



発行 NPO 法人 茨城県ウォーキング協会
発行者 会長 深見 博
事務所 〒300-0812
茨城県土浦市下高津 3-4-8 岡野テナト
電話/FAX 029-824-0084
郵便振替口座記号番号 00110-8-374140
ゆうちょ銀行記号番号 10650-55828601
毎月1日発行 編集責任者 富田 里美
HP <http://www.ibaraki-walking.jp/>

2020 年度 定期総会開催



6/14(日)茨城県県南生涯学習センター中講座室
において 2020 年度通常総会が開催されました。

出席数は、出席者 26 名、委任状提出者 24 名
合計 50 名。

議案①2019 年度事業報告、決算報告

②監査報告

③2020 年度事業計画(案)、予算(案)

④役員人事(案) について慎重に審議され、
質疑の後いずれも原案通り承認されました。

最高顧問 堀野 正勝

顧問 川上 清

会長 深見 博

副会長 大越 康孝(事務局長)

副会長 佐藤 進 (事業支援部)

副会長 小泉 文男(指導部)

副会長 富田 里美(総務部)

事務局次長 石橋 秀雄

《 理事 紹介 》

飯塚 幸雄、大西 脩嗣 (牛久Wクラブ)

間下彰、堀内豊、渡辺孝子(新任) (高萩 W クラブ)

日野 勝博、牧 和義、伊藤 壽章(取手市歩こう会)

宮崎 久雄、菅原公子(新任) (ひたちなか健歩の会)

根本 孝行 (常陸太田 W クラブ)

渡邊 昭知 (水戸歩く会)

戸田秀夫、殿岡哲雄、

市川重好、山野井ユキ子 (第 5 事業部)

佐藤 邦彦、一色 常夫 (事業支援部)

《 監 事 》

鴨志田 徹 (IWA)、増田 洋(高萩 W クラブ)

※本年度より組織体制が新しくなりました。

詳細は次頁をご覧ください。

2020度 NPO法人茨城県ウォーキング協会 組織図

令和2年4月1日現在

名 称		担 当 事 項
理 事 会	事 務 局	1. 総会・理事会・代表者会議設営 2. JWA・県・市町村等窓口 3. IWA加盟団体との連絡・調整 4. 開催事業のデータ作成・保管
	総 務 部	1. 年度事業企画・立案 2. 予算・収支・出納管理(会計) 3. 表彰・認定 4. 組織強化・会員増強推進
	広 報 部	1. ホームページ運営管理 2. IWA会報発行 3. マスコミ対応
	指 導 部	1. JWA活動の普及と啓蒙 2. JWA事業部との連絡・調整 3. 指導員育成 4. ウォーキング教室運営 5. スキルアップ研修会
会 員 総 会	会 長 (代 表 理 事)	担 当 事 業(大会)名
		1. つくば国際ウォーキング大会 2. 5県ウォーク大会 3. 水戸観梅ウォーク大会(案)
監 事	事 業 本 部	第1事業部 (主催事業)
		1. 古河まぐらがの里花桃W 2. かすみがうらマラソンウォーキング 3. 受託事業全般 ①赤水東京W ②JリーグW ③イオンW教室
		第2事業部 (主管・共催事業)
		1. ピンクリボン 2. IBARAKIウォークフェスティバル 3. 洞峰公園歩こう会
代 表 者 会 議	事 業 支 援 部	第3事業部 (第1・2以外の事業)
		1. IWA月例会事業の計画・開催 2. 第1～3事業部の活動支援 3. 加盟団体との交流・連携強化
代 表 者 会 議	加 盟 団 体 名	1. 第1～5事業部をバックアップ 2. 加盟団体等に人員派遣要請 3. 事業担当者発掘と育成
		1. 牛久ウォーキングクラブ 2. 高萩ウォーキングクラブ 3. 取手市歩く会 4. ひたちなか健歩の会 5. 常陸太田ウォーキングクラブ 6. 水戸歩く会 7. 利根町歩く会(賛助会員)

