



TWCだより  
はぎの香り



8月 9月 10月の例会のご案内



- ・開催日 平成23年8月24日(水)
- ・行事名 太平洋はだしウォーク(TWC設立記念日)
- ・コース 高萩駅東口⇒高浜海岸⇒有明海岸⇒高戸前浜⇒  
[Aコース 高萩駅東口]  
[Bコース 高戸小浜⇒万葉の道⇒  
松久保工業団地⇒高萩駅東口]
- ・ポイント TWC設立記念日に高萩の海岸アートを楽しみ  
白砂の海岸をはだして歩く。
- ・歩行距離 Aコース：6 Km Bコース：10 Km
- ・集合 高萩駅東口 8時00分 スタート 8時30分
- ・解散 高萩駅東口 A：10時頃 B：11時30分頃
- ・昼食 不要
- ・認定 I V V
- ・備考 ポリ袋(靴入れ)、タオル、サンダルなどがあると良いでしょう。



- ・開催日 平成23年9月4日(日)
- ・行事名 那珂湊・平磯海岸ウォーク  
(いばらき元気ウォークの日)
- ・コース 阿字ヶ浦駅⇒酒列磯前神社⇒清浄石⇒  
[Aコース 平磯駅]  
[Bコース お魚市場⇒湊公園⇒山上門・反射炉跡⇒那珂湊駅]
- ・ポイント 中生代白亜紀層の平磯海岸、魚市場と  
史跡の那珂湊を歩く
- ・歩行距離 Aコース：6 Km Bコース：11 Km
- ・集合 阿字ヶ浦駅 9時40分 スタート 10時00分  
(高萩駅 8時00分 上り8時16分に乗車)
- ・解散 A：平磯駅 13時30分頃  
B：那珂湊駅 15時30分頃
- ・昼食 持参
- ・認定 I V V
- ・備考 ときわ路パス使用



## 高萩ウォーキングクラブ



- ・開催日 平成23年9月26、27日（月、火）
- ・行事名 一泊遠征ウォーク（日光）
- ・ポイント 初日は日光光徳牧場を訪ね、二日目は戦場ヶ原を歩き自然を満喫する。夜は会員相互の親睦を深める。
- ・備考 貸切バスを利用。詳細は追って連絡し、参加者を募集します。



- ・開催日 平成23年10月10日（月・祝）
- ・行事名 小山ダムウォーク（高萩市主催の市民歩く会に参加）
- ・コース こやま湖周回コース  
小山ダム管理事務所前⇒新小山橋⇒ユナカウス橋  
⇒小山林道⇒管理事務所前
- ・ポイント 澄み切った青空の下、湖面に映える木々を見ながらこやま湖を一周する。
- ・歩行距離 7.4 Km
- ・TWC集合 小山ダム管理事務所前 9時00分
- ・認定 なし（完歩証が出ます）
- ・備考 出発時間、解散時間、昼食持参の要否など、詳細は後日発行される市のチラシを参照ください。

## 「東京スカイツリー眺望ウォーク」 日本ウォーキング協会主催 参加者募集



東日本大震災復興支援／元気に上を向いて歩こう！

### 東京スカイツリー眺望ウォーク

主催／日本ウォーキング協会 協賛／朝日新聞 後援／江東区

- ・開催日 平成23年9月10日（土）
- ☆スタート／ゴール会場 江東区 木場公園・イベント広場
- ☆コース／集合時間 Aコース（20 Km） 受付 9時00分～10時00分  
Bコース（13 Km）  
Cコース（7 Km） } 受付 10時00分～11時00分

☆歩行形態 各コース共自由歩行 12時00分～16時00分の間にゴールすること

☆認定 I V V 1800東京都

☆参加費・事前申込み（9/2まで）

一般800円／高校生以下無料 団体（10名以上）500円

・当日申込み 一般1,000円／高校生以下無料

参加希望者は8/28日（日）までにコース名を添えて青木会長（23-1651）  
または 間下事務局長（22-4809）へお申込みください。8/24（水）の例会の  
時でもOKです。なお、当日は「青春18きっぷ」が利用できます。

〈 みんなの掲示板 〉



**指導員講習を受講して**

ウォーキング指導員講習を受けて、基本的な事を学んできました。それを会員の皆様に微力ながらお伝えする事が、私達の役目だと思います。学んできた事を実践していきたいと考えています。

私自身、自然の風を感じ季節を楽しみながら、これからのウォーキングを明るく楽しく過ごせたら良いなと思い、例会はもとより各地のウォーキングに率先して参加して行きたいと思っております。

最後に新人指導員をこれからも宜しくお願い致します。

安 幸 子 記



**“花貫の公共トイレにトイレの神様が”**

その神様はウォーキングクラブの H.O. さんでした。

人しれず掃除するH.Oさんに感謝の念を忘れずに

会員No. 205より



**取手ウォークは宝石箱のようだ！**

取手は「歴史と観光」の町と言われている。私は2度目のウォークで宝石に例えると2つの原石が心に残った。

1つの原石は、本願寺の境内に史跡、本多作衛門重次の「一筆啓上火の用心 お仙泣かすな馬肥せ」の日本一短い手紙である。陣中から家族に書いた人間愛の絆である。これを読み、私は現実の震災が脳裏に浮かんだ。又、重次着用の甲冑、使用した笠など当時の様子が瞬時に思いだされた。

