



TWCだより
はぎの香り

No.032

発行2013年12月5日
高萩ウォーキングクラブ

発行責任者 青木 秀明
編集責任者 間下 彰



12月 ~ 2月 の例会のご案内



- ・開催日 平成25年12月16日(月)
- ・行事名 冬の田園をウォーキング(南中郷から高萩へ)
- ・距離・認定 約11km (IVV、ヘルスR No.188)
- ・集合 南中郷駅前 9時30分 ・スタート 9時50分
(高萩駅 9時00分集合 下り 9時06分に乗車)
- ・コース 南中郷駅前 ⇒ Cocomoストア ⇒ 第一学院高校 ⇒ 通りゃんせ ⇒ 豊工芸美術館 ⇒ 松岡城跡 ⇒ 関根橋 ⇒ 松岡公民館 ⇒ 小島橋 ⇒ 見晴らし坂 ⇒ 福祉センター
- ・解散 高萩市総合福祉センター 14時30分頃
- ・昼食 持参
- ・ポイント 師走の田園風景を楽しむ。



- ・開催日 平成26年1月10日(金)
- ・行事名 市内初詣ウォーク(安良川八幡宮)
- ・距離・認定 A: 約8km、 B: 約12km (IVV、ヘルスR No.42、188)
- ・集合 高萩市文化会館前 9時00分 ・スタート 9時30分
(高萩市高萩6番地、高萩駅から徒歩10分)
- ・コース 文化会館前 ⇒ 安良川八幡宮 ⇒ 小島橋 ⇒ 松岡城跡 ⇒
A: 小島団地 ⇒ 文化会館前
B: 穂積家 ⇒ 後谷 ⇒ 文化会館前
- ・解散 高萩市文化会館前 A: 14時頃、 B: 15時頃
- ・昼食 持参
- ・見どころ 安良川八幡宮で今年も元気で歩けることを祈願し、冬のたつごの里、穂積家を訪ねる。



- ・開催日 平成26年1月23日(木)
- ・行事名 市内史跡めぐり①(市中心部)
- ・距離・認定 約10km (IVV)
- ・集合 高萩駅西口前 9時30分 ・スタート 10時00分
- ・コース 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
- ・解散 高萩駅西口前 14時30分頃
- ・昼食 持参
- ・見どころ 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?



高萩ウォーキングクラブ



- ・開催日 平成26年2月4日(火)
- ・行事名 市内史跡めぐり② (松岡八景を巡る)
- ・距離・認定 約10km (IVV、ヘルスR No.42、172、188)
- ・集合 高萩市総合福祉センター 9時00分 ・スタート 9時30分
- ・コース 福祉センター⇒高戸海岸⇒荒崎橋⇒松岡公民館⇒関根橋⇒松岡城跡⇒能仁寺⇒小島橋⇒福祉センター
- ・解散 高萩市総合福祉センター 14時30分頃
- ・昼食 持参
- ・見どころ 10代目松岡領主 中山信敬(1804～1817)が、水戸の儒学者 亀里亀章を松岡に呼び寄せ寄せ作らせた松岡八景を歩く。



…… 「日本ウォーキング協会・年間完歩賞」 について ……

対象期間内：毎年1月1日～12月31日

対象者：JWAの正会員、維持会員、JWA所属団体の会員

認定条件：期間内に、JWA及び加盟団体が実施する例会に25日以上参加し完歩する

認定手続き：所定の申請書に、参加大会・例会名と参加期日を記入し、JWAへ認定料を
振込み、領収書のコピーを同封して送付する。締め切りは毎年1月10日

発表：毎年3月1日発行の「Walking Life」新聞に受賞者名を掲載する

認定料：800円(賞状とバッジが授与されます)

*詳細は事務局 間下 彰までお問い合わせください。

ウォーキング Q & A



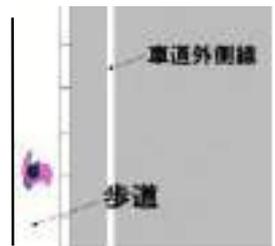
道路または車道の路端寄りに引かれている白線の役割は何ですか？



この路端寄りに引かれている白線の役割は歩道が有る場合と無い場合とで異なります。
路端側に歩道が有る場合と無い場合に分けて調べてみましょう。

* 路端側に歩道が有る場合

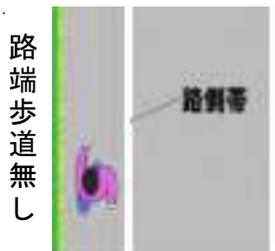
この場合、白線は車道外側線といい、「車道において、端に寄り過ぎると危ないから、車はこの線の右側を通過してください」程度の目安を示すもので、線の路端側(線と歩道の間)も車道です。従って、歩行者はここを歩いてはいけません。歩道を歩きましょう。



* 路端側に歩道が無い場合

白線から外側(路端寄り)の部分は路側帯といい、歩道とみなされ、歩行者は路側帯を通行しなければなりません。原則として自転車など軽車両は路側帯を通行できるが自動車等の通行は禁止されています。

路側帯には、普通の路側帯(白線1本=軽車両通行可、駐停車可)、駐停車禁止路側帯(白線+破線=軽車両通行可、駐停車禁止)、歩行者専用路側帯(白線2本=軽車両も通行不可、駐停車も禁止)などがあります。



* いずれにせよ、原則としては、歩道が有る場合は歩道を、歩道は無いが路側帯が有る場合は路側帯を歩き、安全第一で楽しいウォーキングをしましょう。



TWC 会員情報 [新入会員紹介、JWA、IWA各種記録認定など]

☼ 目指そう！地球一周4万キロ(JWA)