加盟団体例会・関係諸団体の大会案内

《お願い》 コロナウイルス禍の影響により会員限定の例会が増えています。

各行事を当面、会員、加盟団体会員、ニュース会員など、参加者限定などの例会実施の指針が IWA 指導部からも発表されました(8ページご参照下さい)。お申し込みの際は各団体様にお問い合わせ下さい。お手数をおかけいたします。何卒、よろしくお願い申し上げます。

認定 (略称)／(ヘルス R)ヘルスロード 365 (県MW)茨城県マスターウオーカー賞 (500 選)美しい日本の歩きたくなるみち 500 選 (JVA)日本市民スポーツ連盟 (元気)いばらき元気ウオークの日 (KKML)関東甲信越マーチングリーグ (道紀行)新日本歩く道紀行 100 選			
9／19 (土)	茨城県マスターW賞土浦市大会		ダイジェスト版
	【霞ヶ浦湖畔と風車の公園ウオーク】 第五事業部 7km (JVA) (ヘルス R No.79 3.1km) 土浦駅西口土浦市役所 1 階 9:00 :9:30 土浦駅西口→水郷橋→霞ヶ浦湖畔→風と水の公園→霞ヶ浦総合公園→岩田橋→水郷橋→土浦駅西口 土浦駅西口 12:30 頃 一般・他協会 300 円 霞ヶ浦総合公園のシンボルとなっている風車及び秋の花(フヨウ、ノシランなど)		10／17 (土) 主 催 第五事業部 認 定 (JVA)(県 MW)(500 選 茨城 08-08) 詳細は次号参照
			
NPO 法人茨城県ウオーキング協会の活動指針が2020年8月末迄活動休止となっているため、加盟団体の大部分の例会活動情報がありません。また、開催しても会員限定などの制約があります。従いまして、皆様にお届けする情報が、ほぼ、ない状態となっています。このような状態で、ニュース発行は、大変心苦しいのです。 しかしながら、皆様におかれましては、8ヶ月以上の休止状態は、2011年東日本大震災以来かと存じます。まずは、コロナウイルスの影響による、ウオーキング様式の変容に心を留めて、お役に立てて頂ければと思います。 《編集者一同》			

●行事に関する問い合わせ先：開催期日、行事名(内容)は、都合により変更・中止となることがあります。

団体名 連絡先 E-メール	電 話・ FAX	団体名 連絡先 E-メール	電 話・ FAX
牛久ウオーキングクラブ 飯塚 幸雄 yuki-0516@ozzio.jp	029-872-1232	常陸太田ウオーキングクラブ 石橋 秀雄 hideo_bridge@yahoo.co.jp	090-2433-0821 F A X なし
高萩ウオーキングクラブ 間下 彰 a_mashimo@zb4.so-net.ne.jp	090-3903-0560 0293-22-4809	水戸歩く会 渡邊 昭知 Nbam1221@gmail.com	029-285-1592
取手市歩こう会 日野 勝博 khhino-tori@tbz.t-com.ne.jp	0297-77-8891	第5事業部 戸田 秀夫 pahas314@ybb.ne.jp	029-841-4802
ひたちなか健歩の会 小泉 文男 fumio.koi@wit.ocn.ne.jp	029-274-8322	(賛助会員) 利根町歩く会 川崎 邦雄	0297-68-7458

一連載 地図のお話一 No. 131



「歴史のみちを歩こう」 (第27回)

ー近世(江戸時代)のみち「結城街道 その2」 大足(おおだら)宿～上市原～笠間城下へー

日本ウオーキング協会専門講師 堀野 正勝

結城街道の第2回は、大足宿を出発して、小原町、滝川、上市原を経て笠間城下へと進みます。

(大足(おおだら)宿～笠間城下へ)

街道らしい道を歩く

大足宿を出て、左に八坂神社、地藏尊を見て、三軒屋の集落を通過すると小原町で左からの国道50号の新道と合流します。やがて国道は緩やかな上り坂となり左手に桜ノ宮ゴルフクラブ(桜ノ宮 GC)が見えてきます。

