I.W.A
IWA ニュース
2018年12月号
NPO 法人茨城県ウオーキング協会

発　行 NPO 法人 茨城県ウオーキング協会
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 岡野ﾃﾅﾝﾄ
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　10690-22591281
毎月１日発行　　編集責任者 富田 里美
ＨＰ　http://www.ibaraki-walking.jp/

ウオーキングあれこれ② 新ヘルスロードについて。

さて、NPO 法人茨城県ウオーキング協会では、ヘルスロード 365 なるパスポートが存在するのは、皆様、ご存じだと思います。でも、県外の方、歩く習慣のない方にとっては、ヘルスロードって何？？？という反応かもしれません。ヘルスロードは、県民の健康づくりの為に歩いて、新たな発見と健康増進をしよう。という目標道であります。平成 29 年３月末現在で、44 市町村 329 コース合計約 1171.1 キロメートルを達成しました。

水戸がダントツ、１位：水戸市（59 コース）２位：取手市（18 コース）３位：日立市（17 コース）④ひたちなか市（16 コース）⑤古河市（13 コース）⑥常陸太田市（13 コース）⑦笠間市（11 コース）⑧筑西市（11 コース）⑨茨城町（10 コース）⑩常陸大宮市（10 コース）⑪つくば市（10 コース）

10 コース以上のヘルスロードを保有している市町村は、県内４４市町村の４分の１に達しました。これはひとえに、ウォーキングに貢献された諸先輩方の「偉大なる功績」だと思いませんか？（茨城県ﾎｰﾑﾍﾟｰｼﾞより抜粋）

新コースの制定については、下記の通り、沢山の要件があります（茨城県 HP 一部抜粋）。あなたも参加しませんか!!

1. 備えるべき要件

(1) 安全性に配慮されている。 ※コース上の車道を利用する部分においては，以下の①および②を満たすこと。
(2) コース案内がなされている。 ※以下の①または②のいずれかを満たすこと。
(3) 地図やコース上の目印により歩行距離が分かる。
(4) 利用できるトイレがある。
(5) 休憩できる場所（休憩所・ベンチ・レストラン等）が近辺にある。
(6) 所々に車椅子がすれ違える道幅がある。
(7) 駐車場が近辺に確保されている。
(8) 身体に変調を来した場合などの連絡方法(売店，コンビニ,公衆電話等)が確保されている。
(9) 周辺に，博物館や名所・旧跡がある。
(10) 景観がよく，歩行自体に飽きがこない。
(11) 地域の農林水産物や文化に接するポイントがある。
(12) 花壇等の環境整備について，市町村の委託業者又は地域住民・ボランティアの支援体制が整っている。
(13) 地域住民の利用促進を図る為の愛称がついている。

歩いて得しちゃお ③
あなたが選んだコースに
名前を付けませんか？

2. 備えることが望まれる要件

(1) 舗装がなされている。
(2) バリアフリーが配慮されている。
(3) 勾配が少ない。
(4) 夜間の利用もできるよう，街灯が設置されている。
(5) コース案内には，消費エネルギー（kcal）や歩行距離が分かる目印等が記載されている。
(6) 身障者用のトイレが設置されている。
(7) ヘルスロードまでの交通機関によるアクセス方法が確立されている。また，地域以外の利用者のため，

デザインのポイント

・三つの○は人（車椅子・子ども・大人）を表し、誰もが利用できるイメージを表している。
・S は、道を表し、長く続き　安全（SAFETY）を表している。
・図全体が右肩上がりで、健康増進を表している。
・緑色は、健康・安全をイメージさせる色である。

