



IWA 2023年5月号
IWA ニュース
 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 10650-55828601
 毎月1日発行 編集責任者 間下 彰
 HP <http://www.ibaraki-walking.jp/>

まもなく締切 5/26(金)事前申込
第16回つくば国際ウォーキング大会

自然と科学の街つくば!! 楽しく歩いてみませんか?

第16回

**つくば国際(ワンデー)
 ウォーキング大会**

開催日

2023年 6月4日(日)

「測量の日」記念ウォーク
 科学のまち3コース
 25km、15km、5km
 全国歩測大会は、中止と
 なりました。

**5/26(金)
 事前申込締切
 参加者大募集!!**

会場:つくば市研究学園駅前公園

アクセス:つくば研究学園駅から徒歩 5分

茨城県つくば市学園南2-1

主催:第16回つくば国際ウォーキング実行委員会

NPO法人茨城県ウォーキング協会

(一社)日本ウォーキング協会

共催:つくば市/茨城土地家屋調査士会(予定)/茨城県ノルディック・ウォーク連盟

後援:茨城県/つくば市教育委員会/厚生労働省/環境省(予定)/国土地理院/筑波大学/

首都圏新都市鉄道(つくばエクスプレス)/茨城新聞社/朝日新聞水戸総局

協賛:日本土地家屋調査士会/「測量の日」実行委員会(予定)/真壁石材共同組合/サワムラ靴店/

山新グランドステージつくば/(株)カスミ本部/(株)稲芝/広沢土地倉庫(株)/牛久大仏/

AGF関東(株)/長島漬物(株)/サンクスエイト(じん整骨院)/工機ホールディングス(株)

特別協賛(予定):(株)ゼンリン

認定

オールジャパンウォーキングカップ茨城県認定大会/関東甲信越マーチングリーグ公式大会(KKML)/
 日本市民スポーツ連盟認定大会(JVA)/茨城県マスターウォーカー賞認定大会/茨城ヘルスロード365/
 いばらき元気ウォークの日/つくばウォークの日/ジャパンノルディック・ウォークプレミアリーグ

会場:つくば研究学園駅前公園 住所:茨城県つくば市学園南 2-1

アクセス:つくば研究学園駅 徒歩 5分

駐車場:つくば市役所の駐車場をご利用下さい。

皆様のお申込み、お待ちしております。

参加資格	当日、健康な状態で参加出来る方。但し、小学生以下は保護者同伴が必要、介護が必要な場合は介助者の同伴が必要です。大会の決まり、交通ルール、ウォーキングマナーを守る方。	区分	事前申込	当日申込
		大人 (高校生以上)	1,000円	1,500円
持物	弁当、飲物、健康保険証、雨具、マイコップ	小中学生	無料	
表彰	完歩者に完歩証を授与します。日本ウォーキング協会の歩行距離認定制度による表彰を受けられる方は、表彰対象となる認定を払込取扱票に記入して申告してください。	受付時間	25km 15km	7時～ 9時
その他	※新型コロナ禍での大会開催についてのお願い。 ①次の事項に該当する場合は、参加の見合わせをお願いします。 発熱、せき、のどの痛みなどの症状がある方。同居家族や身近な知人などに感染が疑われる方がいる場合。 ②マスク着用とソーシャルディスタンスの励行を御願います。 ③荒天、災害、感染症（新型コロナ蔓延等）の状況によりやむなく中止とする場合は協会のHPへ掲載いたします。（この場合、参加費の返金は致しません。あらかじめご了承ください。） ④立哨、矢貼りは、最小限しております。地図を見て歩いて下さい。 ⑤大会参加中の喫煙はご遠慮ください。⑥ゴミはお持ち帰りください。 ⑦ゴール時間11：00～15：30まで	5km	9時～10時	
		※出発式は行ないません。受付終了後、各自スタートになります。ご注意ください。		
免責範囲	万一事故が発生した場合、主催者は傷害保険加入の範囲内及び応急処置以外の責任は負えません。大会中の肖像権（映像、写真、記事、テレビ、新聞、HPなど）は主催者に属します。	アクセス		
		電車利用	・TX 研究学園駅下車徒歩5分 ・JR水戸駅～JR土浦駅西口 ・バス（JR土浦駅西口～つくばセンター～TX研究学園駅）	
		車利用	つくば市役所大会用駐車場(無料予定)をご利用下さい。常磐高速道つくば中央I.C.から10分	

