



IWA ニュース

2019年 2月号

NPO 法人茨城県ウォーキング協会

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 岡野行ナント
 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/>

2019年 春期大会のご案内

水戸の春は梅の花から

第18回水戸ヘルスロード観梅ウォーキング大会ご案内

梅の香りに誘われて一緒にウォーキングを楽しみませんか

水戸の日本遺産や歴史風物も参観出来ます

3/9

(土)

は水戸の梅まつり第123回行事に協賛し、日本遺産や水戸の歴史も楽しく歩いて、健康維持や体力づくりに役立て頂くウォーキングをめざします。(事前申込歓迎します!)(当日参加も歓迎)

コース認定

(1) 500選-水戸 08-01 (3) IWA マスターウォーカー (全コース)

(4) JVA (参加コース別) (5) いばさヘルスロード-F 365 (参加コース別)

参加お申込み 2月20日までに往復がき、FAX、メールでお申込み下さい

申込先

水戸ウォーキングクラブ

〒311-4145

水戸市双葉台 1-28-6

FAX: 029-257-2001

Mito500sen@live.jp

参加費: 無料

お薦めポイント

歩行形態: 団体歩行

仲間とのんびり、ゆっくり

景色を愛でながら

参加者募集中! どなたでもご自由に参加できます

第8回水戸観梅ウォーク

春は水戸の水戸 ふくらむ春 日本遺産認定の水戸学の道をみんなで歩こう!

「紅白の梅が咲きどろい! 借楽園が最も美しい! 時期です!」

(平成31年)2019

3/16 (土)

会場/スタート・フィニッシュ

JR水戸駅南口さくら東公園



申込先: 受付 8 時より

出発時間 25 km 15 km 9 時

8km9時 15 分ゴール 15:30

事前申込 3/8 〆 切り

郵便振込 ¥500

00170-0-385972 水戸歩く会

当日 ¥700

お薦めポイント歩行形態

仲間とゆっくりもマイペース快

歩で健脚も満足

ラムザール条約に登録された渡良瀬遊水地や古河の城下町を歩こう

第20回古河まらかの里・花桃ウォーク

2019 **3/23(土)・24(日)**

スタート: ゴール/古河福祉の森会館 (芝生広場)

★I.V.V認定大会 ★関東甲信越マラソンリーグ公式大会 ★オールジャパンウォーキングカップ認定大会
 ★美しい日本歩きたくなるみち500選認定コース ★いばさヘルスロード365公開大会

参加費 事前申込 市民 ※ 700円 市外在住 1,500円
 [平成31年3月10日(日)まで]
 当日申込 市民 1,000円 市外在住 2,000円

申込先

古河まらかの里花桃ウォーク

実行委員会事務局

〒306-0204

古河市下大野 2528

電話 0280-92-0555

Fax 0280-92-8383

[http://www.city.ibaraki-](http://www.city.ibaraki-koga.lg.jp)

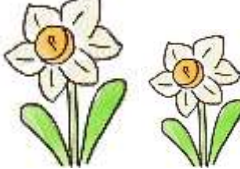

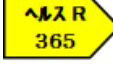
[koga.lg.jp](http://www.city.ibaraki-koga.lg.jp)