毎日の歩行記録を「ダイアリー」に記録すると、1,000kmごとに認定されます。

44,000km <田中義正> 16,000km <増田 洋> 1,000km <増田伊織>

☼ 国際市民スポーツ連盟「IVV」記録(JWA)

例会等で発行しているIVVをパスポートに貼り、一定回数、距離になると認定されます。

7,000km <間下 彰> 4,000km <堀内 豊> 1,000km <増田 洋>

☼ 茨城県マスターウォーカー完歩賞(IWA)

IWA及び加盟団体(現在12団体)が、指定した例大会(各1回/年)を全て完歩したウォーカーが受賞対象です。(期限はありません)

・佐藤睦子、菅野谷千恵子(ともに、10/6「とりで利根川市民ウォーク」で受賞)



★ 受賞者の皆さん おめでとうございます。(漏れている方は間下まで申し出てください。)

(ウォーキングライフ 25/11・12月号 及び IWAニュース 25/11月号、12月号掲載分 敬称略)



みんなの広場



TWC文芸(俳句)

- ・初紅葉 悲恋を秘めて 名馬里かな 葉月(会員No.220 R.S.)
- ・鰯雲 小貝が浜の 沖はるか //
- ・九ちゃんの 歌まぼろしに 枯葉舞ひ //
- ・菊の香に 陽射し充分 笠間焼き //
- ・秋空に 馥郁たる香 菊まつり 歩人(あると)(会員No.43 A.M.)
- ・大輪の 菊 絢爛と 咲き誇り //



天気のことわざ「星がちらちらすると雨」

星の瞬きは、性質の違った空気層による屈折のずれ(比較的温暖な空気層と寒冷な空気層)からくるもので、大気中の空気の流れが乱れていることをあらわしています。すなわち、星の光が人の目に入るまでに、冷たい空気と暖かい空気が接している空気の不連続面(ここでは、性質の違うものがぶつかるため性質が急に変わります)を通過するとき、その面がプリズムの役割をして光の集まった部分と光が広がった部分が交互にでき、光がいろいろな方向に曲げられるのでちらちらと見えます。この乱れは、低気圧や気圧の谷がくる直前に起こることが多いので、従って、雨の兆しとなるというのです。ただし、時または場所によって違いますが、星が見えれば必ず瞬くのでこのことわざは普段から星の瞬きを良く観察していることが必要です。ある特定の星が、いつもより激しく瞬いていれば天気が崩れる前兆といえるでしょう。



※「天気のことわざ weather_folklore」を参考にさせていただきました。



【近隣クラブの自由参加ウォークのご案内】

○ IVV ☆500選 Mマスターウォーカー ※ヘルスロード(IWAニュース等記載分のみ)

年	月	日	曜日	行 事 名	認定	主催・主管
25	12	8	日	忘年ウォーク(内郷)	○	⑳いわき健歩
	12	14	土	ヘルスロード365龍ヶ崎市大会	○※	⑬IWA個人
	12	14	土	忘年懇親ウォーク(取手市西部コース)	○	⑧取手市歩
	12	15	日	常陸太田・馬の背の町を歩く	○	②古河悠歩
	12	18	水	水戸運動場ヘルスロードウォーク	○※	⑪水戸歩
	12	21	土	つくば公園通りよりみち♪ウォーク	○※	⑭IWA女性部
	12	22	日	水府ウォーク	○	⑨常陸太田W
26	1	5	日	元気ウォーク(古河地区)	○※	②古河悠歩
	1	6	月	水戸初詣ウォーク	○※	⑪水戸歩
	1	11	土	初詣と協和北部史跡巡り	○※	⑬IWA個人
	1	11	土	常陸太田市初詣ウォーク	○※	⑨常陸太田W
	1	12	日	大洗磯前神社参拝・潮騒ロードを巡るウォーク	○※	⑥東ひ健歩
	1	15	水	小美玉市・かすみがうら市ヘルスロードウォーク	○※	⑪水戸歩
	1	16	木	取手七福神めぐり		⑩藤代歩
	1	19	日	とね七福神めぐり	○※	⑦利根町歩
	1	19	日	新春下市名所ウォーク	○	⑫水戸W
	2	1	土	花見川周辺ウォーク	○	⑧取手市歩
	2	2	日	東海ヘルスロードウォーク	○※	⑨常陸太田W
	2	9	日	牛久シャトーとヘルスロードを散策	○※	⑥東ひ健歩
	2	9	日	いわきサンシャインマラソン応援ウォーク	○	⑳いわき健歩
	2	15	土	ゆうゆう十王と五重塔コース	○※	⑬IWA個人
	2	15	土	耐寒ウォーク	○	⑨常陸太田W

* 詳細は、各主催者 または TWC事務局 間下 彰(22-4809) までお問い合わせください。

② 渡辺敏夫 事務局長 0280-32-0172

⑦ 田中正一 会長 0297-68-5051

⑨ 根本孝行 会長 0294-72-1940

⑪ 川上 清 会長 029-251-3246

⑬ 深見 博 代表 0296-57-4433

⑳ 山田卓男 会長 0246-32-3726

⑥ 小泉文男 副会長 029-274-8322

⑧ 二ノ倉剛 会長 0297-73-6401

⑩ 伊藤寿子 会長 029-836-8117

⑫ 菅原利満 会長 050-3321-1881

⑭ 大倉美江 事務局 0296-24-3280

!! 会 員 募 集 !!

高萩ウォーキングクラブでは、会員を募集しております。一緒に楽しく歩きませんか。

会費：入会金1,000円 年会費2,000円(後期のみ1,000円)(中学生以下は年会費免除)



※「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、近況報告、詩歌等なんでも結構です。ご連絡ください。

広報担当 間下 彰・佐藤睦子・菅野谷千恵子