申込方法 事前申込締切 5月26日(金) 参加受付票の送付はございませんので、「振込票控」、「領収書」を大会当日ご持参ください。	郵便振込	払込取扱票(参加申込書)に必要な事項を記入し、ゆうちょ銀行、郵便局で参加費をお振込みください。団体申込の場合は、住所、氏名、電話番号、年齢、参加コースを記入の上、下記にFAX、Eメール又は郵送して下さい。 ☆つくば国際ウォーキング大会実行委員会 受付担当 大越康孝 〒312-0023 ひたちなか市大平2-3-30 AHハイツ203 TEL 080-1087-0559 Fax:029-272-8100 メール: 4bd79c@bma.biglobe.ne.jp		
	ネット申込	スポーツエントリーからの申込 https://www.sportsentry.ne.jp/event/t/90999 クレジットカード、コンビニからお支払い出来ます。別途エントリー手数料220円	e-モシコムからの申込 https://mosicom.com/83387/ クレジットカード、コンビニからお支払い出来ます。別途エントリー手数料212円	 

お問合先 第16回つくば国際ウォーキング大会実行委員会
 実行委員長 深見 博 〒309-1107 筑西市門井1978-9
 TEL:090-4122-2225 FAX:0296-45-5750

※参加費は、郵便局備付けの払込取扱票でも振込できます。

払込取扱票		振替払込請求書兼受領証	
00	口座記号	001108	口座記号番号
	口座番号	374140	374140
	金額		加入者名
	千		茨城県ウォーキング協会
	百		金額
	十		千
	万		百
	千		十
	百		円
	十		備考
	円		
加入者名	通信欄	依頼人	備考
茨城県ウォーキング協会	第16回つくば国際W大会事前申込み 大人(高校生以上)¥1,000 小中学生無料 参加コース()km 年齢 歳 男・女	お名前、必ずふりがなを、ご記入ください。	この受領証は、大切に保管してください。
金額	備考	日附印	
料			
金			
額			
千			
百			
十			
万			
千			
百			
十			
円			

見本

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Mリーグ (道紀行)新日本歩く道紀行 100選

<p>5/6 (土)</p> <p>主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 見どころ その他</p>	<p>神代植物公園のバラと 深大寺ウォーク</p> <p>取手市歩こう会 10km (JVA) 取手駅西口 7:20~7:40 (取手駅発 8:02) JR 三鷹駅南口(9:53)→八幡大神社→禅林寺 →諏訪神社→調布総合体育館→神代植物公園(昼食)→深大寺→水生植物園→馬橋緑道 →京王線柴崎駅 京王線柴崎駅 14:40 頃 会員無料、一般 300 円 入園料 200 円 東京都立唯一の植物園でバラ を楽しみ、深大寺に参拝。 適宜マスク着用、 昼食持参。</p> 	<p>5/6 (土)</p> <p>主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 見どころ その他</p>	<p>静峰神社牡丹桜を楽しむウォーク</p> <p>IWA第5事業部 10km (JVA)(ヘルスR.024)  水郡線瓜連駅改札出て右側口→タリー 9:50 (スタート 10:00)(車で来られる方は、らぼーる 南側の高速バスの駐車場に止めてください) 瓜連駅→定福寺→弘願寺→静のムクノキ→ 静峰ふるさと公園→斉藤監物の墓→古徳沼 →総合センターらぼーる→瓜連駅 水郡線瓜連駅 13:00 頃 会員・中学生以下無料、一般・他協会 300 円 史跡や遺跡があるコース。今年は気候が良かったので桜は見ごろを過ぎてるかも? 適宜マスク着用。 昼食は不要ですが、軽食を持参してください。</p>
<p>5/10 (水)</p> <p>主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 見どころ その他</p>	<p>高萩の里山原風景と穂積家住宅</p> <p>高萩ウォーキングクラブ 9km (JVA) 高萩市総合福祉センター 8:30 福祉センター→後谷→温泉病院入口→穂積 家住宅→関根橋→松岡公民館→サンスポ ーランド→小島団地→福祉センター 高萩市総合福祉センター 12:00 頃 会員・中学生以下無料、一般・他協会 300 円 高萩の里山原風景を歩き、茅葺屋根吹き替え 工事が完了した穂積家住宅を訪ねます。 適宜マスク着用、昼食不要。</p>	<p>5/10 (水)</p> <p>主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 見どころ</p>	<p>山吹運動公園ウォーキング教室</p> <p>常陸太田ウォーキングクラブ 6km (JVA) 山吹運動公園 9:00 山吹運動公園(ウォーキング教室) 山吹運動公園周辺の野山をウォーキング 山吹運動公園 12:00 頃 会員無料、一般・他協会 300 円 ウォーキング教室で基礎 知識の反復と新たな知識 の習得を目指します。</p> 
<p>5/10 (水)</p> <p>主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 見どころ その他</p>	<p>静峰公園つつじまつり</p> <p>水戸歩く会  10km (JVA)(ヘルスR.024) 水郡線瓜連駅 8:30 スタート 9:00 瓜連駅→弘願寺→静のムクノキ→静神社→ 静峰公園→古徳沼→瓜連駅 JR 水郡線瓜連駅 14:30 会員・中学生以下無料、一般・他協会 300 円 静峰公園の満開のつつじ 昼食持参。 水戸駅発 7:28 が便利です。</p> 	<p>5/13 (土)</p> <p>主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 見どころ その他</p>	<p>海風に吹かれて風神山ウォーク</p> <p>ひたちなか健歩の会 8km (JVA) 大甕駅西口 8:30 大甕駅→国道6号線→大森貯水池→見晴台 →風神山(241.9m)→日立研究所裏→大甕神 社→大甕駅 大甕駅 12:30 頃 会員・中学生以下無料、一般・他協会 300 円 見晴台からの雄大な太平洋の展望 各自マスク着用、昼食不要。ストックのある 方は持参すると山歩きの助けになります。</p>