hanamomo-

uooku@city.ibaraki-koga.lg.jp

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			
2/2 (土) 主催 距離・認定 集合 解散 参加費 見どころ	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;"> 仙台堀川公園と砂町銀座ウオーク </div> 取手市歩こう会 11km (JVA) 取手駅西口ペDESTリアンデッキ 8:00 新小岩駅 9:41 15:30 頃 会員外 300 円 荒川・旧中川に囲まれた緑豊かな小松川運動公園と仙台堀川公園、下町の砂町銀座を散策します。 <div style="text-align: center;">  </div>	2/2 (土) 主催 距離・認定 集合 スタート コース 解散 参加費 見どころ	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;"> 民話の里を訪ねて 民話を聴く </div> 水戸歩く会 10km (JVA) (ヘルス R.170・216・219・222) (道紀行 108015) 常陸太田駅 8:50 (水戸発 8:17) 9:20 梅照院→稲木→天神林→十王坂→太田城跡→パルティールホール(昼食)→市立図書館(民話を聴く 13:30~14:30 語りべ: 銀河ステーション文庫 石川ひろ子代表) 市立図書館 14:40 予定 会員外 300 円、中学生以下無料 常陸太田のそのむかし民話の里に思いをはせる
2/3 (日) 主催 距離・認定 集合 コース <div style="text-align: center; margin-bottom: 5px;">  </div> 解散 参加費 見どころ	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;"> 元気ウオーク </div> 牛久ウオーキングクラブ 6.8km (ヘルス R.160) (元気) 女化運動広場 8:30~8:50 女化運動広場→長浦自動車→遠山保全林(歩行者専用道)→成井一里塚→谷津田→女化運動広場 女化運動広場 11:30 頃 無料 遠山保全林は歩行者専用でゆっくり森林浴ができます。谷津田は象徴的な里山風景、数々の植物や生き物と出会えます。	2/3 (日) 主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 見どころ	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;"> 耐寒ウオーク in 春友彫刻の森 </div> 常陸太田ウオーキングクラブ 13km (JVA) (元気) 春友彫刻の森運動公園 9:00 春友彫刻の森運動公園→さとの径→徳川家墓所→旌桜寺→薩都神社・里野宮集会所→天志良波神社→白羽スポーツ広場→春友彫刻の森運動公園 春友彫刻の森運動公園 14:30 会員外 300 円、小中学生無料 荘厳な薩都神社に参拝し、立春を待つ。
2/3 (日) 主催 距離・認定 集合 スタート コース <div style="text-align: center; margin-bottom: 5px;">  </div> 解散 参加費 見どころ	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;"> 元気ウオーク三和地区⑤ </div> 古河悠歩の会 11km (JVA) (ヘルス R.104・105・112) (元気) ふるさとの森 8:30 9:00 ふるさとの森→万福寺→八千代町民公園→八千代グリーンビレッジ→ファミリースポーツ公園→ふるさとの森 ふるさとの森 12:30 前後 市民 200 円、市外・他協会員 300 円 八千代グリーンビレッジでは、落ち葉を踏みながら自然林の中を歩きます。 ゴール後、新春懇談会会場へ。	2/3 (日) 主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 見どころ	<div style="border: 1px solid black; padding: 5px; text-align: center; margin-bottom: 10px;"> 石岡の街並みと歴史ウオーク </div> ひたちなか健歩の会 10km (JVA) (元気) 石岡駅構内広場 9:30 石岡駅→常陸国分寺跡→イベント広場→府中城跡市民会館→常陸総社宮→まち蔵→国府公園→常陸大掾氏墓所→まち蔵→石岡駅 石岡駅 14:30 頃 協会員・一般 300 円、小中学生以下無料 まち蔵と歴史ある石岡の街並み。

