



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 10690-22591281  
 毎月1日発行 編集責任者 富田 里美  
 HP <http://www.ibaraki-walking.jp/>

# これからのウォーキングいろいろ...

## 9月5日(木)SAMURAI BLUE ウォーク in カシマ

日本代表戦の会場まで選手たちと同じユニフォームを着て歩く健康を意識した日本代表サッカー応援イベント。地元にはゆかりのあるゲストとともに記念撮影をした後は、元気よくスタジアムの「ゴール」に向けて歩きましょう。ゴール地点ではゲストによるトークショーも楽しめます。

- ▽日時 2019年 9月 5日 14時:スタート 鹿嶋市内 17時:ゴールトークショー
- ▽会場・コース:鹿嶋市内→茨城県立カシマサッカースタジアム(5km、7km)
- ▽参加料 5,400円(税込) 募集人員 300人
- ▽主催 朝日新聞社
- ▽後援 日本サッカー協会、鹿嶋市
- ▽協賛 サポートینگカンパニー各社
- ▽協力 NPO 法人茨城県ウォーキング協会

## 10月6日(日)第7回とりで利根川市民ウォーク

今回で7回目を迎えた、お祭りとうォーキングを組み合わせた珍しい大会をご紹介します。ウォーク終了後は、お祭り見学と大抽選会をお楽しみください。

- ▽日時 2019年 10月 6日(日)8:15 受付 9時スタート
- ▽会場:取手緑地運動公園(利根川河川敷) 5km 団体歩行、10km、20km 自由歩行
- ▽参加料 事前申込 取手市民 300円・一般 400円  
当日申込 取手市民 400円・一般 500円
- ▽主催 取手市歩こう会
- ▽共催 第22回とりで利根川河川まつり実行委員会
- ▽後援 取手市・取手市教育委員会・取手市体育協会、NPO 法人茨城県ウォーキング協会
- ▽問合せ先 取手市歩こう会 TEL/FAX 0297-77-8891 日野 勝博 まで

## 11月からの予定いろいろ

- 11月2~4日(土~月祝)第42回日本スリーデーマーチ
- 11月9日(土)第38回IBARAKI ウォークフェスティバル in つくば
- 11月9日(土)第2回洞峰公園歩こう・走ろう会
- 11月17日(予定)第14回水戸黄門様漫遊ウォーク

## 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)茨城県マスターウォーカー賞 (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)いばらき元気ウォークの日 (KKML)関東甲信越マージングリーグ(道紀行)新日本歩道紀行 100選			
8/4 (日) 主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス 解 散 参 加 費 そ の 他	<b>元気ウォーク(総和地区①)</b> 古河悠歩の会 11km (JVA)(ヘルスR 109・264)(元気) 中央運動公園 7:30 中央運動公園→ネーブルパーク→民家園 →中央運動公園→中央公民館→正定寺→ 蕃山堤→中央運動公園 中央運動公園 12:00 前後 市内 200 円 市外 300 円 中央運動公園を中心に、∞の形のコース。 休憩を多めにとり、熱中症予防。 	8/4 (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	<b>さぎそう鑑賞会</b> 水戸歩く会 10km (JVA)(元気) 赤塚駅北口 8:00 8:20 赤塚駅と成就院池を往復する。 赤塚駅 12:00 予定(お弁当無し) 会員外 300 円、中学生以下無料 サギソウの自生地 満開に出会うといいネ。 10時より第20回サギ草鑑賞会記念式、その後大塚水辺の歌声喫茶があります。
8/17 (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	<b>河和田八景ウォーク</b> 水戸ウォーキングクラブ 10km (JVA)(ヘルスR 174・196・246) 赤塚駅南口 8:00 8:30 赤塚駅南口→ツインフィールド→赤塚駅 赤塚駅 14:30 会員外 300 円 旧河和田城跡や往時の風情を歩く 	8/17・18 (土・日) 主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス 解 散 参 加 費 そ の 他	<b>第25回東京～取手ナイトウォーク</b> 取手市歩こう会 Aコース46km / Bコース30km Cコース16km (JVA) A・Bコース 東京駅 17:30 Cコース 柴又駅 22:03 東京駅→日本橋→両国→東京スカイツリー →柴又→松戸→新松戸→南柏→手賀沼→ 天王台→大利根橋→取手 取手 18日 午前9時ごろ 会員外 1,500 円(ゴール後の懇親会含む) 参加条件、20km以上歩ける方、事前申込のみ。(参加費を添えて)会員含 40名限定。
8/18 (日) 主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス 解 散 参 加 費 そ の 他	<b>太平洋はだしウォーク</b> 高萩ウォーキングクラブ A=7km B=11km (JVA)(ヘルスR 172・239・258) 高萩市総合福祉センター 8:00 (高萩市春日町 3-10 高萩駅から約 500m) 福祉センター→高浜海岸→有明海岸→ 高戸前浜→[A=緑の道→福祉センター] [B=高戸小浜→万葉の道→荒崎橋→福 祉センター] A=11:00 頃 B=12:30 頃 協会員・一般 300 円 中学生以下 無料 高萩の白砂の海岸をはだして歩く。ポリ靴 入)、タオル、サンダルなどがあると良いですよ。 	8/24 (土) 主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス 解 散 参 加 費 見 どころ	<b>海浜公園コキア Lightupウォーク</b> ひたちなか健歩の会 10km (JVA) ひたちなか海浜鉄道 磯崎駅前 15:50 磯崎駅→酒列磯前神社→阿字ヶ浦海岸→ 海浜公園南口→みはらしの丘→海浜公園 西口バス停(解散)……(JR勝田駅) 海浜公園西口バス停 20:00 頃予定 会員外 300 円、中学生以下無料 みはらしの丘を染め上げる光が映し出す コキアは一年に10日間だけの絶景です。