加盟団体例会・関係諸団体の大会案内

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 選コース

12／1（土）	**柏諏訪神社と千葉県立柏の葉公園ウオーク**	12／2（日）	**元気ウオーク** ヘルス R 365
主　催	取手市歩こう会	主　催	牛久市・牛久ウオーキングクラブ
距離・認定	10km（JVA）（元気）	距離・認定	約9km（ヘルス R 145）（元気）
集　合	取手駅西口ペデストリアンデッキ 8:10 東武鉄道豊四季駅 9:11	集　合	奥野生涯学習センター 8:30～8:50
コ ー ス		コ ー ス	奥野生涯学習センター→観音寺→牛久大仏→入国管理センター→茨城農芸学院→(鎌倉街道)→奥野生涯学習センター
解　散		解　散	奥野生涯学習センター 12:00 頃予定
参 加 費	会員外 300 円	参 加 費	無料
見 ど こ ろ	柏諏訪神社に参拝し、自然・文化・スポーツが楽しめる千葉県立柏の葉公園と、こんぶくろ池・弁天池の湧き水・自然の森を散策します。	見 ど こ ろ	ギネスブックにも登録されている牛久大仏(全長 120m・青銅製の阿弥陀仏像)を望みながら静かな田園地帯の自然に心癒されるコースです。
12／2（日）	**元気ウオーク総和地区④** ヘルス R 365	12／2（日）	**稲田・石切山脈ウオーク**
主　催	古河悠歩の会	主　催	ひたちなか健歩の会
距離・認定	11km（JVA）(ヘルス R 109）（元気）	距離・認定	10km（JVA）（元気）
集　合	ネーブルパーク 8:30 までに集合 スタート9:00	集　合	稲田ふれあい公園 9:30 （水戸線・稲田駅前）
コ ー ス	ネーブルパーク→北利根北公園(WC)→水処理センター→とねミドリ館(WC)→ネーブルパーク	コ ー ス	稲田ふれあい公園→長屋門のある集落→石切団地前→石切山脈→稲田神社→稲田禅坊・西念寺→玉日姫御廟→稲田駅
解　散	ネーブルパーク 12:30 前後	解　散	稲田ふれあい公園 13:30 頃
参 加 費	市民 200 円　市外・他協会員 300 円	参 加 費	協会員・一般300円、小中学生以下無料
見 ど こ ろ	落ち葉や木の実を踏みながら。 稲の二番穂・「孫生（ひこばえ）」が元気です。	見 ど こ ろ	インスタ映えする石切山脈・発掘溝は絶景です。
12／2（日）	**常陸太田河合ウオーク**	12／5（水）	**高萩 WC 納会ウオーク(鵜の岬)**
主　催	水戸ウオーキングクラブ	主　催	高萩ウオーキングクラブ
距離・認定	15km（JVA）（元気）	距離・認定	約5km（ヘルス R.129） （道紀行 108029）ヘルス R 365
集　合	水戸駅発 8:17　河合駅着 8:45 下車	集　合	十王駅前 9:40
コ ー ス	河合駅→幸久公民館→河合神社→枕石寺→梵天山→鹿島日吉神社→西光寺(昼食)→峯山中学校→西小沢小学校→落合→八幡橋→道の駅ひたちおおた→河合駅(15:19 発)	コ ー ス	十王駅前→鵜の岬国民宿舎→公園内周遊 入浴＆懇親会 11:30～15:00
解　散	河合駅 15:00 予定	参 加 費	ウオークだけの参加は参加費無料・申込不要(当日受付)。 懇親会への参加は締め切りました。
参 加 費	一般 300 円、会員無料	見 ど こ ろ	鵜の岬の公園。一年間の健脚に感謝し、来年も無事歩けることを願い、納会を楽しむ。
見 ど こ ろ	久慈川、山田川に沿った田園風景、鮎や鮭の遡上。枕石寺、河合神社等歴史遺産		