2つめの原石は、ビール工場のクリーンなイメージが印象的である。室内はオート化され、明るく清潔感があった。試飲室では丁寧な接待とほどよい冷たさのビールを飲み、その味が今でも喉に残っている。

(参加者全員の顔が童顔になっていた。)

満足した取手ウォークで宝石箱に原石の輝きが1つプレゼントされ心の中に刻まれた1日でした。台風の余波にも負けず72名の皆様ごくろうさまでした。又、1日中ご案内をしていただいた取手市歩こう会の山淵様ありがとうございました。

7月21日 大部 和紀 記



**【東日本大震災】の被害に対する義援金寄贈のお知らせ**

東日本大震災にて、被災された皆様に心よりお見舞い申し上げます。

一日も早い被災者の皆様の救援及び、被災地の復興を心よりお祈り致します。

高萩ウォーキングクラブの会員の皆様よりお預かりしました義援金52,060円を高萩市へ6月27日寄贈致しました。高萩市長より寄付金受領証明書を頂きました。

今後もお互い助け合いの気持ちを持って、ウォーキングを続けましょう。



**高萩市役所からのお知らせ (検診と納税のご案内)**

- ・8月は健康診査・結核検診・肺がん検診があります。詳細につきましては配布済みの健康づくり年間予定表をご覧ください。
- ・8月は市県民税の第二期分、国民健康保険税の第二期分後期高齢者保険料第二期分
- ・下水道第二期分
- ・9月は国民健康保険税の第三期分後期高齢者保険料第三期分  
介護保険料第二期分





## 【近隣クラブの自由参加ウォークのご案内】

◎1800 ☆500選 M.茨城県マスターウォーカー

| 年  | 月  | 日  | 曜日 | 行 事 名                     | 認定  | 主催・主管  |
|----|----|----|----|---------------------------|-----|--------|
| 23 | 8  | 6  | 土  | 1800大会 取手市ウォーク            | ◎   | ⑥取手市歩  |
|    | 8  | 21 | 日  | 福島県民の日記念ウォーク              | -   | ⑨いわき健歩 |
|    | 8  | 28 | 日  | キリンビール工場見学ウォーク            | -   | ④利根歩   |
|    | 9  | 4  | 日  | 1800大会 龍ヶ崎市ウォーク           | ◎   | ⑦藤代歩   |
|    | 9  | 7  | 水  | 1800大会 水戸市ウォーク(イヤーランドコース) | ◎☆M | ①水戸歩   |
|    | 9  | 10 | 土  | 1800大会 水戸市ウォーク            | ◎   | ②水戸WC  |
|    | 9  | 17 | 土  | 1800大会 結城市ウォーク            | ◎   | ⑧茨城県WA |
|    | 9  | 18 | 日  | 1800大会 笠間市ウォーク            | ◎☆  | ③東ひ健歩  |
|    | 9  | 28 | 水  | 1800大会 鉾田市ウォーク            | ◎   | ①水戸歩   |
|    | 10 | 9  | 日  | 1800大会 板東市ウォーク            | ◎   | ⑤古河悠歩  |

※詳細は、TWC事務局 間下 彰(22-4809) または下記の主催者までお問い合わせください。

- |                         |                       |
|-------------------------|-----------------------|
| ① 川上 清会長 029-251-3246   | ② 菅原利満会長 029-257-2001 |
| ③ 三好義章会長 029-262-2428   | ④ 田仲正一会長 0297-68-5051 |
| ⑤ 渡辺敏夫事務局長 0280-32-0172 | ⑥ 二ノ倉剛会長 0297-73-6410 |
| ⑦ 伊藤寿子会長 029-836-8117   | ⑧ 山元一郎代表 029-874-7195 |
| ⑨ 山田卓夫会長 0246-32-3726   |                       |



### ウォーキングに参加して

この度の東日本大震災で被害を受けた方々に心よりお見舞い申し上げます。

私の住んでいる常陸太田市(旧金砂郷町)でも場所によっては大きな被害を受けた方もおられます。被害を受けられた方の、早い復興を祈念申し上げます。

私は昨年4月常陸太田ウォーキングクラブ主催による大会に参加し、ウォーキングクラブの意味さえ分からずに、軽い気持ちで入会し、2ヶ月位は例会にだけ参加しておりました。6月の日光ツーデーマーチに参加し、全国から集まった人にはびっくり、すべてが珍しく私の目に入りました。

会長の奥様から他クラブのウォーキングに、参加しても良いという事を知らされ、それからというものウォーキングにはまってしまい、多い時で月に8回位参加し自然の美しさ、地方の史跡や歴史を学ぶ事ばかり、又、たくさんの友達にめぐりあえてうれしい限りです。いつも感心している事、それは高萩ウォーキングクラブの方たちは男女問わず、年齢に関係なく何処のウォーキングに参加しても全員一丸となって、昼食をとっている姿に胸打たれます。なかなかできるようで出来ない事だと思います。

これからもお互い健康に注意し、なが〜くウォーキングを楽しみ続け自分の目標を目指して頑張りましょう。

最後に高萩ウォーキングクラブのご健勝をお祈り申し上げます。

常陸太田ウォーキングクラブ 上妻 多美子



※「はぎの香り」に掲載する内容を、会員の皆様よりお待ちしております。  
(例会時の感想、要望、その他) 例会時にご連絡ください。  
写真入り、なし等 広報担当 高木 實、安 幸子