

# 風の色通信

古河悠歩の会

2018年4月号  
NO-215

発行日：2018年3月28日  
発行者：会長 佐藤 進  
編集者：事務局 中山 こう子  
連絡先：090-4548-4938(中山)

2018年度の総会に向けて

会長 佐藤 進

昨年度は、例会、元気ウオーク等に多数ご参加いただきました。事故もなく運営できましたこと、会員みなさまのご協力の賜物と、役員一同感謝申し上げます。

県協会主催（花桃ウオーク・つくば国際ウオーキング大会）や、古河市主催のイベント（はなももマラソン・運動会）に、スタッフとして又ボランティアとして多数参加協力していただきました。朝早くからの長時間の活動は、本当に大変だったと思います。そのおかげで、全国から参加したウオーカーやランナーは、楽しんでお帰りいただけたと思います。

県協会も今年度から、「NPO 法人茨城県ウオーキング協会」としてスタートしました。「古河悠歩の会」も新しい風を取り入れる必要性を感じています。

今年度も、悠歩の会の活動のみならず、県協会や市のイベントに、会員みなさまのお力をお借りしたく、お願い申し上げます。



## ◇事務局からのお知らせ

### <1> 古河悠歩の会の「年次総会」の開催時間が変更になりました。

4月8日（日）午前9：00からの予定が、午後1：00からに変更されました。

会員みなさまに、変更のご連絡をしたつもりですが、もれてしまった際はご容赦下さい。欠席される場合は、委任状・年会費を出席される方をお願いしてください。

「会費細則」の内容変更の議題もありますので、会員みなさまのご出席をお願いいたします。尚、案が通過した際は、改訂版を作成し配布する予定です。

### <2> 「ジャパンミート1%キャンペーン」へのご協力、ありがとうございました

第8位、還元額は11,710円です。活動費に使わせていただきます。

次回のキャンペーンにも申し込みをする予定です。

参加できた際は、ご協力の程、よろしくお願い致します。

### <3> 「健康で楽しく生きるためのウオーキング」の小冊子が発行されました

#### 健康で楽しく生きるためのウオーキング 小冊子 発行について



2018年1月小冊子を作成いたしました。  
サイズはコンパクトで持ち運びやすい大きさです。  
A5 寸法148mm×210mm(19ページ)  
ウオーキング教室等に是非ご利用ください。

ウオーキング指導者が身につけて  
おくべき指導のノウハウをシンプルに  
まとめたテキスト  
指導者携帯必須小冊子

価格150円  
都道府県ウオーキング協会経由でご購入ください。

JWA（日本ウオーキング協会）から発行されました。指導者だけでなく、会員みなさまにもお役に立つ内容になっています。会としてまとめて注文いたします。

ご希望の方は、事務局中山まで申し込んでください。

<4>スタッフ・ボランティア活動へのご協力に感謝いたします

参加協力いただいた、会員のみなさんです (敬称略・順不同)