<p>9/1 (日)</p> <p>主 催 古河悠歩の会 距離・認定 10km (JVA) (ヘルス R 111・113) (元気) 集 合 清水丘親水公園 7:30 スタート 8:00 コ ー ス 清水丘親水公園→東山田揚水機場→香取神社→八幡神社→逆井城址公園→清水丘親水公園 解 散 清水丘親水公園 11:30 前後 参加費 市内 200 円 市外 300 円 見どころ 古河市と坂東市を歩く。広大な、黄金色の田園風景。</p>	<p><b>元気ウオーク(三和地区②)</b></p> 	<p>9/1 (日)</p> <p>主 催 水戸歩く会 距離・認定 10km (JVA) 集 合 水戸駅北口 8:30 スタート 8:50 コ ー ス 水戸駅→南町→借楽園→千波湖→水戸駅 解 散 水戸駅 12:00 頃 (お弁当無し) 参加費 会員外 300 円 中学生以下 無料 見どころ 6銘木を一筆書きに巡る。 (今年はスズムシがありません)</p>	<p><b>借楽園一筆歩き</b></p>
<p>9/5 (木)</p> <p>主 催 常陸太田ウオーキングクラブ 距離・認定 11km(JVA) ヘルスR:25 集 合 かわプラザ 9:00 駐車場 指定場所限定 スタート 出発式終了後 9:20 予定 コ ー ス 大賀郵便局→辰口橋→辰口親水公園ヘルス No.25→西ノ内和紙(見学)→かわプラザ 解 散 13:30 予定 参加費 会員:無料 会員外:300 円 見どころ 川プラザから辰ノ口橋にかけての黄金色の風景。茨城県伝統工芸士による手すき和紙(西ノ内和紙)工場見学。かわプラザでのショッピング。</p> 	<p><b>道の駅シリーズ 川プラザ</b></p>	<p>9/7 (土)</p> <p>主 催 取手市歩こう会 距離・認定 10km (JVA) 集 合 取手駅西口ペドストリアンデッキ 7時 50 分 /北総線白井駅 9時 34 分 コ ー ス 白井駅→船橋県民の森→アンデルセン公園→新京成三咲駅 解 散 15時 30 分ごろ 参加費 会員無料・会員以外 300 円 見どころ 童話作家「ハンス、クリステチャン、アンデルセン」のテーマパーク、東京ドーム 8 個の広大な緑豊かな憩いの場で大人気。 そ の 他 入園料 一般 900 円・65 歳以上無料(証明書提示)</p>	<p><b>アンデルセン公園(船橋)ウオーク</b></p>
<p>9/8 (日)</p> <p>主 催 水戸ウオーキングクラブ 距離・認定 10 km(JVA) (100 選) (ヘルス R ) 集 合 水戸駅南口 9:00 スタート 9:30 予定 コ ー ス 水戸駅南口→借楽園→水戸駅 解 散 水戸駅 15:00 予定 参加費 会員外 300 円 見どころ 可憐な萩に秋風を感じる 10 日前までにお申込下さい。</p> 	<p><b>水戸の萩まつり</b></p>	<p>9/20 (金)</p> <p>主 催 常陸太田ウオーキングクラブ 距離・認定 10km(JVA) ヘルスR:170、216、219 集 合 山吹運動公園南駐車場 9:00 スタート 出発式終了後 9:20 予定 コ ー ス 山吹運動公園南駐車場→梅津会館→パーティホール→太田落雁→増井橋→新宿橋→落葉橋→西山の里「桃源」→山寺晩鐘→山吹運動公園南駐車場 解 散 山吹運動公園南駐車場 14:00 予定 参加費 会員:無料 会員外:300 円 見どころ 源氏川の 300m 区間、真っ赤に咲き誇る彼岸花を眺めてウオークを楽しみます。</p>	<p><b>源氏川彼岸花ウオーク</b></p>

