無料</p>  
<p>1/5 (日) 主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 ポイント</p>	<p><b>元気ウオーク(古河地区)</b> <b>古河悠歩の会 ②</b> 10km(JVA)(ヘルスロードNo.150、153) 古河市役所古河庁舎(古河駅から約2km・駐車場あり)9時 古河庁舎→思案橋→鮭延寺→総合公園→ 渡良瀬土手→長谷観音→鷹見泉石記念館 →子ノ神社→古河庁舎 12時頃 協会員・一般:300円 静御前の思案橋、鮭延寺、長谷観音の初詣 で 甘酒などをいただく</p> 	<p>1/6 (月) 主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 見どころ</p>	<p><b>水戸初詣ウオーク</b> <b>水戸歩く会 ⑪</b>  10km(元気)(JVA)(500選) (ヘルスロード No. 1、154、176 ) 水戸駅北口 8:30 スタート 8:45 水戸駅北口から鹿島神社、八幡神社、二十三夜尊、借楽園、常磐神社、東照宮を回ります。八幡神社は昇殿御祈禱を受けます。他は自由参拝。 水戸駅到着予定 14時30分 お弁当持参 会員 200円 会員外 500円 事前申込み不要 新春模様</p>

<p>1/10 (日) 主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 ポイント</p>	<p>高萩市内初詣ウオーク(安良川八幡宮) 高萩ウオーキングクラブ <b>HR365</b> A: 8 km B: 12 km (JVA)(ヘルス R No. 42、188) 高萩文化会館前 9:00 スタート 9:30 (高萩市高萩6番地、高萩駅から徒歩10分) 文化会館→八幡宮→小島橋→松岡城跡 A: 小島団地→文化会館 B: 穂積家→後谷→文化会館 文化会館前 A: 14:00頃 B: 15:00頃 協会員・一般・300円 中学生以下 無料 冬のたつごの里を歩く。</p>	<p>1/11 (土) 主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 ポイント</p>	<p>初詣でと協和北部史跡巡り 茨城県ウオーキング協会(個人会員) 14km(JVA)(ヘルス R No.195) 協和の杜体育館 9:00 スタート9:45 筑西市久地楽(くじら)237-7 駐車場あり 協和の杜体育館→農業資料館→ふるさとの森自然公園→小栗内外大神宮→一向寺→協和の杜体育館 14:30頃 <b>HR365</b> 協会員・一般: 300円 史跡探索 10回完歩達成者の表彰</p>
<p>1/11 (土) 主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 ポイント</p>	<p>初詣ウオーク <b>HR365</b> 常陸太田ウオーキングクラブ⑨ 10km (JVA)(ヘルス R No.222・219) 市民交流センター 9:30 スタート10:00 センター→馬場八幡宮→東西通り→法然寺→成田山→板谷坂→市民交流センター 14:30頃 会員外300円 馬場八幡宮、法然寺、成田山</p>	<p>1/12 (日) 主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 見どころ</p>	<p>いばらきヘルスロード 365 歩く (No.012) 新春「大洗磯前神社参拝 潮騒ロードを巡る」ウオーク 東海・ひたちなか健歩の会 ⑥ <b>HR365</b> 10km(ヘルスR No.12) 大洗鹿島線 大洗駅 午前9:30 大洗駅～幕末と明治の博物館～大洗磯前神社参拝～願入寺～山村暮鳥の碑～めんたいパーク～大洗駅ゴール * 昼食時に温かい甘酒をさし上げます 午後3時頃 一般・協会員300円 小中学生・会員無料 明治博物館や大洗磯前神社・願入寺など。</p>
<p>1/12 (日) 主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 見どころ</p>	<p>栗橋八福神を歩く 古河悠歩の会 ② 11km(JVA) JR栗橋駅東口 午前9時10分 静御前の墓所→福寿院→深廣寺→浄信寺→顕正寺→常薫寺→定福院→寶聚寺→迎盛院→栗橋駅西口 栗橋駅 午後3時頃 協会員、一般: 300円 珍しい八福神めぐりと定福院の五百羅漢が楽しい。本堂、客殿内で昼食予定</p>	<p>1/15 (水) 主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 見どころ</p>	<p>小美玉市・かすみがうら市ヘルスロードW 水戸歩く会 ⑪ <b>HR365</b> 14km(JVA) (ヘルス R No.200・201・202・86・85) 赤塚駅北口 8:30 バススタート 8:45 望ヶ丘公園、安らぎの里、コスモス総合文化センター、宍倉出張所、あじさい館の5コースをバスでつなぎ歩きます。 あじさい館のゴール予定 14時30分 会員 2000円 会員外 2500円 5コースの変化</p>
<p>1/19 (日) 主催 協力 距離・認定 受付</p>	<p>第22回 とね七福神めぐり 利根ライオンズクラブ <b>HR365</b> 利根町歩く会 ⑦ 12km (ヘルス・R No.78、161) (JVA) 利根町公民館・駐車場 8:00</p>	<p>開会式 コース 解散 参加費 注意事項</p>	<p>利根町公民館・駐車場 8:30 利根町公民館→とね七福神コース→公民館 12:00 頃 無料 詳細は未定部分があります。 ※1月号で確定案内します。</p>