<p>3月11日(日) はなももマラソンの「立哨・応援」 (20名)</p>	<p>佐藤進・佐藤邦彦・一色常夫・塚田博文・橋口紀雄 石丸静江・落合フミエ・鶴見智子・長浜洋子・高田日出子 山中繫雄・中嶋茂男・中嶋ふみ子・児林和典・西尾節子 佐藤春江・水垣ヨシ子・山元トシ子・尾花弘子 (一般) 尾花忠夫</p>	
<p>古河まぐらがの里・花桃ウオーク</p>	<p>3月16日(金) 袋詰め(20名)</p>	<p>佐藤進・一色常夫・中澤勝男・橋口紀雄・中嶋茂男 中嶋ふみ子・大嶋勝男・大森勝英・児林和典・土屋勝江 長浜洋子・山室芳次・布施米子・佐藤春江・水垣ヨシ子 平井せい子・増渕みよ子・清水幸子・高橋清子・西尾節子</p>
	<p>3月19日(月) 矢張り(11名)</p>	<p>佐藤進・一色常夫・中嶋茂男・児林和典・池田恵子 矢部弘子・永井けい子・小野里アキ子・水垣ヨシ子 中山こう子・(一般) 小林光男</p>
	<p>3月24日(土) スタッフ(37名)</p>	<p>佐藤進・佐藤邦彦・一色常夫・塚田博文・市原祥輔 大嶋勝男・大森勝英・清水幸子・高橋清子・斉藤マリ子 池田恵子・粟井雅子・加藤敬子・石丸静江・児林和典 落合フミエ・鶴見智子・尾花弘子・山室芳次・佐藤春江 中嶋茂男・中嶋ふみ子・土屋勝江・藤村頼子・布施米子 山中繫雄・高田日出子・長浜洋子・西尾節子・矢部弘子 増渕みよ子・平井せい子・水垣ヨシ子・中山こう子 一般(小林光男・吉田文江・尾花忠夫)</p>
	<p>3月25日(日) スタッフ(24名)</p>	<p>佐藤進・佐藤邦彦・一色常夫・塚田博文・池田光男 中澤勝男・大嶋勝男・大森勝英・斉藤マリ子・水垣ヨシ子 中嶋茂男・中嶋ふみ子・落合フミエ・鶴見智子 池田恵子・粟井雅子・加藤敬子・石丸静江・小野里アキ子 永井けい子・横山早苗・高田日出子・長浜洋子・中山こう子</p>

<5>「五色沼・桧原湖一泊バスハイク」参加者募集！！ 募集人数は40人です

7月7日(土)、8日(日)に実施します。会員優先で、会員と非会員の参加費には差を設けます。申し込みは5月20日までですが、人数に達した場合早めに締め切りますのでご容赦願います。

バス会社、ホテルと交渉中ですが、早めの参加者人数を把握したく、参加申し込みの書類を配布いたしました。バス代、ホテル代など諸経費を含めると2万円前後になる予定です。

高低差の無い歩きやすいコースを準備いたします。沼と樹木の「青と緑」の競演が見られる五色沼の散策コースを、一緒に歩きませんか？

<6> 4月1日付けで、入会される方を紹介します

吉田文江さん(再入会)八千代町在住、山田みち子さん(新入会)古河市上辺見在住です  
2018年度は12人退会、2人入会で、総人数66人でのスタートになります。

**新会員募集中！！** 知人、友人に声をかけて、会員を増やしましょう

◇定例会のお知らせ

第226定例会【高尾山ハイキング】 途中きつい登りもあります ~再掲載~



- ♪期 日 : 平成30年4月21日(土) <認定10km>
- ♪集 合 : 古河駅改札前 6:30
- ♪コ ー ス : 古河駅(6:44) 湘南新宿ライン====新宿で京王線に線に乗り換え  
新宿駅着(7:52) 京王線(8:26)====高尾山口駅(9:23)  
高尾山口駅・一ノ路高尾山駅・さる園・女坂・薬王院・高尾山山頂  
(昼食)・六号路・琵琶滝・岩屋大師・妙音橋・高尾山口駅
- ♪費 用 : スイカ利用 古河駅→新宿駅(1,144円) 京王新宿駅→高尾山口駅(381円)
- ♪移動距離 : 古河駅→新宿駅(67km) 京王新宿駅→高尾山口駅(45km)
- ♪今回の担当: 佐藤(邦) 佐藤(進) 佐藤(春)
- ♪帰 路 : 高尾山口駅(14:30)====新宿駅(15:24~15:39) 宇都宮行き====  
古河駅(16:46)
- ♪見どころ : 高尾山頂上から、丹沢山塊・南アルプス・日光方面などの山々が眺望できます。  
六号路は、鳥の鳴き声、沢のせせらぎを楽しめるコースです。