12／15（土） 主　催 距離・認定 集　合 解　散 参 加 費 見 ど こ ろ	**忘年ウオーク（手賀沼周辺）** 取手市歩こう会 10km（JVA） 取手駅西口ペデストリアンデッキ 8:30 我孫子駅 9:30 柏駅 12:30 頃 会員外 300 円 今年のしめくくりウオーク。手賀沼から柏の公園を巡り、早めのフィニッシュ。 柏駅近くで忘年懇親会へ。（参加希望者は事前にご連絡を） 	12／15（土） 主　催 距離・認定 集　合 コ ー ス 解　散 参 加 費 見 ど こ ろ	**皇居外苑・東御苑散策ウオーキング** 水戸歩く会 10km（JVA） 東京駅丸の内中央口 9:00 （常磐線水戸駅発 6:26） 楠正成像→桜田門→二重橋→ 江戸城天守閣跡→二の丸庭園→和田倉噴水公園→平将門首塚 平将門首塚 14:00 （お弁当持参） 会員外 300 円　中学生以下無料 東京駅丸の内側の代表的東京 フィニッシュ後のオプシ ョン：美術館巡り(相田みつお･出光･三菱) 日比谷公園 ・ 東京ミッドタウン日比谷　東京ショッピング
12／15（土） 主　催 距離・認定 集　合 コ ー ス 解　散 参 加 費 見 ど こ ろ 問 い 合 せ	**霞ヶ浦クリーンウオーク** IWA 第5事業部 10km（JVA） （歩きながら 3 km、ゴミを回収する） 小美玉市生涯学習センターコスモス 9:00 （小美玉市高崎 291-3） 生涯学習センターコスモス→愛宕神社→大井戸公園→霞ヶ浦沿岸《クリーン活動》→生涯学習センターコスモス 小美玉市生涯学習センターコスモス 13:30 無料 霞ヶ浦の景色など 市川　重好　携帯 090-1255-2579 山野井ユキ子 携帯 090-1049-0092	12／16（日） 主　催 距離・認定 集　合 コ ー ス 解　散 参 加 費 見 ど こ ろ	**日比谷から豊洲へ** 古河悠歩の会 10km（JVA） 古河駅改札前 7:30 東京駅（丸の内･北口）駅前広場 9:00 東京駅→大手町→日本橋→墨田川テラス（WC）→月島→豊洲ららぽーと→豊洲駅（昼食）→築地場外市場→銀座 4 丁目→東京駅 東京駅 17:00 前後 一般 500 円･他協会員 300 円 23 区で一番新しくて、急成長している豊洲エリアを歩きます。
12／16（日） 主　催 距離・認定 集　合 コ ー ス 解　散 参 加 費 見 ど こ ろ ヘルス R 365	**忘年ウオーク** 水戸ウオーキングクラブ 10km（JVA）（ヘルス R.012） 水戸駅発 8:23　常澄駅着 8:35 下車 （行事計画の 7:20 は 誤掲載でした） 常澄駅→涸沼橋→大洗磯前神社 大洗磯前神社 12:00 予定 会員外 300 円、会員無料 解散後、会員は忘年会になります。 （なお、忘年会は会員のみとします） 	12／18（火） 主　催 距離・認定 集　合 コ ー ス 解　散 参 加 費 見 ど こ ろ	**日立池の川アリーナウオーク** 常陸太田ウオーキングクラブ （高萩ウオーキングクラブとの交流会） 10km（JVA）（ヘルス R.039）　ヘルス R 365 日立駅中央口 9:00 日立駅中央口→会瀬青少年のセンター→会瀬漁港→日立池ノ川アリーナ→ 小豆洗不動尊→~~日立駅~~（常陸多賀駅に訂正） ~~日立駅~~（常陸多賀駅に訂正） 会員外 300 円 日立駅よりの日立バイパスを眺め、会瀬漁港から新装された日立池の川さくらアリーナを訪ねる景観。