2019年9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.
9/14 (土)	益子の歴史と益子焼の里ウォーク (取手歩)	取手駅西口 ペDESTリアンデッキ 7:30	10km (JVA)
9/17 (火)	工場見学ウォーク(日産自動車いわき工場) (高萩 W)	詳細次号	10km (JVA)
9/25 (水)	みなと鉄道応援ウォーク (水戸歩)	詳細次号	
9/29 (日)	川幅日本一・荒川のコスモス (古河悠歩)	詳細次号	

●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
牛久ウォーキングクラブ	飯塚 幸雄	<a href="mailto:yuki-0516@ozzio.jp">yuki-0516@ozzio.jp</a>	029-872-1232	常陸太田ウォーキングクラブ	石橋 秀雄	<a href="mailto:hideo_bridge@yahoo.co.jp">hideo_bridge@yahoo.co.jp</a>	090-2433-0821 FAX なし
古河悠歩の会	佐藤 邦彦		090-8502-8951	水戸歩く会	渡邊 昭知	<a href="mailto:nbm1221@gmail.com">nbm1221@gmail.com</a>	029-251-3246
高萩ウォーキングクラブ	間下 彰	<a href="mailto:a_mashimo@zb4.so-net.ne.jp">a_mashimo@zb4.so-net.ne.jp</a>	0293-22-4809	水戸ウォーキングクラブ	菅原 利満	<a href="mailto:mito500sen@live.jp">mito500sen@live.jp</a>	029-257-2001
取手市歩こう会	日野 勝博	<a href="mailto:hino-k209@tbz.t-com.ne.jp">hino-k209@tbz.t-com.ne.jp</a>	0297-77-8891	第5事業部	戸田 秀夫	<a href="mailto:pahas314@ybb.ne.jp">pahas314@ybb.ne.jp</a>	090-9831-3703 連絡先変更
ひたちなか健歩の会	小泉 文男	<a href="mailto:fumio.koi@wit.ocn.ne.jp">fumio.koi@wit.ocn.ne.jp</a>	029-274-8322	(賛助会員) 利根町歩く会	川崎 邦雄		0297-68-7458

◎《一般社団法人 日本ウォーキング協会定時社員総会に参加してきました。》

開催日:平成 31 年 6 月 26 日(水)10 時~16 時:会 場:国立オリンピック記念青少年総合センター  
 参加者5名:《代議員3名 深見 博、飯塚 幸雄(牛久 W クラブ)、富田 里美(常陸太田 W クラブ)  
 オブザーバー2名 岡田 直久、小泉 文男 》

- 2018 年度事業報告・決算/2019 年度事業計画の承認
- 役員改正があり、新役員体制となりました。
- 長年親しんだ JWA のロゴマークが変更になりました。

右図参照: 目立つ赤色系

日本列島の形をjとWを組み合わせ  
 あらわしています。



一連載 地図のお話— No. 122



「歴史のみちを歩こう」 第21回

—近世(江戸時代)のみち「棚倉街道」水戸宿(上市、下市)～青柳、枝川～額田宿へ—

日本ウォーキング協会専門講師 堀野 正勝

棚倉街道は、水戸城下と棚倉城下(福島県棚倉町)を結ぶ街道で、主に棚倉藩の参勤交代に利用されてきました。街道は、古代の官道として古く(9世紀)から常陸国内での主要幹線の一つとして栄え、戦国時代には常陸の大名だった佐竹氏が南奥羽進出の軍事道としても利用しました。

江戸時代に入ると街道は、奥州街道と棚倉城下、太田、水戸城下を結び、一部奥州の大名の参勤交代に利用されるなど水戸藩の主要街道として整備されました。

街道の起点である棚倉城下は、寛永二年(1625)に丹羽長重が棚倉城を築城して以来、城下町として発展しました(当初は100万石余の大大名)。棚倉城下は、城主が関ヶ原で西軍に与力したこともあり4万石の小大名に格下げされたことや、幕末の戊辰戦争の影響で戦火にまみれ大きな被害を受けています。