結城街道(旧道)は、桜ノ宮 GC の正門へ向かって右手の細道(小型自動車道)へと入ります。ここから1kmほどの区間は、標高100m前後の丘陵地内の緩やかなアップダウンの街道らしい道となっています。

街道は、やがて谷底平野に出て、左手の細道へ入るとすぐに滝川公民館脇に地藏尊と二十三夜塔があります。

市原観音(如意輪寺)と三嶋神社

上市原集落の右手山裾に通称市原観音・如意輪寺が望めます。その歴史は古く推古3(595)年、豪族伊知波良氏が、御堂を建て奉安・供養し、天武天皇9(680)年には天武帝の勅願寺となったと伝わっています。関東三十三観音の第三十二番札所、また東国花の寺百ヶ寺の茨城第4番札所として、多くの参拝客、信者さんが訪れています。

隣接し、旧三嶋大明神、集落の鎮守の神様として三嶋神社があります。

天神社

天神社は、承久年間(1219～1221)に笠間を領した藤原時朝が、佐白山に築城するに際し城の鬼門に当たる大淵に領国鎮護の神として祀りました。本殿は神明造り、総檜造り、屋根は銅板葺で、笠間市指定文化財になっています。神社鳥居脇には、一等水準点58.9mがありました。神社からは、佐白山の遠景が望めます。

(笠間城下の佇まい)

笠間城八幡台櫓(七面堂): 日蓮宗長耀山真浄寺

笠間市街地の大手町へ向かって旧道に入っていくと、左手に真浄寺があります。入り口には「南無妙法蓮華経」の題目碑が建っています。山門の奥に22段の階段があり、その上に、総檜材、二層入母屋造り、瓦葺の七面堂があります。

この堂は、もとは笠間城の本丸の八幡台にあった物見櫓で、明治期に解体移築されたものです。茨城県指定文化財 笠間大町の三所神社

大手町通りに戻り南下すると、笠間大町郵便局手前の東側に石鳥居が見えます。その奥に鎮座するのが三所神社(地元では「三社(さんじゃ)さん」と呼ぶ)です。笠間氏時代は、笠間城及び城下の鎮守としていました。

観世音寺(正福寺)