12／19 （水） 主　　催 距離・認定 集　　合 スタート コ　ー　ス 解　　散 参　加　費 見どころ 備　　考	**忘年ウオーク** 水戸歩く会 10km（JVA）（ヘルス R） 赤塚駅南口 8:50 9:00 赤塚駅周辺から 赤塚駅北口へ 赤塚駅北口　午前中に終了（お弁当無し） 会員外 300 円 赤塚駅周辺の数ある ヘルスロード。 ウオーク後の忘年会は会員のみとします。	1／6 （日） 主　　催 距離・認定 集　　合 参　加　費 見どころ	**初詣ウオーク（谷中七福神と湯島天神）** 取手市歩こう会 10km（JVA）（元気） 取手駅西口ペデストリアンデッキ 7:40 田端駅 9:09 会員以外 300 円 平成最後の初詣ウオークは、東京で一番人気の谷中七福神と湯島天神参りです。初詣参拝で無病・息災・長寿をお祈りしましょう。
1／6 （日） 主　　催 距離・認定 集　　合 スタート コ　ー　ス 解　　散 参　加　費 見どころ	**初詣7社寺巡り** 水戸歩く会 11km（JVA）（ヘルス R.001・154・176）（元気） 水戸駅北口 8:30 8:45 水戸駅北口→鹿島神社→八幡神社(昇殿参拝)→二十三夜尊→回天神社→偕楽園→常磐神社→三木神社→東照宮→水戸駅北口 水戸駅北口 14:30 予定（お弁当持参） 会員 200 円、会員外 500 円、 中学生以下無料 水戸市内新年風景と神社に清新な気持ちで本年の安泰を祈願する。	1／6 （日） 主　　催 距離・認定 集　　合 コ　ー　ス 解　　散 参　加　費 見どころ	**谷中七福神参拝** 水戸ウオーキングクラブ 10km（JVA）（元気） 水戸駅発 7:20　日暮里駅着 9:21 下車 日暮里駅→長安寺→天王寺→修性寺→青雲寺→東覚寺→田端駅→御徒町駅（昼食）→不忍池弁天堂→護国院→上野駅 上野駅 16:00 予定 一般 300 円、会員無料 七福神参拝、古き良き日本の新春を歩く。
1／10 （木） 主　　催 距離・認定 集　　合 コ　ー　ス 解　　散 参　加　費 見どころ	**高萩市内初詣ウオーク（安良川八幡宮とたつごの里）** 高萩ウオーキングクラブ 10km（JVA）（HRNo.188,278） 高萩市文化会館前 9:00 （高萩市高萩6番地　高萩駅から徒歩 10 分） 文化会館前→安良川八幡宮→松岡城跡→丹生神社→朝香神社→後谷→文化会館 文化会館前 12:30 頃（弁当:不要） 協会員・一般 300 円　中学生以下 無料 安良川八幡宮で今年も元気に歩けることを祈願し、冬のたつごの里を訪ねる。	1／12 （土） 主　　催 距離・認定 集　　合 コ　ー　ス 解　　散 参　加　費 見どころ	**橿原神宮・初詣ウオーク** ひたちなか健歩の会 10km（JVA） ひたちなか海浜鉄道・湊線 那珂湊駅 9:00 （勝田駅で湊線 8:08 発に乗車） 那珂湊駅→鉄道車両見学→百華蔵→湊七ヶ寺→名平洞→橿原神宮→那珂湊公園（湊公園ふれあい館） 湊公園 13:30 頃 協会員・一般 300 円、小中学生以下無料 甘酒のおもてなし。
1／13 （日） 主　　催 距離・認定 集　　合 コ　ー　ス	**初詣ウオーク 500 選・新道紀行 100 選** 常陸太田ウオーキングクラブ 12km（JVA）（500 選:08-06） （ヘルス RNo.216）（道紀行 108015） 山吹運動公園南駐車場 9:00 山吹運動公園南駐車場→白馬寺→西山公園義公廟）→西山の里「桃源」（西山荘）→誉田	解　　散 参　加　費 見どころ	ふれあいセンター→馬場八幡宮→太田落雁→生涯学習センター→山吹運動公園南駐車場 山吹運動公園南駐車場 会員外 300 円、小中学生無料 西山公園と馬場八幡宮で今年一年の健康を祈願します（馬場八幡宮での祈願が午後になるため、西山公園で市街地を望み祈願する。

2019年 1月以降の予定 ダイジェスト版

月日(曜)	行事名 ・ 主催団体 ・ コース概要	集合場所・受付時間	距離・認定 ﾍﾙｽﾛｰﾄﾞNo.
1/6(日)	古河七福神をめぐる　（古河悠歩）	詳細次号	
1/19(土)	(午前)救急救命講習会（午後)新年会　（第5事業部） 講習会は無料　申込 1/10 迄　山野井ユキ子(090-1049-0092) 新年会(午後)については詳細は次号	救急救命講習会： 土浦市消防本部　9:00 新年会：詳細次号	
1/20(日)	新春健康マラソン・ウオーク　（取手市・取手歩） 子供から大人まで約3，000人が参加する大会です。 当会はウオーキングを担当。 参加費:無料	取手緑地運動公園 8:00 受付	5km・10km (JVA)
1/20(日)	水戸市上市初詣　（水戸 W）	水戸駅北口 9:00 集合 詳細次号	
1/26(土)	新選組のふるさと・日野を訪ねる　（古河悠歩）	詳細次号	
1/26(土)	那珂市南郷道ウオークパートⅡ　（水戸歩） 上菅谷駅→不動院→図書館→鹿島神社→鹿島三島神社→ 南郷道→春日神社→曲がり屋	水郡線上菅谷駅 8:40 （水戸発 8:17 が便利 ） 解散 13:00 頃　弁当持参	道紀行 108034
2/2(土)	常陸大田 民話の里を訪ねて（民話口演）　（水戸歩）	詳細次号	
2/3(日)	ひたちなか海浜公園　（水戸 W）	中根駅着 8:51 下車 詳細次号	
2/15(金)	陸前浜街道 ⑧ （内郷～いわき）　（高萩 W）	詳細次号	
2/17(日)	古民家と白鳥に会える曲屋への道　（常陸太田 W クラブ）	上菅谷駅　9時集合	マスターW 賞 道紀行 108034

