

2019年(令和元年)
7月20日発行 第260号



取手市歩こう会 会報 8月

発行人・会長 日野 勝博
〒302-0001 取手市小文間3809-15
電話/FAX0297-77-8891
郵便振替口座番号 00150-8-264368

《例会の案内》 「開催日」 8月17日(土)・18日(土)

小雨決行 事前申込

第25回東京～取手ナイトウォーク

担当 日野・伊藤・田中

ナイトウォークは、当会の中で最も歴史のある行事です。平成6年1月に発生した阪神淡路大震災の教訓から勤務先の東京から取手の自宅まで歩いて帰る事が出来るかと、当時の有志数名で歩き始めました。ナイトウォークに参加された方が、NHKラジオ深夜便に投稿され何度か放送され、取手市歩こう会の名が全国へ発信されました。今回は25年目となります。会員の皆様が参加されやすいようにと、3コースで行っています。歩行に関し概ね30分ごとの休憩を取りながら全員が完歩を目指して歩きます。夕方から夜、深夜、夜明けとナイトウォークだけの移り変わる情景を感じながら歩きます。達成感に参加された方だけが知る面白さです。今回は、定員40名で行います。当日参加は不可、事前申込です。コースは、Aコース東京駅～取手46km・Bコース柴又駅～取手30km Cコース 東京駅～柴又駅16km。 ※8月はこの行事だけです。



《例会の案内》 ダイジェスト 「開催日」 9月7日(土)

小雨決行 自由参加

アンデルセン公園(周辺)ウォーク

担当 伊藤・田中・富永

デンマークの童話作家「ハンス、クルステチャン、アンデルセン」の出身地であるオーデンセ市と船橋市は姉妹都市である。デンマークをイメージしたテーマパーク。東京ドーム8個分の広大な園内は緑豊かな憩いの場として人気です。

- 1、集合 JR取手駅西口ペDESTリアンデッキ 7時50分
- 2、交通時間 取手駅8時26分 常磐線快速上野行～柏駅8時40分着(乗換)・8時56分発(東武アーバンパークライン)～新鎌ヶ谷駅9時13分着(乗換)・9時29分発(北総鉄道)～白井駅9時34分着下車。
- 3、距離 10km
- 4、解散 15時30分ごろ
- 5、参加費 会員無料・一般300円。
- 6、その他 アンデルセン公園入園料 65歳以下900円。65歳以上(証明書提示により無料)



《例会の案内》 ダイジェスト 「開催日」 9月14日(土)

小雨決行 自由参加

益子の歴史と益子焼の里ウォーク

担当 加藤(実)・荒井・五十嵐

栃木県の南東部に位置する陶器の産地として名が知られています。益子町を歩きます。陶芸の里や益子の街を散策後、陶芸体験として自分の手で絵付けを行いオリジナルの焼き物を作り楽しめます。

- 1、集合 JR取手駅西口ペDESTリアンデッキ 7時30分
- 2、交通機関 取手駅 関東鉄道7時54分発～守谷駅8時12着・8時25分発(快速へ乗換)～下館駅9時12分着(乗換)・真岡鉄道発9時42分～益子駅10時22分下車
- 3、距離 10km
- 4、解散 15時30分ごろ
- 5、参加費 会員 無料・一般 300円
- 6、その他 陶芸教室(絵付け料金) 550円。キップは、関東鉄道・真岡鉄道共通一日自由キップ 2,300円がとってもお得です。関東鉄道の駅員がいる駅(取手・戸頭・守谷)で1週間前から購入できます。



「例会報告」 6月22日(土) 浜離宮恩賜庭園築地場外市場ウオーク 天候 小雨 参加者71名(会員53名)

浜離宮恩賜庭園は、江戸時代徳川将軍家の鴨場。11代将軍家斉が現状の庭園に完成した。東京湾から海水を引き入れ、潮の干満によって池の趣を変える様式。都内にある江戸時代の庭園では、唯一現存している貴重な名園である。増上寺では東京タワーとのコントラストが美しい。築地場外市場では、食べ歩きのできる店が急速に増え、相変わらず買い求める外国の方で賑わっていた。自由時間がたっぷりありお土産や外国の方と同じ食べ歩きなどで、それぞれに築地場外市場を楽しんだ。定刻より少し前、小雨の中、祝橋公園で解散式。ご苦労様でした。



「例会報告」 7月3日(土) 守谷野鳥の森・ビール工場見学ウオーク 天候 曇 参加者73名(会員42名)

梅雨の真ただ中でしたが、当日は晴れ間も見える天候でした。恒例のビール工場見学ウオーク、平日にもかかわらず多くの方が参加された。新しい住宅がどんどん出来発展している守谷。駅前の地価は20数%上昇しているとか。野鳥の森公園では、鳥の囀りや木道を歩き自然に親しみ、守谷サービスエリアでの昼食はそれぞれ思い思いに楽しんだ。また、ビール工場見学は、久しぶりに缶ビールのラインを見ることが出来た。写真は試飲会場での1枚。ビールを十分に頂きました。次回も企画します。