佐白山の麓に坂東観音霊場23番札所の観世音寺(正福寺)があります。佐白観音として、地元で親しまれ、この一帯は山麓公園として笠間市民の憩いの場ともなっています。

笠間城の下屋敷

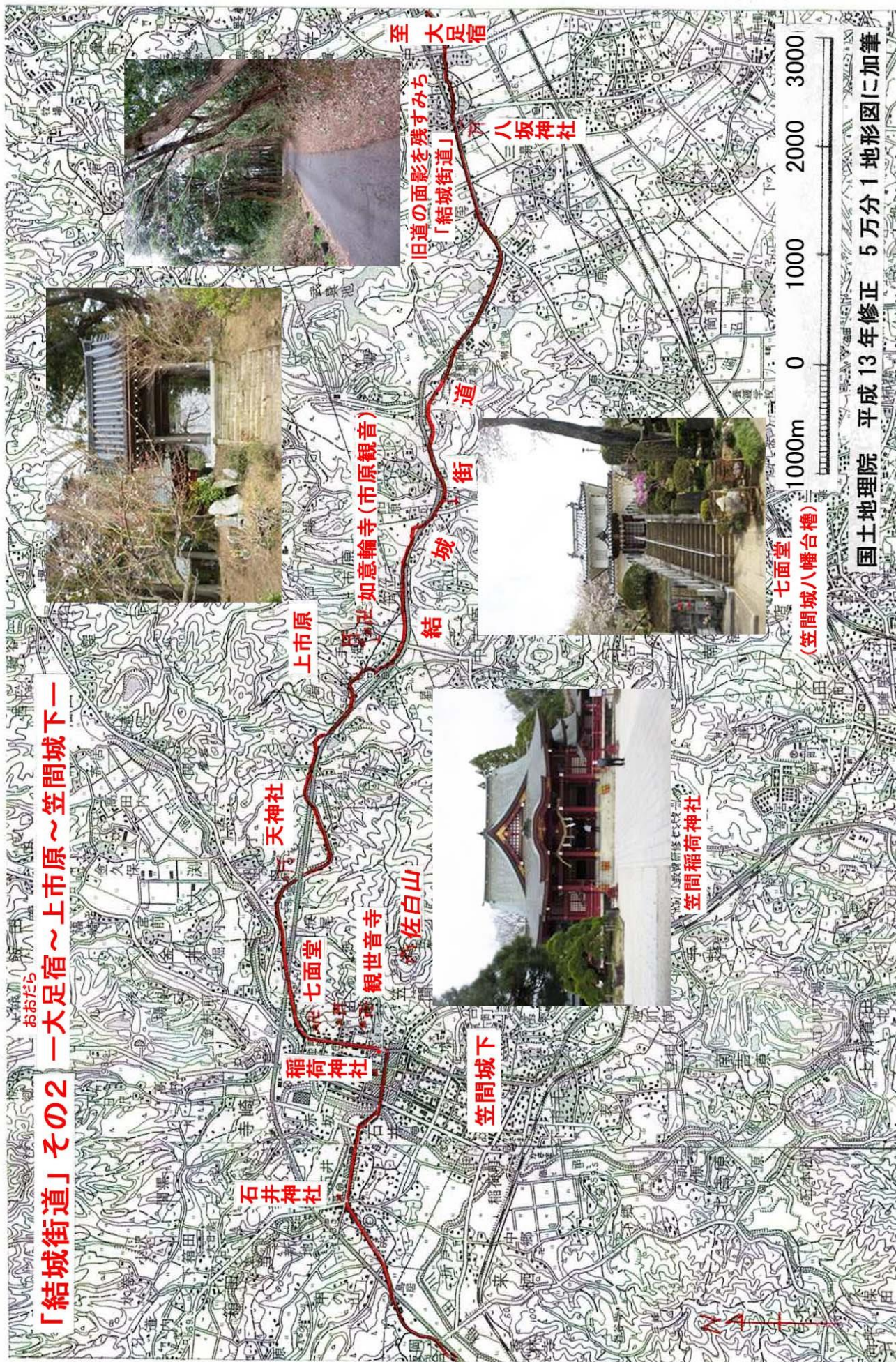
佐白山の麓にある山麓(さんろく)公園は江戸時代「下屋敷(しもやしき)」と呼ばれていました。笠間城の下方にあたるのでそう名付けられ、ここに笠間藩の役所と藩主の居宅を兼ねた御殿がありました。この下屋敷を設置したのは、後に赤穂に移封した城主浅野長直で、江戸幕府が開かれて約40年過ぎた寛永期末の頃です。

笠間の時鐘

笠間日動美術館の脇を登る坂は、4月の桜の時期には美しい桜樹のトンネルとなり、この道を登り鍵の手に曲がると山麓公園の入り口です。道を挟んで東側に「藩庁」「藩主御殿」西側に「御蔵」「御金蔵」「鐘楼」などがありました。昭和48(1973)年笠間市は、時鐘を市の文化財に指定し、平成13(2001)年に「時鐘楼」を建て、保存しています。

笠間稲荷神社と門前町

笠間稲荷神社は、五穀豊穡、商売繁盛の神として古くから熱く信仰され、関東はもとより日本各地から年間300万人を超える参拝客が訪れています。創建は、社伝によれば孝徳天皇の白雉2(651)年と言われ、佐白山6座のうちの稲荷社を奉還したもので、日本三大稲荷の一つとされ、「笠間稲荷と佐白山」として茨城百景に選定されています。笠間稲荷神社本殿は国の重要文化財です。笠間稲荷神社の大鳥居前の東西を貫く道が門前町を形成し、旅館、土産物店、食堂などで賑わっています。



《お知らせ》

IWA×切り 8/29(土) 詳細は、事務局、大越迄



健康づくりを実践している方々を 募集します!