しかし、県内の棚倉街道沿いには、延喜式内社など由緒ある神社や古駅の名残がある地名、近世に整備された桜並木、一里塚、道標などが、現在でも残っていますので、数回に分けて紹介しましょう。

(水戸宿・下市～枝川～田彦～寄居～横堀～高岡～坂下～額田宿) \* 下町街道

棚倉街道は、上町街道と下町街道の2通りありました。江戸時代から青柳渡しと枝川渡しを渡る2つのルートです。下町ルートの優位性は、枝川からの海路が便利で多くの荷物が運べたからです。塙の徳川將軍家の天領や、水戸副將軍家の江戸住まいに必要な大量の食べ物や木材は那珂川より海路江戸へ入りました。下町街道は、水戸城から那珂川を枝川へ渡り、田彦で、磐城相馬街道に別れを告げ、寄居、堤、横堀、高岡、坂下を経て額田宿に至ります。この下町街道が、棚倉街道の本街道です。

水戸宿の下市から枝川渡し(枝川宿)までは、水戸街道の項(IWA ニュース 107号)及び常陸相馬街道の項(IWA ニュース 115号)を参照ください。

横堀には、発汗地蔵尊と呼ばれる約300年前に創建された地蔵尊があります。安産守護の地蔵尊で、子安地蔵、延命地蔵などとも呼ばれています。

額田宿の入口には、浄土真宗の阿弥陀寺があります。建保四年(1214)、親鸞聖人によってこの地に念仏道場が開かれました。その後、上人は約10年滞在し、布教に努めました。

寺の後背地には、那珂市指定文化財(史跡)で鎌倉時代・建長年間(1249～1256)に佐竹氏によって築城された額田城址があり、壕、土塁など戦国時代の遺構をよく残しています。

また、宿の北縁には愛宕神社が鎮座します。  
(水戸宿・上市～菅谷宿～額田宿) \* 上町街道

青柳渡しは上町街道と言い、水戸城下から西へ向かい、那珂川を青柳に渡し、五台(後台)、菅谷宿を通り、杉、高岡、坂下へと至り下道街道(枝川ルート、前述)と合流します。

青柳集落(青柳宿)の南縁の那珂川土手には立派な「青柳の渡し跡」の石碑が建っており、西側には、つい最近廃止となった「万代橋(よろづよばし)」が架かっていました。また、集落内には、鹿島・香取神社が鎮座し、水戸八景の一つ「青柳夜雨」の碑がありました。

五台を過ぎ、水郡線の太田街道踏切を渡れば菅谷宿です。菅谷宿は下宿・中宿・上宿からなり香取神社、慶乗院正覚寺、不動院大聖寺などの旧跡が宿場町の面影を残しています。

近くには、那珂市戸崎にあった曲り屋・茅葺屋根の古民家を解体保存した一の関溜池親水公園などが整備されています。親水公園は県内有数の白鳥の飛来地となっており、是非一度は訪ねてみたいところです。