<p>2/3 (日)</p> <p>主 催 水戸ウオーキングクラブ 距離・認定 10km (JVA) (元気) 集 合 ひたちなか海浜鉄道湊線 中根駅 (勝田駅発 8:42 中根駅着 8:51) コ ー ス 中根駅→虎塚古墳→ひたち海浜公園→ バス利用で勝田駅 解 散 勝田駅 15:00 予定 参 加 費 一般 300 円、会員無料 見どころ 春を待つひたちなか市を歩く</p>	<p>ひたち海浜公園ウオーク</p> 	<p>2/15 (金)</p> <p>主 催 高萩ウオーキングクラブ 距離・認定 10km (JVA) 集 合 内郷駅 9:50 コ ー ス 内郷駅→馬場児童公園→小島第一公園→ 平競輪場→いわき陸上競技場→龍門寺→ 小太郎町公園→いわき駅 解 散 いわき駅 14:30 頃 参 加 費 会員外 300 円、中学生以下 無料 見どころ 「陸前浜街道ウオーク」シリーズの最終回。 いわき陸上競技場を訪ねる。 次回からは「陸前浜街道ウオークⅡ」として 高萩から水戸に向かい歩きます。</p>	<p>陸前浜街道ウオーク⑧(内郷～いわき)</p>
<p>2/17 (日)</p> <p>主 催 古河悠歩の会 距離・認定 10km (JVA) 集 合 古河駅改札前 7:50 赤羽駅 9:00 コ ー ス 赤羽駅→味の素トレーニングセンター→国 道 17 号→一里塚→ヨークマート小豆沢店 (WC)→浮間公園(昼食)→赤羽駅 解 散 赤羽駅 15:00 前後 参 加 費 一般 500 円、他協会員 300 円 見どころ 「味の素トレーニングセンター」を眺め、浮間 公園を目指します。昼食会場は、大きな池と 風車のある浮間公園。</p>	<p>赤羽・浮間公園</p>	<p>2/17 (日)</p> <p>主 催 常陸太田ウオーキングクラブ 距離・認定 10km (JVA) (県 MW) (道紀行 108034) 集 合 上菅谷駅 9:00 コ ー ス 上菅谷駅→宮の池公園→那珂市立図書館 →鹿島神社→正覚寺→不動院→曲がり屋 (一関ため池公園)→上菅谷駅 解 散 上菅谷駅 13:30 予定 参 加 費 会員外 300 円、小中学生無料 見どころ 一関ため池公園での白鳥との出会い</p>	<p>古民家と白鳥に会える曲がり屋への道</p>
<p>2/23 (土)</p> <p>主 催 水戸歩く会 距離・認定 10km (JVA) 集 合 十王駅 9:15 スタート 9:30 コ ー ス 十王駅→五重の塔→鱸(とも)神社→養蚕神 社→小貝が浜(茨城百景)→鶴の岬→ 十王駅 参 加 費 会員外 300 円、中学生以下無料 見どころ 山側・海側を辿り太平洋を眺む。</p>	<p>日立十王 温泉への道</p> 	<p>2/24 (日)</p> <p>主 催 高萩ウオーキングクラブ 距離・認定 12km (JVA) (ヘルスロード No.18・119-4) 集 合 東海駅東口 9:10 コ ー ス 東海駅東口→白方小あと地公園→原子力 科学館前→村松大神宮→村松虚空蔵尊→ 阿漕ヶ浦運動公園→東海病院前→東海駅 東口 解 散 東海駅東口 14:30 頃 参 加 費 会員外 300 円、中学生以下 無料 見どころ 日本三大虚空蔵堂の一つとされる村松虚空 蔵尊と村松大神宮の神池とされる阿漕ヶ浦 を訪ねる。</p> 	<p>村松虚空蔵尊と阿漕ヶ浦を訪ねる</p>

<p>2/24 (日)</p> <p>主催 IWA第五事業部 距離・認定 10km (JVA) (ヘルス R.94・138) 集合 結城市民文化センター(アクロス) 9:00 (結城市中央町2丁目2) スタート 9:30 コース アクロス→華蔵寺→乗国寺→結城市伝統工芸館→城址歴史公園(昼食休憩)→玉日姫の墓→結城市役所→弘経寺→孝顕寺→結城駅</p> <p></p> <p>解散 結城駅 14:00 前後 参加費 会員外 300 円 見どころ ・歴史ある白壁と酒蔵の街並み。 ・結城市伝統工芸館で、繭から結城紬ができるまでの工程がみられる。</p>	<p>紬と白壁と史跡散策ウオーク</p> <p>3/2 (土)</p> <p>主催 取手市歩こう会 距離・認定 10km (JVA) 集合 取手駅西口ペDESTリアンデッキ 7:40 解散 15:30 頃 参加費 会員外 300 円 見どころ 城下町岩槻の観光名所と名物の岩槻人形にまつわるスポット等を散策</p> <p>3/3 (日)</p> <p>主催 古河悠歩の会 距離・認定 10km (JVA) (ヘルス R.265) (元気) 集合 公方公園(旧総合公園) 8:30 コース 公方公園→松月院御所塚→雀神社(WC)→はなももプラザ→天狗党忠魂碑→頼政神社→古河庁舎→公方公園 解散 公方公園 12:00 前後 参加費 市民 200 円、市外・他協会員 300 円</p> <p></p>	<p>人形の街岩槻散策ウオーク</p> <p>元気ウオーク古河地区⑤</p> <p>大甕駅→古房地公園→釜坂八幡宮→千福寺→日立市南部図書館(旧日立電鉄久慈浜駅)→道の駅(日立お魚センター)→大甕駅 参加費 会員外 300 円、小中学生無料 解散 大甕駅 14時頃 見どころ 道の駅でのランチとショッピング</p>
<p>3/8 (金)</p> <p>主催 常陸太田ウオーキングクラブ 距離・認定 10km (JVA) (元気) 集合 大甕駅 9:00</p>	<p>日立 BRT 南部ウオーク道の駅シリーズ②</p>	