●行事に関する問い合せ先

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 hideo_bridge@yahoo.co.jp 石橋 秀雄	090-2433-0821 FAX なし
古河悠歩の会　佐藤 邦彦	090-8502-8951	水戸歩く会　川上 清 mitokiyoshi@nifty.com	029-251-3246
高萩ウオーキングクラブ　間下 彰 a_mashimo@zb4.so-net.ne.jp	0293-22-4809	水戸ウオーキングクラブ　菅原 利満 mito500sen@live.jp	029-257-2001
取手市歩こう会　日野 勝博 hino-k209@tbz.t-com.ne.jp	0297-77-8891	第5事業部　髙梨 武男 takeo-takanashi@kzd.biglobe.ne.jp	090-8119-6404
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　川﨑 邦雄	0297-68-7458

会議のお知らせ

第13回つくば国際 W 大会第2回実行委員会
2018年 12 月4日(火) 9時15分～
開催場所:茨城県南生涯学習センター
5 階 小講座室 2
住　所 :土浦市大和町 9-1
電　話 :029-826-1101

第3回 代表者会議
2019 年1月15 日(火) 9時～12時
開催場所:常陸太田市生涯学習センター講座室3
住　所:〒313-0061 常陸太田市中城町 3280
電　話:0294-72-8888
駐車場 : 有ります。

ー連載 地図のお話ー　No. 114

「歴史のみちを歩こう」　第13回

ー近世(江戸時代)のみち「岩城相馬街道」(その1・高萩宿～勿来へ)ー

日本ウオーキング協会専門講師　堀野 正勝

岩城相馬街道は、水戸と仙台を結ぶ街道です。江戸と仙台を結ぶ街道は、総称して古くから「浜街道」と呼ばれていました。「陸前濱街道」というのは明治 5 年からの呼称です。

岩城相馬街道は、水戸から仙台までの約 61 里(約 240km)で、枝川(現ひたちなか)、助川(現日立)、安良川(現高萩)、足洗・神岡(現北茨城)、関田(現いわき)など 40 を数える宿がありました。岩沼で奥州街道に連結しました。

◎「浜街道」名称の推移

江戸時代　「水戸街道(道中)又は江戸街道(道中)」、「岩城相馬街道(道中)」

明治 5 年(1872 年)　「陸前濱街道」

明治 18 年(1885 年)　「国道 14・15 号」別称「宮城県街道」

大正 9 年(1920 年)　「国道 6 号」

今回からは、水戸街道の続きである「岩城相馬街道」の茨城県(常陸の國)内の主要部分について紐解いてみたいと思います。その1は、高萩市～北茨城市について、歩いてみました。

高萩市南縁を流れる花貫川南側に位置する「石滝」(高萩工業高校付近)に始まり、安良川、本町、行人塚、高戸、赤浜に至る旧街道を高萩市史・北茨城市史や古地図、旧版地形図、あるいは地元古老からの聞き取りなどによって、現在の地形図上に整理してみました。

旧道の面影はほとんどなくなっていますが、その歴史を探り、注意深く観察すると旧街道の息吹が感じられるところが各所にあります。是非訪ねてみては如何でしょうか。

(愛宕宿～安良川宿～赤浜へ)

高萩へ入る南の台地と赤浜へ出る北の大地にはいくつかのルートがあるようです。南の入り口は、日立市十王町伊師の愛宕神社裏の「馬頭観世音塔(寛政 12 年・1800 年)」から辿れます。旧街道と交わる常磐線の「旧陸前濱街道踏切」及びいぶき台団地西側に「小祠」が確認できます。