<p>1/23 (木)</p> <p>主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス</p> <p>解 散 参加費 見どころ</p>	<p><b>市内史跡めぐり①(市中心部)</b></p> <p><b>高萩ウオーキングクラブ ③</b></p> <p>10km (JVA)</p> <p>JR高萩駅西口前 9:30 スタート 10:00</p> <p>高萩駅前→大高寺→滝神社→大高寺奥の院→安良川八幡宮→歴史民俗資料館→玖台寺→浜の宮→高萩駅前</p> <p>協会員・一般・300円 中学生以下 無料</p> <p>市内史跡巡り第1弾。高萩駅～大高寺奥の院間の史跡(主として寺社)を訪ねる。この機会に市内の史跡を再認識?</p>	<p>2/9 (日)</p> <p>主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス</p> <p>解 散 参加費 見どころ</p>	<p><b>いばらきヘルスロード 365 歩く</b> 牛久シャトーとヘルスロード(3コース)を散策</p> <p><b>東海・ひたちなか健歩の会 ⑥</b></p> <p>11km(JVA)(ヘルス R No.067・068・173)</p> <p>JR常磐線 ひたち野うしく駅西口 9:30</p> <p>ひたち野うしく駅～ひたち野みずべ公園～牛久運動公園～生涯学習センター～牛久シャトー～牛久駅ゴール</p> <p>午後2:50頃</p> <p>一般・協会員:300円 小中学生・会員無料</p> <p>明治36年に創設した牛久シャトーの事務所・醗酵室・貯蔵庫などの建物が日本の重要文化財に指定されている。</p>
--	---	---	--



\*\*\*\*\* **事務局からお知らせ** \*\*\*\*\*

1. 「公認ウオーキング指導員研修会」受講者募集のご案内

今まで日本ウオーキング協会が開催していた「公認指導員研修会」は、県単位で実施できることになりました。遠方に出向かなくても地元で受講できますので多くの方にご参加いただきたいと思います。

- 1, 目 的 心身の健康づくり、ウオーキングの普及・振興のために専門的な知識と技能を習得し、日々のウオーキング教室や大会を通じ、ウオーキングの指導・普及活動を行うことの担い手として公認ウオーキング指導員資格を取得する
- 2, 日 時 平成26年3月20日(木)～22日(土) 受付午前9時30分(宿泊2泊3日 通いも可相談に応ず)
- 3, 場 所 古河スポーツ交流センター 古河市立崎 510-1 TEL0280-22-3500
- 4, 参加料 認定ウオーキング指導員資格者 15000 円+15000 円=30000 円  
一般の方 25000 円+15000 円=40000 円  
(研修テキスト、宿泊費(食事 6 回)、懇親会を含む)
- 5, 募集人員 30名
- 6, 持参するもの  
帽子、雨具、飲料水、リュック、筆記用具、宿泊用具、着替えなど、歩行及びストレッチなどできる服装でお願いします
- 7, 共 催 (社)日本ウオーキング協会 茨城県ウオーキング協会
- 8, 申込み 氏名、住所、電話番号を記入して 下記まで FAX 等で申込んでください。  
IWA 加盟団体に所属している方は、団体長にお申し出くだされば申込み用紙があります。  
申込み先 茨城県ウオーキング協会  
〒300-0812 土浦市下高津 3-4-8 岡野テナント  
TEL/FAX 029-824-0084  
振 込 先 参加料は、申込みと同時に下記にお振り込みください。  
ゆうちょ銀行 00110-8-374140 加入者名「茨城県ウオーキング協会」
- 7, 申込み締切り 平成26年3月1日(土)