2019年 3 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 ヘルスロードNo.
3/3 (日)	元気ウオーク (牛久 W)	詳細次号	
3/9 (土)	第 18 回水戸ヘルスロード観梅ウオーク大会 (水戸 W)	三の丸庁舎広場 8:30 解散 8km:借楽園 12:00 15km:三の丸庁舎 15:00	15、8km(JVA) ヘルス R・500 選 県 MW
3/10 (日)	笠間の街並みと芸術の森ウオーク (ひ健歩の会) 笠間駅→陶の小径→笠間芸術の森公園→佐白山の豆腐屋→佐白山ろく公園→大石邸跡→笠間稲荷神社→笠間駅	笠間駅 9:30 解散 14:00 頃	10km(JVA) 500 選 08-03 ヘルス R 251
3/16 (土)	第 8 回 水戸観梅ウオーク (水戸歩)	水戸駅南口桜東公園 受付 8:00~	25、15km 自由、 8km 団体
3/17 (日)	新宿新都心と神宮外苑のみち (第五事業部) 四谷駅→四谷見附公園→歩け歩けの碑→銀杏並木→鳩森八幡神社→明治神宮・宝物殿(昼食休憩)→西参道口→新宿中央公園→東京都庁→新宿駅	四谷駅赤坂口 9:00 解散 新宿駅 15:00	12km(JVA) 500 選 13-02

3/23・24 (土・日)	第20回古河まぐらがの里・花桃ウオーク (JWA・IWA・他) 23日 渡良瀬遊水地の自然を訪ねて(30・20・15・7)km 24日 まぐらがの里古河の歴史を訪ねて(20・15・7)km	福祉の森会館(芝生広場) 受付 7:30 解散 16:30	JVA・500選 ヘルスR・KKML 県MW・AJWC
3/24 (日)	弘法大師・いばらき 100景 (牛久W)	詳細次号	
3/25 (月)	陸前浜街道ウオークⅡ-①(高萩～十王) (高萩W)	詳細次号	10km(JVA)
3/27 (水)	城里ゆかりの先人を訪ねて (水戸歩) ホロルの湯→藤井ダム→サテライト入り口→小松寺→ ふれあいの里→ホロルの湯	ホロルの湯 9:00 解散 12:30頃	10km(JVA)

●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 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	高梨 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	川崎 邦雄		0297-68-7458

☆☆☆☆☆☆ 活動報告2019年 1月 ☆☆☆☆☆☆

1月12日(土)第4回代表指導者会が開催、
2019年度事業計画が策定されました。
写真右(於:ひたちなか市市民交流センター)



1月13日(日)初詣ウオーク 500選・
新道紀行 100選ウオークが開催され、
青空の中、43名の皆さんが楽しまれました。
写真下・右(常陸太田Wクラブ)



出発式



水戸八景太田の落雁

一連載 地図のお話— No. 116



「歴史のみちを歩こう」 第15回

—近世(江戸時代)のみち「岩城相馬街道」(その3・佐和宿～森山宿へ)—

日本ウオーキング協会専門講師 堀野 正勝

岩城相馬街道の第3回目は、水戸から仙台を結ぶ街道のうち大橋(大和田)宿、石名坂宿、森山宿を中心とする日立市南縁の宿場町を紹介しましょう。

(沢(佐和)宿～石神外宿～大橋宿へ)