試飲会場

「9月以降の例会案内」次号以降案内します。

- ① 10月6日(日) 第7回とりで利根川市民ウオークウオーク
- ② 10月19日(土) 国営ひたち海浜公園ウオーク
- ③ 11月9日(土) 鹿島神宮からカシマスタジアムウオーク
- ④ 11月23日(土) 国営昭和記念公園ウオーク



「お知らせ」□ 6月号会報と同梱しました、8月31日開催の全国赤水ウオーク東京大会2019の案内です。沢山の会員の皆様の参加を希望します。日本で初めて日本地図を作成した茨城県の偉人で、水戸藩の殿様の先生。

今回も、日比谷公園～皇居(江戸城)・水戸藩の下屋敷(小石川後樂園)・中屋敷(東大農学部)を巡る9km。希望者は引き続きあと4kmの墨田公園(下屋敷)まで歩くことが出来ます。参加希望者は、事前登録を役員へ申し出て下さい。

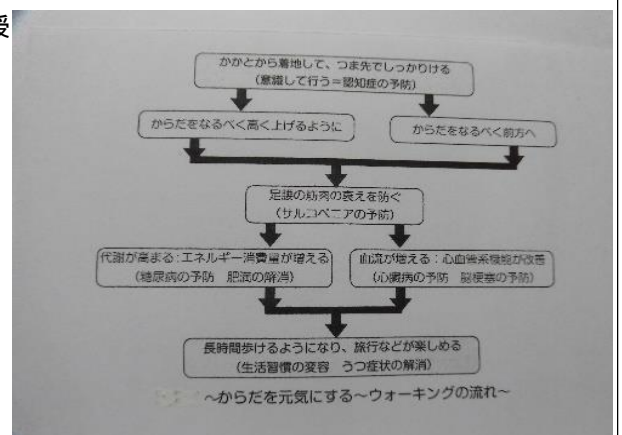
□ 先の総会において、今年度通常の例会以外にバスハイクを予定していると致しましたが、6月22日の役員会で検討いたしました。諸般の事情で実施を見送る事となりましたので連絡いたします。 □ 10月6日(日)当会が出催で開催します「第7回とりで利根川市民ウオーク」のチラシを同梱してます。会員の皆さまの参加を受付中です。

「会員の動向」 □ 7月3日寺田正和さん(井野台)が入会されました。宜しくお祝い致します。奥様は一足早く入会されています。 □ JWA記録認定 地球一周4万キロ 39,000km加藤実さん・38,000km日野勝博さん。IVV600回加藤実さん・500回日野勝博さん・100回大信美智代さん。IVV8,000km新光男さん・日野勝博さん・1,000km大信美智代さん おめでとうございます。「お願い」 □ 会員の皆様の周りで、ウォーキングに興味を持たれている方がおられましたなら、是非お勧め下さい。一緒にウォーキングを楽しみ、健康寿命を伸ばしましょう。入会は何時でも可能です。入会案内書は役員にお声を掛けてください。

「ウォーキング豆知識」NO28 ウォーキングのすすめ (その1)・・・シリーズで掲載します。

1,歩ければ楽しき余生が送れる。「資料」宮下充正 東京大学名誉教授
(1)とにかく体を動かす。 ・日本スポーツ連盟名誉会長

歩いていれば、誰でも健康で長生きできるわけではない。歩く習慣のある方が、元気で長い生涯を終えることが出来る可能性が高いというに過ぎない。身体運動の遂行に対して、脳の働きはプラスの適応を示す。このような適応が元気で生涯を終えることが出来る可能性が高いというに過ぎない。脳血管に定着するかは、生理・生化学的な基礎研究が必要である。体を動かしましょうとウォーキングを進めたい。運動遂行可能な中高年齢者はやや強く、遂行が困難な方は軽い身体運動を、やらないより、やった方がずっといいと主張したい。



「編集後記」 □ 暑中お見舞い申し上げます。今年は、5月から夏のような猛暑が続く大変でした。冷夏などの予測もありますが、しかしこれからが夏本番です。しっかりと暑さ対策を行いたい。東京オリンピックまであと1年。暑さ対策で競技は午前中・夜がメインで日中は行わないそうです。メインスタジアムなど主な施設は秋には完成とのこと、12月に豊洲市場と近くのオリンピック関連施設(中に入れませんが)を外から見る予定しています。変貌する豊洲のオリンピック施設を真近にて見て、気分を盛り上げたいものである。しっかりと水分を補給を行い令和最初の暑い夏を乗り越えましょう。