額田宿に残る  
阿弥陀寺



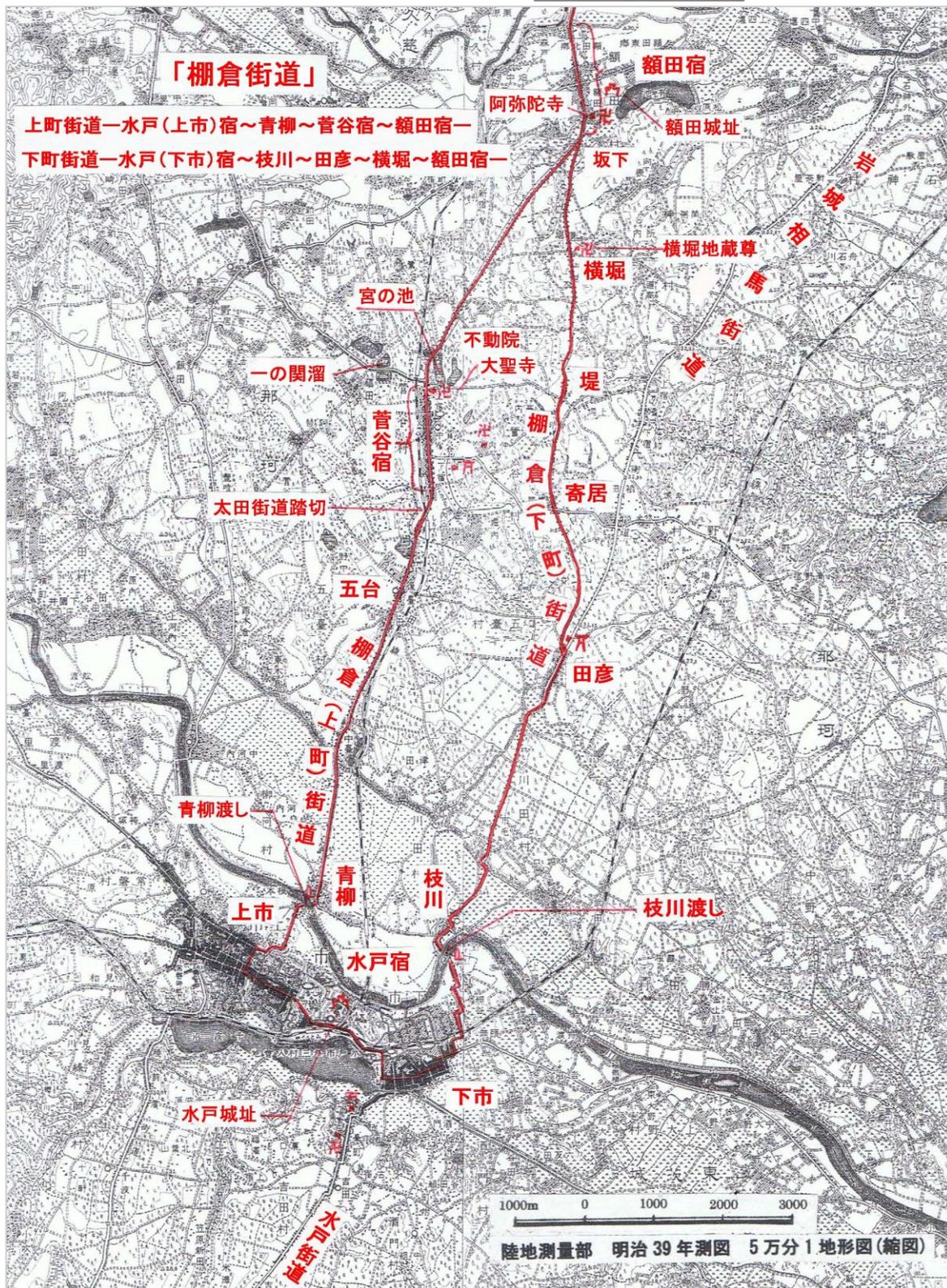
青柳の渡し跡と  
万代橋(よろづよばし)



菅谷宿に残る  
不動院大聖寺



曲り屋茅葺屋根の古民家  
と白鳥(一の関溜)



♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪ 表 彰 ♪♪♪♪♪♪♪♪♪♪

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



☆団体の部：常陸太田ウォーキングクラブ  
会長 石橋 秀雄 氏 (写真右端)

☆個人の部：小泉 文男 氏 (左側)  
(ひたちなか健歩の会)

(2)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
120回	1	鴨志田 敏朗	一 般	2019/7/8
60回	7	小林 久義	一 般	2019/6/15
50回	11	峯岸 英子	ひ健歩	2019/5/ 14
50回	12	小林 久義	一 般	2019/6/15
30回	27	鈴木 昭三	一 般	2019/6/15
20回	35	鈴木 昭三	一 般	2019/6/15

(3)2019年度 ウォーキング指導員資格昇任のお知らせです。(敬称略)

資 格	氏 名	所属団体	認定日
主 席	小泉 文男	ひたちなか健歩	2019. 6. 25
主 席	富田 里美	常陸太田W	2019. 6. 25
主 席	渡辺 孝子	第5事業部	2019. 6. 25
主 任	一色 常夫	古河悠歩の会	2019. 6. 25
主 任	菅原 公子	ひたちなか健歩	2019. 6. 25

☆☆☆☆☆ 活 動 報 告 ☆☆☆☆☆

2019年7月6日(土) 第2回日本でここだけ3県境&5県ウオーク大会が開催されました。小雨ちらつく中、北は青森、南は福岡まで日本全国のウオーカーの皆様にご参加いただきました。ゴール後、幾人もの皆様に『また、来年も来ます。』と温かい言葉とアドバイスをたくさん頂きました。ありがとうございました。また、ご協賛各社の皆様、ご協力いただきましたスタッフの皆様にも、厚く御礼申し上げます。感謝の言葉に代えまして、写真を掲載させていただきます。



出発準備に余念がない皆さん。



さあっ出発!! 50kmコースを見送る皆さん。6時半



スタート待ちのアンカーさん



12km団体歩行の出発式8時半



12km団体歩行のスタートです。9時

第2回日本でここだけ3県境&5県ウオーク2019.7.6(土)							
コース	50km	20km	12km	合計	男	女	小人
人数	137	63	34	234	165	63	6

◆「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