—連載 地図のお話— No. 54



フィリピン大災害は他人事ではない —ハザードマップを考えよう(その2)—

JWA 専門講師 堀野 正勝

11月だというのに超大型の台風30号による強い風(90m超/秒速)と高潮に襲われたフィリピンでは、国民の8人に1人が何らかの災害を受けるといふ大災害となりました。特にフィリピン中部の被害は甚大で、被害地では各国の支援が本格化するなど、救援活動が連日報道されています。死者・行方不明者は17日現在で5000人に達しています。特に高潮災害により、家屋が壊滅した地域が多く、また、その被害範囲も広く、救援が急がれています。

このような高潮災害は、日本でも昭和34年の伊勢湾台風が代表される大災害として、専門家の間では知られています。当時の中日新聞には、「地図は悪夢を知っていた」という大きな見出しが出て、今でもその図柄は鮮明に記憶に残っています。この「地図は悪夢を知っていた」という新聞の見出しが示すように、国土地理院(当時は地理調査所)では、土地の成り立ち、性状を示す「土地条件図(当時は、水害地形分類図と言っていた)」の作成を、名古屋を中心とする濃尾平野で昭和31年に実

施していたのです。低地の微地形の状況を把握しておくことが、水害の受けやすい場所、受けにくい場所を知るうえできわめて有効であることを示したわけです。この調査では、水害(高潮を含む)と地形がきわめて密接に関係することを明らかにしました。

みなさんの周囲の景況は如何ですか？旧河川敷であったり、低い土地に盛り土などをして住宅地としていませんか？地形図でもこういった場所は十分に観察することができますし、国土地理院発行の土地条件図などを活用することで、自分の家の周りを再度点検してみてもいかがでしょうか？



2万5千分1土地条件図

**\*表彰関係\***

\*\*\*\*\*

(1) IWA 表彰 茨城県マスターウォーカー完歩賞 おめでとうございます

No.	氏名	所在地	所属団体	表彰日	表彰大会	担当
0066	鈴木恒雄さん	いわき市		2013/11/9	常陸の小京都 たつごの里ウオーク	高萩 W
0067	鈴木恭子さん	いわき市		2013/11/9	常陸の小京都 たつごの里ウオーク	高萩 W

※福島県のウォーカーが茨城県コースを歩き、マスターウォーカー賞を受賞しました。



(2) IWA 表彰「ヘルスロード365」  
50コース完歩 おめでとうございます

No	氏 名	所 属
26	山縣エクス子さん	東ひ健歩

(3) 日本マーチング・リーグ 日本ウオーカー金メダル賞  
岩波 勝 さん（利根町歩く会）（写真→）  
受賞 おめでとうございます  
（金メダラーJML 大会を30回完歩）  
JWA 小栗会長から授与されました