茨城県では「元気アップいばらき」をスローガンに県民の健康づくりを支援する施策を展開しています。元気アップ賞は、日頃から健康づくりを実践している方々を表彰し、県民の健康づくりの取組促進を図るものです。

○ 第3次健康いばらき21プランに基づく、次の分野の活動が表彰の対象です。

栄養・食生活 身体活動・運動 飲酒 喫煙 休養

健康管理 疾病（循環器疾患、糖尿病、がん、COPD）

こころの健康 次世代の健康 働く世代の健康 高齢者の健康

健康づくり支援・健康管理支援 歯科口腔保健

その他（健康づくりに関するボランティア活動等）

※なお、仕事上の業務又は学校の授業の一環として実施しているものは対象外となります。

【主催】 茨城県

【問い合わせ先】

市町村の保健センター又は健康づくり担当課

県内各保健所

県保健福祉部健康・地域ケア推進課（健康増進担当）

・TEL 029-301-3229（直通）

・ホームページ：<http://www.pref.ibaraki.jp/hokenfukushi/chiiki/kenko/genkiupsyou.html>



《問合せ先》 NPO 法人茨城県ウオーキング協会

事務局長 大越 康孝

Tel : 080-1087-0559

Fax : 029-272-8100

Mal :

♪♪♪♪♪♪♪♪ 表 彰 ♪♪♪♪♪♪♪♪

(1)日本ウオーキング協会 令和元年度総会記念表彰(功績表彰)が行われました。
皆様おめでとうございます。



個人の部 日野 勝博氏 団体の部 高萩Wクラブ 個人の部 大越 康孝氏
(取手市歩こう会) (会長 間下 彰氏) (ひたちなか健歩の会)



令和2年度 第24回スキルアップ研修会開催案内

(JWA外部委託制度研修会 認定番号:308-2005013)

NPO 茨城県ウオーキング協会

会 長 深見 博(公印省略)

指導部部长 小泉文男

*指導員更新単位対象の研修会です。指導員は是非受講されますようご案内いたします。

1、日 時 令和2年11月10日(火)13時00分~16時30分 *受付12時30分

2、場 所 水戸市生涯学習センター 3F 会議室

住 所:水戸市三の丸1-5-38 ☎029-223-1313

水戸駅北口 徒歩12分

3、参加費 ￥1,500円

4、研修内容及び講師

内 容:地図の役割・地図を基本に「地図上の長さ」と「実際の長さ」の
実測方法を学ぶ。座学1時間30分 実技2時間

講 師:元国土地理院地方測量部長 岡田 直久 様

5、主催 (一般社団法人)日本ウオーキング協会 ・NPO 茨城県ウオーキング協会

6、取得単位 2単位 (3.5時間) 受講修了証を発行します。

7、申込締切り 令和2年10月20日(火)

8、申込先 NPO 茨城県ウオーキング協会 指導部部长 小泉 文男

住 所 茨城県ひたちなか市勝倉 2634-9

電話/FAX 029-274-8322

携 帯 090-2657-2706

E-mail fumio.koi@wit.ocn.ne.jp

ウォーキング再開にあたり

IWA新型コロナ感染防止対策指針

NPO法人茨城県ウォーキング協会

会長 深見 博

指導部



趣 旨

新型コロナ感染拡大終息の見えない中、ウォーキングを再開するにあたり一般参加者・会員の健康と安全を守り身体的及び精神的な健康を維持するために、NPO法人茨城県ウォーキング協会（IWA）は新型コロナ感染防止対策指針に基づきウォーキングを実施するものとする。当面は会員を対象とする。

【例会ウォーキング実施条件】

- 1、コース設定は所在地各団体の周辺地域とし、参加募集は当面会員を対象とする。
- 2、公共機関による移動コースの参加は極力避ける。
- 3、自家用車で乗合の参加は原則として止める。但し乗合の場合は三密を避ける対策を取る。
- 4、対策準備品：マスク・消毒液・除菌ウェットティッシュ・非接触体温計など原則とする。
- 5、団体主催者は若干の予備マスクを用意する。（忘れ防止）