第227定例会【飛鳥山公園から上野公園へ】

♪期 日 : 平成30年5月20日(日)

下見を計画中!!  
詳細は、次号にてお知らせします



◇いばらき元気ウオークの日を歩こう

☆古河地区② <HRNo 108・151・152・153・226>

- 期 日 : 4月1日(日) 午前9:00までに集合 歩く距離 7km / 11km
- 集 合 : 古河庁舎 <古河市長谷町38-18> ☎0280-22-5111
- コ ー ス : 古河庁舎→四季の径(WC)→古河駅→はなももプラザ(WC)→隆岩寺→正定寺→歴史博物館→長谷観音→古河庁舎(7km)→総合公園(WC)→古河庁舎(11km)  
年度初めの元気ウオークです  
7kmと11kmの2コースから、選んで歩いてください

☆総和地区② <HR No109>

- 期 日 : 5月6日(日) 午前9:00までに集合 歩く距離 11km
- 集 合 : はなもも体育館(中央運動公園) <古河市下大野2528> ☎0280-92-5555
- コ ー ス : はなもも体育館→ネーブルパーク(WC)→思案橋遺跡→ユーセンター(WC)→  
はなもも体育館

**【記 録 認 定】** (敬称略)

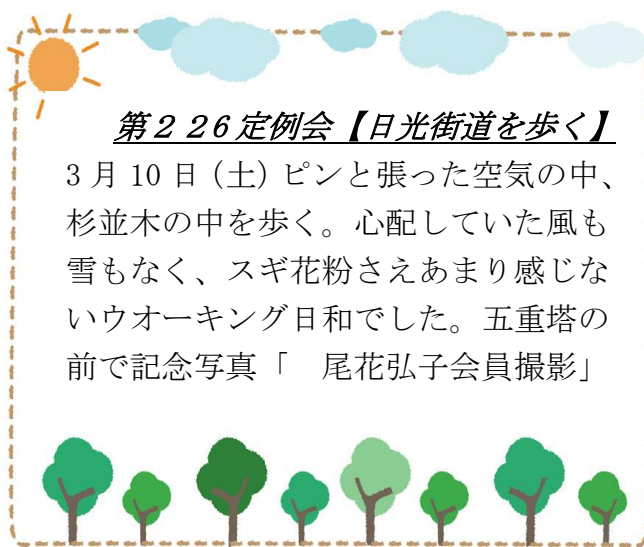
佐藤進	地球一周4万キロ(2週目)	10,000km (2018年1・2月号掲載)
中嶋茂男	IVV 距離記録認定	6,000km (2018年3・4月号掲載)
佐藤邦彦	IVV 距離記録認定	4,000km (2018年3・4月号掲載)





元気ウオーク (3月4日(日))  
三和地区② 清水丘親水公園が  
 スタート・ゴール。ゴールデン  
 ウイーク頃の気温でした。広い  
 田園風景を見ながら、西仁連川  
 堤を歩きました。

「逆井城の前にて記念写真」



**第226定例会【日光街道を歩く】**

3月10日(土)ピンと張った空気の中、  
 杉並木の中を歩く。心配していた風も  
 雪もなく、スギ花粉さえあまり感じな  
 いウオーキング日和でした。五重塔の  
 前で記念写真「尾花弘子会員撮影」



「第19回古河まくらがの里・花桃ウオーク」が、3月24日(土)～25日(日)開催されました  
 ～満開の花桃と多くのスタッフが、全国からのウオーカーをお迎えしました～  
 晴天に恵まれ、ウオーカーに心地よい風も吹いていました



25日「渡良瀬遊水池の自然を訪ねて」  
 スッキリと澄んだ空に日光の山々、広  
 大な遊水池の「野焼き」の跡が見えた



2日間の参加者(事前・当日申し込み合計)は、1493人  
 来年は、記念すべき第20回です

写真提供 (県協会 富田里美氏)