(4) 平成・奥の細道ウオーク

高島 三樹子さん（個人会員）（写真下）  
（2003年4月スタート、2000キロを踏破し、2013年10月15日ゴール、11年間お疲れさまでした）



(5) 目指そう地球一周4万キロ達成  
澤田 勲 さん  
橋口紀雄 さん（古河悠歩の会）

(6) 美しい日本の歩きたくなるみち500選  
500コース完歩 高林トシ子さん（牛久W）  
100コース完歩 布施 茂さん（古河市）

(7) オールジャパン完歩ウオーカー  
金田孝男 さん（個人会員）

行事に関する問い合わせ先

団体名	電話 / FAX	連絡先	団体名	電話 / FAX	連絡先
① 牛久ウオーキングクラブ	029-872-1232	飯塚 幸雄	⑧ 取手市歩こう会	0297-73-6401	二ノ倉 剛
② 古河悠歩の会	0280-32-0172	渡辺 敏夫	⑨ 常陸太田W	0294-72-1940	根本 孝行
③ 高萩ウオーキングクラブ	0293-23-1651	青木 秀明	⑩ 藤代歩々えみ会	029-836-8117	伊藤 寿子
④ 筑西市W連合会	0296-20-3386	鳥生 厚夫	⑪ 水戸歩く会	029-251-3246	川上 清
⑤ 土浦ウオーキングクラブ	029-821-0458 FAX029-821-0343	小坂 博	⑫ 水戸ウオーキングクラブ	050-3321-1881	菅原 利満
⑥ 東海・ひたちなか健歩の会	029-274-8322	小泉文男	⑬ 個人会員	0296-57-4433 FAX 0296-45-5750	深見 博
⑦ 利根町歩く会	0297-68-5051	田仲 正一			
★ 事務局長 三好 義章 〒311-1121 ひたちなか市湊本町 27-4 電話/FAX 029-262-2428			★ 事務局次長・IWA 事務所 殿岡 哲雄 〒300-0812 土浦市下高津 3-4-8 岡野テナント 電話/FAX 029-824-0084		

※お詫び

前号(11月号)に牛久Wと常陸太田Wの連絡先を間違っって掲載しました。お詫びして訂正いたします。

\*\*\*\*\* 情報ひろば \*\*\*\*\*

**(1) IWA 主催の大事な大会 みんなで参加しましょう**

第15回古河まくらがの里花桃ウオーク 2014年3月22日(土)・23日(日)  
第8回つくば国際ウオーキング大会 2014年5月31日(土)・6月1日(日)



**(2) 第24回かすみがうらマラソン・かすみがうらウオーキング**

日時：平成26年4月20日(日)午前8時30分 JR土浦駅東口で受付  
バスでスタート地点(歩崎公園)へ移動 午前10時スタート 午後3時ゴール予定  
コース：歩崎公園(マラソン中間地点)をスタート地点に川口運動公園をゴールとする霞ヶ浦湖岸(堤防)コース  
19km  
参加料：2500円 ー完歩証、オリジナルTシャツ、おにぎり付ー  
定員：300名  
申込み：インターネット・専用電話・事務局の窓口 (郵便振替は扱わない)  
申込み期間：平成25年12月4日(水)10:00 から 平成26年1月8日(水)17:00まで  
(ただし、申込期間内であっても定員になり次第締切り)  
詳細は「かすみがうらマラソン」のホームページをご覧ください

**投稿**

**エンジョイ・ウオーキングの試み**

取手市歩こう会 山淵 謙二

時が流れ、いつしか我々ウオーカーの平均年齢も高齢化の時代に入った。そして、これから5年も経つと多くのウオーカーは、今歩いているような距離を維持することは困難になってくるだろう。しかし「まだ歩きたい、何でも良いから外で楽しみたい」という気持ちは維持されると推測される。

去る11月10日(日)筑西市ウオーキングクラブ連合会主催の「鮭の遡上と真岡線SL鑑賞ウオーク」に取手市歩こう会より11名参加した。「鮭の生き様を見る」「下館の歴史探訪」「SL鑑賞」が参加目的。それに「ノルデック・ウオーキングの体験」が加わり、我々だけ別メニューとなった。

いつものような「歩くことを主体」としたものに少し工夫をこらし、「故郷に帰る鮭の生きざま」をじっくり見学し、「中館観音・伊佐城の栄枯盛衰」を解説しながら時間の経過を忘れるほど堪能した。さらに、「ノルデック・ウオークの方法」の実践指導もあり、充実した一日を堪能。まさに、ウオーキングを楽しむ「エンジョイ・ウオーキング」であった。

「エンジョイ・ウオーキング」は「前半はウオーキング、後半は楽しむ」ことを目指している。後半の「楽しむ」とは「フルーツとかチエロ・コンサートへの参加」「お祭りへの参加」「茅葺集落を見学」「プラネタリウム」等々である。

今後、ウオーカーの超高齢化を考えると、課題はあるにしても「歩く事と楽しむ事」をミックスした取り組みの必要性を強く感じている。但し、今は試みであることを付しておく。

\*\*\*\*\*  
◆「投稿」のお願い 400～600字程度 送付先：大倉 FAX 0296-24-3280 Eメール：[marry-ookura@sea.plala.or.jp](mailto:marry-ookura@sea.plala.or.jp)  
◆ 本誌の年間購読について 年間購読料 1500円 (内訳：1部 20円+送料他)郵便振替で送金して下さい。各種大会の「開催要項」なども同封してお送りします。郵便振替口座記号番号 00110-8-374140 茨城県ウオーキング協会