



TWCだより
はぎの香り

No.040

発行2015年2月5日

高萩ウオーキングクラブ

発行責任者 青木 秀明

編集責任者 間下 彰

"心新たに 更なる躍進を"

会長 青木 秀明

昨年は創立10周年の節目の年で、意義ある充実した年でありました。

このことは、多くの諸先輩をはじめ、私達の例会等に積極的に参加、ご協力、ご指導をいただいた皆様のお陰だと、心から感謝し、厚く御礼申し上げます。

超高齢化社会の到来、余暇時間の増大、健康願望の高まり……などにより、人々のウオーキング志向は確実に広まり、深まっております。

年々歳を重ねるにつれ体力維持は容易ではない中、基本の原点に立ち返り、会員皆様の要望や期待をより深く受け止め、お互いに智恵を出し合うことにより、会の目標である「健康寿命」を延ばすことに引き続き努めていきましょう。

さて、輝かしき平成27年の歩き始めは、好天に恵まれた1月10日「元気に歩こう祈願・初詣ウオーク」を総勢61名（内会員外14名）の参加のもと開催、今冬一番の冷え込みの中、県協会の川上副会長の当会に寄せる期待と熱いお言葉をいただき、福祉センター前をスタート、まず最初に瀧神社を参拝、展望台からの太平洋を見渡す壮大な景観、左手に有明海岸、右手に高浜海岸と心を癒してくれる大自然に驚きを感じました。その後、由緒ある安良川八幡宮にて、クラブ設立10周年、何事もなく歩けたことに感謝し、また、今年も元気にウオーキングができますように全員でお祓いを受けました。

その後、小島橋を渡る頃から急激に気温が下がり、今にも小雪が舞い落ちる状況となり、屋外（松岡城跡）での昼食を急遽松岡公民館に切り替え、暖を取りながら交流を深めました。

午後からは、足取りも軽くお屋敷通りから松岡城跡、そして、丹生神社、朝香神社を参拝し後谷を通り福祉センターに笑顔でゴールし、今年も元気にウオーキングできる喜びを感じました。



安良川八幡宮

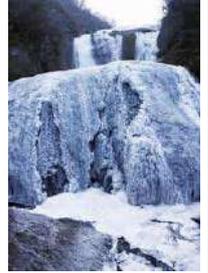


昇殿参拝

2月 ~ 4月 の例会のご案内



- ・開催日 平成27年2月7日(土)
- ・行事名 **結氷の袋田の滝ウォーク**
- ・距離・認定 約10km (IVV、ヘルスR No.33)
- ・集合 大子町営袋田第2無料駐車場 10時(大子町大字袋田625-2)
(高萩文化会館 8時20分 ・バス出発 8時30分)
- ・コース 袋田第2駐車場⇒袋田小学校⇒袋田駅⇒こんにやく関所⇒
関所の湯⇒袋田橋⇒(HR033)⇒袋田の滝⇒袋田第2駐車場
- ・解散 第2無料駐車場 14時頃(高萩着 15時30分頃)
- ・昼食 滝周辺に食堂もありますが、できるだけ昼食は持参してください。
- ・見どころ 結氷の袋田の滝を訪ね、ヘルスロードNo.33を歩く。



袋田の滝



- ・開催日 平成27年3月7日(土)
- ・行事名 **観梅ウォーク(IWA、水戸WC主催 ”水戸HR観梅ウォーク1日目”に参加)**
- ・距離・認定 A=8km B=15km (IVV、500選、茨城県MW、ヘルスR)
- ・集合 三の丸庁舎広場 9時00分 ・スタート 9時30分
(高萩駅 7時30分集合 上り7時41分に乗車)
- ・コース 水戸市内(千波湖・偕楽園・八幡宮・水戸芸術館)
- ・解散 A=偕楽園12時頃 B=三の丸庁舎広場 15時頃
- ・参加費 無料 ・昼食:持参
- ・備考 参加希望者は別紙申込用紙で申し込んでください。(2月22日締切り)



”水戸HR観梅ウォーク2日目”について

※自由参加です。(高萩ウォーキングクラブの例会ではありません)

- ・開催日 平成27年3月8日(日)
- ・距離・認定 18km (IVV、茨城県MW)
- ・集合 三の丸庁舎広場 8時30分 ・スタート 9時
- ・コース 三の丸庁舎広場⇒大洗 ・参加費:無料
- ・解散 大洗港中央公園 15時30分頃 ・昼食:持参



大洗マリントワー



- ・開催日 平成27年3月20日(金)
- ・行事名 **白水阿弥陀堂ウォーク**
- ・距離・認定 約11km (IVV)
- ・集合 内郷駅前 10時00分 ・スタート 10時20分
(高萩駅 8時50分集合 下り 9時6分に乗車)
(3月14日のJR時刻改正で変更の可能性もあります)
- ・コース 内郷駅前⇒いわき総合福祉センター⇒常交自動車
学校前⇒マルト高坂店⇒常磐炭田産業遺産⇒白水阿弥陀堂⇒内郷駅前
- ・解散 内郷駅前 14時30分頃 ・昼食:持参
- ・見どころ 国宝に指定されている白水阿弥陀堂を訪ねる。美しい曲線を描く屋根と浄土式庭園が調和した、優美な姿を見せてくれます。