【防止対策内容】

No.	開催手順	防止対策内容
1	集合エリア	1、スタッフは事前にマスク着用・検温・手消毒して参加者を待つ 2、参加者はマスク着用、手を消毒液で消毒する。 3、非接触体温計で測り37.5度以下を参加者とする。 4、参加者は人との間隔1m～2mを取り受付まで待機する。 5、会話の際は、互いにマスクを着用する。
2	受 付	1、受付担当者はマスク着用、又は担当用フェイスガードを付ける。但し共有はしない。 共有する場合はフェイスガードを消毒して使う。出来れば受付担当者専用とする。 2、受付は1列で整列、1m以上の人との間隔を取る。 3、会員名簿で速やかに受付をする。また参加者名簿を保管する。 4、地図&資料などは手渡しせず、ベンチなどへ置いて各自参加者にとって貰う。 5、受付終了者は、間隔（1m以上）取って待機する。会話は極力しないようにする。
3	挨拶・連絡事項	1、挨拶者、連絡者は事前にメモを纏めて配布するか又はマスクをして簡単明瞭に、時間短縮を図る。 2、コース説明は説明者と参加者の間隔(2m以上)取り、また参加者は人との間隔を取り密にならぬように挨拶者の方向を向く。 3、マイクの使用は感染リスクが高いため共有は避ける。共有する場合はマイクを消毒して使用する。
4	ストレッチ体系	1、ストレッチ体系は従来通りの人と人が干渉しない体系を取り行う。 2、指揮者は、余り大声を出さないようにして簡単に行う。 3、ストレッチ終了後、密にならぬようスタッフは注意喚起をする。
5	隊列・スタート	1、班編成は8人～10人以内を原則とする。 2、各班の隊列は、基本的に1～2列縦隊とし、人との間隔は1m以上の隊列とする。 3、スタート時に密にならないよう参加者へスタッフは注意喚起する。
6	ウォーキングコース 歩行隊列・間隔・ 信号待ち・ 横断歩道・ 休憩	1、ウォーキングコースは、5Km～8Kmとして昼食は自粛する。昼食時は感染のリスクが高い為。 2、隊列はスタート隊列に同じ、但し歩道あり・歩道なしのコース状況により、隊列は1列縦隊・2列縦隊と臨機応変にスタッフは密にならぬよう注意する。 3、信号待ち・横断歩道等は特に密集・密接を避ける為2～3名スタッフを配置、参加者へ注意喚起する。 4、休憩時に水分補給と一斉にマスクを一時外して体面を避けて新鮮な空気を入れ、深呼吸して熱中症対策。 5、トイレの利用は比較的安全な公共施設を利用する。 6、間隔をあけて歩行するために班のリーダー並びに役員配置を確定しておく。 7、各班長は、参加者の体調異変を感じたら会長&担当リーダーへ状況を報告し、確認や対策を講じる。 8、各班と班の距離は5m～7mの間隔とする。
7	フィニッシュ・集合	1、参加者は密にならぬよう人との間隔（1m以上）をとり集合する。 2、参加者へ非接触体温計で測定37.5度以下であるか体調を確認する。 3、挨拶・連絡事項は、NO3の要領による。 4、クールダウンは、ストレッチの要領で行う。 5、IVV・パスポート押印の担当者を決めて行う。担当者名記録を残して置く。 6、解散

※ 例会ウォーキング開催時は、IWA新型コロナ感染防止対策指針を必ず責任者並びに担当リーダーは携帯する。

◆「投稿」のお願い 400～600字程度 送付先：富田 里美 FAX：294-76-9520 Email: npoiwatomita@outlook.jp

◆本誌の年間購読について 年間購読料 1500円（内訳：1部 20円＋送料他）郵便振替で送金して下さい。各種大会の「開催要項」なども同封致します。郵便振替口座記号番号 00110-8-374140 加入者名：茨城県ウォーキング協会