沢(佐和)宿から石神外宿を経由して久慈川榊橋たもとにある石神社までは、近世の浜街道と現国道6号が重なるため、旧街道は現代の国道風景にすっかり染まっています。何の情緒も感じられない道となっています。

(大橋(大和田)宿)

久慈川を渡ると日立製作所の町・日立市です。

日立南太田インターチェンジの先で国道6号から左の旧街道を進み、田中内集落の中を進み国道293号を横切

ったあたりの前方には阿武隈山地の南端が立ちのぼるように迫ってきます。

茂宮川に架かる大橋の手前に大内家の大きな長屋門がありました。門と言うよりは一軒の家の一部をぶち抜いて通用門を設けたといった方がふさわしいかもしれません。隣に鬱蒼と茂る榎の大木があり、その懐には一基の石碑が建っていました。

大橋で、茂宮川を渡り、曲尺手状の道を進むと大橋(大和田)宿です。日立大和田郵便局辺りから宿場の面影が色濃くなって、米屋、塩屋、笹屋などの立て看板や立派な長屋門を構えた家屋が有りました。白壁ではなく板壁の蔵が多く、塙姓の家が多く見られました。

「右の図に繋がっています」



国道6号をくぐり、二又路を左に旧道は続きます。ここからが昔の岩城相馬街道最大の難所と言われた石名坂です。かなり急な坂を登りきると「石名坂宿」のバス停がありました。大橋宿と大森宿の間の難所に作られた休憩場所、間の宿であったのでしょうか。

丁字路の左角には、昭和15年建立の西行の歌碑が建っていました。

「世の人のねざめせよとて千鳥なく
名坂の里のちかきはまべに」



また、少し行った右手のバス停空き地には「石名坂の榎」と名付けられた若木が大切に植えられていました。72年に一度行われる神事(金砂神社磯出大祭礼)に供される「神聖な木」(神輿の台座用)だそうで、今回は、平成15(2003)年3月に17回目の大祭礼が行われました。1,200年余の古よりの実績を物語っています。

石名坂の交差点で国道に合流した後すぐに「旧研入口」信号で右の旧道に入ります。

(森山宿)

国道と旧道に挟まれた三日月状の一角に「大甕神社」(最近大ヒット映画の「君の名は」にも登場)があります。神代の時代に、この地に陣取っていた悪神退治にまつ

わる伝説を持つ古社です。街道は、大甕神社の先で国道6号に戻り、森山町に入っていきます。

途中、日輪寺に寄ってみました。真言宗の古刹で江戸時代は隆盛を誇っていましたが、江戸末期の天狗党事件で一切を焼失し、現在の本堂は明治中期の再建によるものでした。

森山宿は古くから岩城相馬街道の宿駅が置かれていますが、森山三丁目に立派な門構えの旧家を見かけたほか国道沿いの家並みに宿場の面影はほとんど見られません。ただ、国道東側にわずかに旧道が残っており、森山町二丁目交差点の東北角に小さな塚が見つられ、真新しい「一里塚跡」石碑が見られました。

♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪ 表 彰 ♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪

(1) 新日本歩く道紀行 100 茨城県認定コース (2) ヘルスロード365

完歩おめでとうございます(敬称略)

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	3	木村 澄江	ひ健歩	1/10

達成回数	No.	氏 名	所属団体	認定日
250 回	18	間下 彰	高萩 WC	12/26

☆ 第21回スキルアップ研修会「普通救急救命講習会」開催される。



IWA 指導者会副会長
 山野井ユキ子氏の手配により、
 21名の指導員が救急救命講習会を熱
 心に受講しました。
 家族の明日を守るのはあなたです。

2019年1月19日(土)
 土浦市消防本部新庁舎に於て



心肺蘇生法について研修を受ける皆さん



懇親会で大満足の皆さん、今年もたくさん歩くぞ!!

- ◆「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：npoiwatomita@outlook.jp
- ◆本誌の年間購読料について 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 00110-8-374140 加入者名:茨城県ウオーキング協会