白水阿弥陀堂

高萩ウォーキングクラブ



- ・開催日 平成27年4月1日(水)
- ・行事名 さくらウォーク (隅田公園、上野公園)
- ・距離・認定 約10km (IVV)
- ・集合 旧安田庭園(両国駅西口から徒歩5分) 10時35分
(高萩駅 6時35分集合 上り 6時51分に乗車)
- ・コース 旧安田庭園⇒横網公園⇒大横川親水公園⇒
東京スカイツリー⇒墨田区立隅田公園⇒桜橋⇒
台東区立隅田公園⇒吾妻橋⇒上野公園⇒上野駅公園口
- ・解散 上野駅公園口 15時00分頃 ・昼食:持参
- ・見どころ キラキラと輝きながら悠々と流れる隅田川のさくらと東京スカイツリーのコラボレーションを楽しむとともに、上野恩賜公園にも足を伸ばし上野のさくらも楽しむ。



「第4回 水戸観梅ツデーウォーク」の紹介

- ・開催日 平成27年3月14日(土)～15日(日)
- ・行事名 第4回 水戸観梅ツデーウォーク
(主催:水戸歩く会 共催:茨城県ウォーキング協会)
- ・距離・認定 25, 10, 5km (IVV、500選、茨城県MW、HR)
- ・集合 水戸駅南口さくら東公園(改札から左方向へ徒歩1分)
- ・受付 8時～ ・スタート:25km=9時、10km、5km=9時30分
- ・歩行形態 25, 10km=自由歩行 5km=団体歩行
- ・コース 1日目 茨城県庁方面～偕楽園～水戸駅
2日目 楮川ダム方面～偕楽園～水戸駅
- ・参加費 他クラブ会員 事前:800円 当日:1000円 (TWC会員はこれに該当)
一般 事前:1000円 当日:1200円、小中学生 事前:200円 当日:300円
(1日のみの参加も2日間参加も参加費は同じです)
- ・申込み 事前申込は3月10日まで。郵便払込票に、郵便番号、住所、氏名、年齢、電話番号を記入し、水戸歩く会宛 送金する。
郵便為替 00170-0-385972 水戸歩く会



※3月8日までに青木会長または間下まで参加を申し出た方は、事務局でまとめて申し込み致します。参加費は当日徴収いたします(なお、当日参加できなかった場合でも、後日参加費は徴収させていただきますのでご了承ください)。

TWC 会員情報 [新入会員紹介、JWA等各種記録認定など] (敬称略)

☼ 目指そう! 地球一周4万キロ(JWA)

- ・40,000+15,000km <田中義正> 22,000km <増田 洋>

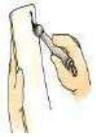
☼ 国際市民スポーツ連盟「IVV」記録(JWA)

- ・回数記録 200回<大部はつ江> 100回<割ヶ谷小夜子>
- ・距離記録 1,000km <割ヶ谷小夜子>

☼ ヘルスロード365(IWA) ・100コース<石橋しげ子>

- ★ 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 27/1・2月号 及び IWAニュース 27/1月号、2月号掲載分 敬称略)





みんなの広場



TWC文芸(俳句)

- ・白雪や 八溝連山 男振り
- ・気負ひ無く 迷い捨て聞く 除夜の鐘
- ・初夢は 未(ひつじ)の先導 ウオーキング

葉月 (会員No.220 R.S.)

〃

〃



【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)

年	月	日	曜日	行事名	認定	主催・主管
2	11		水祝	結城市ヘルスロードを歩く	○※	⑪水戸歩
2	14		土	ウォーキング教室と東海村ウォーク	○※	⑥東ひ健歩
2	14		土	いばらきヘルスロード365稲敷市大会	○※	⑬IWA個人
2	21		土	西山荘周辺の歴史探訪ウォーク	○※	⑧取手歩
2	22		日	陸前浜街道② 白鳥と古代歴史めぐり	○※	⑦利根歩
2	22		日	石と蔵の街真壁ひな祭りウォーク	○☆※	④筑西W連
2	22		日	那珂市古徳沼ウォーク	○※	⑨常陸太田W
2	22		日	大寒ウォーク	○	⑳いわき健歩
3	1		日	元気ウォーク・総和	○※	②古河悠歩
3	3		火	ひな祭りウォーク	○	⑳いわき健歩
3	7		土	ヘルスロード縦断ウォーク常陸大宮市大会	○※	⑬IWA個人
3	8		日	水戸ヘルスロード観梅ウォーク(2日目)	○M※	⑫水戸W
3	8		日	香取市北総の小江戸・水郷さわら巡り	○	⑥東ひ健歩
3	8		日	東日本震災復興祈念・東京～いわきロードウォーク	○	⑳いわき健歩
3	14・15		土日	水戸観梅ツーデーウォーク	○☆M※	⑪水戸歩
3	17		火	ひたちなか海浜公園ウォーク	○	⑨常陸太田W
3	28・29		土日	古河まくらがの里・花桃ウォーク	○☆M※	*実行委員会

* 詳細は、各主催者 または TWC事務局 間下 彰(0293-22-4809)までお問い合わせください。

- | | |
|--------------------------|--------------------------|
| ① 飯塚 幸雄 会長 029-872-1232 | ⑧ 二ノ倉 剛 会長 0297-73-6401 |
| ② 渡辺 敏夫 副会長 0280-32-0172 | ⑨ 根本 孝行 会長 0294-72-1940 |
| ④ 鳥生 厚夫 会長 0296-20-3386 | ⑪ 川上 清 会長 029-251-3246 |
| ⑤ 小坂 博 会長 029-821-0458 | ⑫ 菅原 利満 会長 050-3321-1881 |
| ⑥ 小泉 文男 副会長 029-274-8322 | ⑬ 深見 博 代表 0296-57-4433 |
| ⑦ 田仲 正一 会長 0297-68-5051 | ⑳ 山田 卓男 会長 0246-32-3726 |

* 実行委員会 0280-92-0555 (古河花桃ウォークはオールジャパン、KKML認定大会です)

「はぎの香り」に掲載する内容を、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・橋本紀子

