



No.059
 発行2018年2月5日
 高萩ウォーキングクラブ
 発行責任者 堀内 豊
 編集責任者 間下 彰

今年も健康で元気に歩きましょう

TWC会長 堀内 豊

会員の皆様には、健やかに新しい年を迎えられたことと思います。
 昨年はお蔭様で、各行事とも会員はもとより、他協会の皆さんともたくさんの交流ができたことを感謝申し上げます。昨年の行事の中でも特に心に残っているのが日光一泊ウォーキングではないでしょうか。一日目は雨にたたられましたが、二日目は日光東照宮での千人武者行列に遭遇し、大変感激し記憶に残るウォーキングになったかと思えます。
 今年も魅力ある行事を企画しておりますが健康寿命や活動寿命(目標)に向かって元気で楽しく歩きましょう。



2月 ~ 4月 の例会のご案内



- ・開催日 平成30年2月20日(火)
- ・行事名 十王ウオーク② (十王駅~さくら宇宙公園~高萩駅)
- ・距離・認定 約10km (IVV、ヘルスR No.278,304)
- ・集合 十王駅前 9時40分
(高萩駅 9時15分 上り 9時24分に乗車)
- ・コース 十王駅前 ⇒ 楡形小学校前 ⇒ 林木育種センター
⇒ さくら宇宙公園 ⇒ イオン前 ⇒ 高萩駅前
- ・解散 高萩駅前 14時30分頃 ・昼食:持参
- ・見どころ 森林総合研究所林木育種センターとさくら宇宙公園を訪ねる。



- ・開催日 平成30年3月10日(土)
- ・行事名 水戸ヘルスロード観梅ウオーク (水戸WC主催に参加)
- ・距離・認定 A=8km B=15km (IVV、500選、県MW、ヘルスR、道紀行100)
- ・集合 三の丸庁舎広場 9時00分 (高萩駅 7時30分集合 上り 7時42分に乗車)
- ・コース A: 三の丸広場 ⇒ 弘道館 ⇒ 芸術館 ⇒ 八幡宮 ⇒ 歴史館 ⇒ 偕楽園
B: 三の丸広場 ⇒ 芸術館 ⇒ 八幡宮 ⇒ 歴史館 ⇒ 偕楽園
⇒ 黄門神社 ⇒ 薬医門 ⇒ 弘道館前 ⇒ 三の丸広場
- ・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
- ・申込み 参加希望者は別紙申込用紙で申し込んでください。



高萩ウォーキングクラブ



- ・開催日 平成30年3月16日(金)
- ・行事名 **いわき市高野花見山ウォーク**
- ・距離・認定 A=7km B=12km (IVV)
- ・集合 内郷駅 9時20分 (高萩駅 8時15分集合 下り 8時27分に乗車)
- ・コース 内郷駅 ⇒ 白水阿弥陀堂 ⇒ 入山 ⇒ 川平 ⇒ 花見山
A: 花見山 ⇒ 山崎バス停 ⇒ (バス) ⇒ 内郷駅前
B: 花見山 ⇒ 山崎 ⇒ 鬼ヶ沢 ⇒ 宮沢 ⇒ 内郷駅前
- ・解散 A=山崎バス停 13時頃 B=内郷駅前 14時30分頃
- ・参加費 会員外は入園料含め500円。会員は無料。Aコースのバス代は自己負担
- ・昼食 持参 (350円)



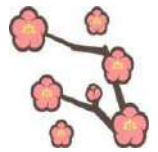
- ・開催日 平成30年4月5日(木)
- ・行事名 **東京さくらウォーク (皇居周辺・外濠公園)**
- ・距離・認定 10km (IVV)
- ・集合 和田倉噴水公園 9時10分 (高萩駅 5時20分集合 上り 5時33分に乗車)
- ・コース (東京駅 ⇒ 丸の内駅前広場) ⇒ 和田倉噴水公園 ⇒ 東御苑 ⇒ 北の丸公園 ⇒ 千鳥が淵緑道 ⇒ 千鳥が淵公園 ⇒ 国会議事堂前 ⇒ 外濠公園 ⇒ 飯田橋駅
- ・解散 飯田橋駅 15時頃
- ・見どころ 皇居東御苑、北の丸公園、千鳥が淵、ホテルニューオオタニ 日本庭園、外濠公園など東京の桜の名所を訪ねる。
- ・備考 青春18きっぷが利用できます。2370円/人。
詳細は別途連絡し参加者を募集します。



みんなで参加しませんか (他クラブの例会紹介)



- ・開催日 平成30年3月17日(土)
 - ・行事名 **第6回水戸観梅ウォーク (水戸歩)**
 - ・距離・認定 25・15km(自由歩行)、8km(団体歩行) (IVV、MW)
 - ・集合 水戸駅南口さくら東公園(駅南口から徒歩1分)
 - ・受付 8:00～ ・出発式: 8:30 ・スタート: 25・15km=9:00、8km=9:15
 - ・参加費 事前申込(3月10日まで)500円 (当日 700円) 高校生以下 無料
- ☆ 参加希望者は 2月28日迄に参加費を添えて堀内会長 または 間下まで申し込んでください。



- ・開催日 平成30年3月24・25日(土・日)
- ・行事名 **第19回古河まくらがの里花桃ウォーク (JWA・IWA・他)**
- ・距離 24日(20・15・7km)、25日(30・20・15・7km) 全て自由歩行 (IVV、KKML、オールジャパンWC、MW、500選、HR365)
- ・集合 古河公方公園(古河駅西口からシャトルバスあり。片道180円)
- ・受付 7:30～ ・出発式: 30km=8:00 他=8:30 ・スタート: 30km=8:20 他=9:00
- ・参加費 事前申込(3月11日まで)1500円 (当日 2000円) 中学生以下 無料