花貫川を越し、安良川(高萩)へ入ると、クランク(枡形)状になり、旧国道の名残を示す「茨城県」と刻まれた道路界がありました。また、左折すると江戸時代の町割りを残す(間口の狭い奥行きの深い)民家が数軒あります。

JR 高萩駅は、明治 31 年(1897 年)に開設され、駅前通りができました。高萩は明治期から常磐炭鉱の南部産炭地として栄え、多賀郡の諸官庁が置かれ政治経済の中心地でした。明治 42 年の旧版地形図には、手綱炭鉱軽便鉄道や高萩炭鉱へ繋がる馬車鉄道が描かれています。本町4丁目のはずれには、石炭運搬業の馬車組合が立てた「馬頭観世音」があります。

旧街道は、赤浜の願成寺脇をぬけ、赤浜宿から松林(砂丘)脇の道を北進します。赤浜は、長久保赤水の生誕の地であり、松林の中には、赤水の墓もあります。赤水は、江戸時代の近代地理学者で、日本で初めて経緯線を描いた「日本輿地路程全図(赤水図)」を作成しました。

(足洗宿～神岡宿～勿来へ)

北茨城市中郷の足洗宿のはずれには馬頭観世音が、また下桜井にも馬頭観世音菩薩と 8 つの馬力神などが残ります。下桜井周辺には「末の松並」と呼ばれる松並木が昭和初期まで美しい姿を留めていました。

神岡宿手前には、この地域の旧街道にその姿を唯一留める一里塚(上り車線側の 1 基)があります。

北茨城市関本の八坂神社には、いよいよ山越えし、酒井ないし大槻を経て窪田宿(いわき市)への道標(平潟街道の分岐を示す)や道祖神などが見られます。

愛宕神社裏の地蔵尊(日立市十王町伊師)

長久保赤水生誕地の碑
（高萩市赤浜）

街道(現国道6号)脇に残る「神岡の一里塚」
（北茨城市神岡）

****************************表　　　　　彰 ********************************

（１）新日本歩く道紀行 100 茨城県認定コース
完歩おめでとうございます(敬称略)

達成回数	No.	氏　　名	所属団体	認定日
90 回	1	鴨志田敏朗	水戸 WC	11/6
30 回	20	久保　和一	一 般	11/6

（２）ヘルスロード３６５
完歩おめでとうございます(敬称略)

達成回数	No.	氏　　名	所属団体	認定日
200 回	17	稲生　則子	一 般	11/6

〜〜〜

活　動　報　告〔11 月〕

〜〜〜

11/4(日)第41回日本スリーデーマーチ恒例ブラスバンド素敵でした。皆さまも、一度は、必見かも？
11/1〜11/4 スタッフ協力の皆さま大変お疲れ様でした。

11/10(日)第１回洞峰公園走ろう歩こう会ｳｫｰｷﾝｸﾞ教室開催、スタッフ11名と黄色ウィッグのじん整骨院院長記念撮影、みなさま１番(世界的見地？）ﾊｲ､ポーズ。

11/11（日）H 30 年度涸沼あるこう会（涸沼ラムサール条約推進委員会主催）晴天に恵まれ、80 名余りの参加者の皆さんが 1 日を楽しまれました。

11/14（水）NPO 法人茨城県ウオーキング協会主催
指導者会ブロック別スキルアップ研修会いよいよ始まる.
A ブロック参加者の皆さんと岡田直久講師

【 編集後記 】

あっと言う間の 1 年でした。ｳｫｰｶｰの皆さまの厳しいご指導と暖かいご支援のおかげで、今年も無事年越しとなります。毎月、〆切りが近づくと、｢1 面記事は？投稿記事は？｣などと、生みの苦しみにさいなまれます。でも、校了したときは、開放感を味わえます。もの作りとは、楽しくもあり、苦しくもあり、綱渡りみたいなところがあります。1年間ご購読いただきました、皆さま方に厚く御礼申しあげます。誠にありがとうございました。また来年も、ご指導、ご鞭撻、よろしく御願い申しあげます。　（ 編集員一同 ）

◆｢投稿｣のお願い　400〜600 字程度　送付先 ： 富田　里美　FAX ： 0294-76-9520　E メール： tomitadiy3103@khc.biglobe.ne.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｣なども同封します。郵便振替口座記号番号 00110ー8ー374140　加入者名：茨城県ウオーキング協会