TWC 会員情報 [JWA、IWA各種記録認定など] (敬称略)

✿ 目指そう！地球一周4万キロ (JWA)
〈35000km〉増田 洋

✿ 国際市民スポーツ連盟「IVV」記録 (JWA)
回数記録認定 〈200回〉増田 洋
距離記録認定 〈4000km〉大部佳彦



✿ 高萩WC完歩賞
〈80回〉大部佳彦、石橋しげ子 〈60回〉松岡 好
〈40回〉久芳 忠、後藤弥生、鶴沼信子、斉藤久男(高萩市)、根本 茂(ひたちなか市)
〈20回〉座間秀夫(ひたちなか市)、峯岸英子(ひたちなか市)、降旗紀子(常陸太田市)

★ 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30/1・2月号及びIWAニュース30/1月号、2月号等掲載分)



みんなの広場



TWC 文芸(俳句)

- ・又ひとつ 病増やして 年の暮 葉月 (会員No.220 R.S.)
- ・偏屈を 直さず生きて 除夜の鐘 //
- ・新雪を こけつ転(まる)びつ 仔犬かな //



市内初詣ウォーク(安良川八幡宮とたつごの里)

今年のウォーキング初めは冬晴れの良い天気にも恵まれました。会員はもちろん、他協会の方々、市報を見て初めての参加の方、約60名程の参加でした。

9時20分 文化会館を出発。スタート直後の上り坂はいつものことながらこたえる。程なくして安良川八幡宮に到着。今年も健康でいつまでもウォーキングを楽しむことができますようお祈りをする。

八幡宮を後に神宮司橋、小島橋と進み、たつごの里 松岡城跡 アプローチ広場で休憩。他協会からの参加者の紹介をする。30名と大人数であったが和気あいあいの中で感謝を込めてお名前を読み上げる。

朝香神社へと向かう。お日様は輝いているが、風が冷たく頬に痛い。神社での参拝を済ませ後谷へと進む。後谷は冷たい風が遮られ暖かい。冬枯れの田園風景を楽しみながらあぜ道に行く。木々は葉を落として色彩はとぼしいが小さな芽吹きがみられ春遠からじと感じる。

予定通り12時30分文化会館到着。

天候にも恵まれ、すがすがしい冬の日でした。
《担当:C班》





【高萩WC 及び 近隣クラブのウォーキング大会 一覧】

○ IVV ☆500選 M県マスターウォーカー △道紀行100 ※HR (IWAニュース2月号等掲載分)

年	月	日	曜日	行 事 名	認定	主催・主管
30	2	11	日	耐寒ウォーク新コース	○	⑧常陸太田W
	2	11	日	結城ひな祭りウォーク	○※	⑩水戸W
	2	11	日	笠間市稲田大会 (そば打ち体験有先着)	○	⑪IWA個人
	2	20	火	十王ウォーク② (十王～さくら宇宙公園～高萩)	○※	◎高萩W
	2	25	日	蔵と石のまち 真壁ひな祭りウォーク	○☆※	④筑西W連
	2	25	日	東海村ウォーク	○※	⑧常陸太田W
	2	25	日	新ヘルスロードを歩こう	○※	⑨水戸歩
	3	3	土	ひなまつりウォーク (大津港)	○	⑳いわき健歩
	3	10	土	水戸ヘルスロード観梅ウォーキング大会	○☆M△※	⑩水戸W
	3	10	土	鯨が丘ひな祭りウォーク	○	⑧常陸太田W
	3	11	日	東京-いわきロードウォーク⑰-2 (湯本-いわき)	○	⑳いわき健歩
	3	16	金	いわき市高野花見山ウォーク	○	◎高萩W
	3	17	土	第7回水戸観梅ウォーク	○M	⑨水戸歩
	3	24	土	第19回古河まぐらがの里花桃ウォーク	○	実行委員会*1
	3	31	土	皇居周辺 東京ウォーク	○☆	⑪IWA個人
	4	5	木	東京さくらウォーク (皇居周辺・外濠公園)	○	◎高萩W

* 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 石橋 秀雄 会長 090-2433-0821 |
| ② 佐藤 進 会長 0280-22-0682 | ⑨ 川上 清 会長 029-251-3246 |
| ④ 鳥生 厚夫 会長 080-1090-5748 | ⑩ 菅原 利満 会長 050-3321-1881 |
| ⑤ 小坂 博 会長 029-821-0458 | ⑪ 島田 弘司 代表 080-3311-6121 |
| ⑥ 小泉 文男 会長 029-274-8322 | ⑫ 川崎 邦雄 会長 0297-68-7458 |
| ⑦ 日野 勝博 会長 0297-77-8891 | ⑳ 北部 房子 事務局長 0246-34-7895 |

*1 古河まぐらがの里・花桃ウォーク実行委員会事務局 0280-22-5111

「NPO法人 茨城県ウォーキング協会」が発足

茨城県ウォーキング協会は、1998年11月15日に茨城県ウォーキング連盟を設立しスタート、2000年7月20日には連盟から発展し現在の茨城県ウォーキング協会となりました。

以来19年間、各地でウォーキング運動を推進してきましたが、さらに幅広い社会貢献活動をしていくためには、任意団体ではなく、社会的信頼性が得られる法人にする必要があり、NPO法人化を目指して準備を進めておりましたが、2017年11月27日付けで茨城県から法人設立が認証され、12月5日法務局において法人登記を済ませ「NPO 法人茨城県ウォーキング協会」が発足しました。

「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