<p>5/21 (日)</p> <p>主催 牛久ウオーキングクラブ 距離・認定 7km (JVA) 集合 牛久駅東口広場 7:45 コース (7:59分発上り電車後方10・11号車に乗車) 牛久駅→(我孫子乗り換え)→馬橋駅下車→流山鉄道流山駅→常与寺(ストレッチ)→浅間神社→みりん工場→一茶・双樹記念館→鱈ヶ崎東福寺→JR武蔵野線南流山駅→(新松戸乗り換え)→柏駅 解散 柏駅(現地解散、自由昼食) 参加費 会員無料(参加は会員のみ) 見どころ 浅間神社、みりん工場、一茶・双樹記念館、鱈ヶ崎東福寺、他 その他 流山鉄道はSuicaは使用できません。(小銭の用意をお願いいたします)</p>	<p>駅からウオーキング 『一茶とみりんの町・流山』</p>	<p>5/25 (木)</p> <p>主催 高萩ウオーキングクラブ 距離・認定 7km (JVA) 集合 花貫ふるさと自然公園 9:40 コース 花貫ふるさと自然公園→名馬里ヶ淵→汐見滝吊り橋→小滝沢キャンプ場→汐見滝吊り橋→花貫ふるさと自然公園 解散 花貫ふるさと自然公園 12:30頃 参加費 会員・中学生以下無料、一般・他協会 300円 見どころ 新緑の花貫溪谷を歩きます。 その他 各自マスク着用、昼食不要。 電車で来られる方は事前にご連絡ください。高萩駅まで迎えに行きます。 (連絡先: 増田 洋 080-9351-0964)</p>	<p>新緑の花貫溪谷ウオーク</p>  <p>汐見滝吊り橋</p>
<p>5/27 (土)</p> <p>主催 取手市歩こう会 距離・認定 8km (JVA) 集合 取手駅西口 8:10~8:20 (取手駅発 8:30) コース JR成田線布佐駅(9:01)→六軒蔵島神社→きおろし水辺の広場→木下貝層(天然記念物)→ひょうたん池→JR成田線木下駅 解散 JR成田線木下駅 12:00頃 参加費 会員無料、一般 300円 見どころ 布佐駅から木下周辺の田園風景と木下貝層(天然記念物)を見ます。 その他 適宜マスク着用、昼食不要。</p>	<p>布佐から木下周辺ウオーク</p>	<p>5/27 (土)</p> <p>主催 常陸太田ウオーキングクラブ 距離・認定 11km (JVA)(道紀行108018) 集合 清流公園(常陸大宮市山方1001) 9:00 コース 清流公園→御城展望台→密蔵院→陰陽山神社→パークアルカディア→清流公園 解散 清流公園 14:00頃 参加費 会員無料、一般・他協会 300円 見どころ 色濃くなった緑の野山を散策します。 その他 昼食持参。 パークアルカディア</p>	<p>山方パークアルカディアウオーク</p>  <p>パークアルカディア</p>
<p>5/27 (土)</p> <p>主催 水戸歩く会 距離・認定 10km(JVA) 集合 水戸線結城駅北口 9:00 スタート 9:30 コース 結城駅北口→称名寺→孝顕寺→弘経寺→城跡歴史公園→文化の広場→ふじの蔵→健田須賀神社→結城駅 解散 水戸線結城駅北口 14:00 参加費 会員・中学生以下無料、一般・他協会 300円 見どころ 結城の歴史に触れます。 その他 昼食持参。 水戸駅発 7:28が便利です。</p>	<p>結城紬の里と蔵の街巡り</p>  <p>結城城跡公園</p>		

◇ 2023年6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.
6/10(土)	荒川自然公園と都電ウオーク (取手市歩こう会)	取手駅 8:00 南千住駅 (9:08)	7km (JVA)
6/10(土)	額田地区社寺巡りウオーク (常陸太田Wクラブ)	道の駅「ひたちおた」 9:00	10km (JVA) (道紀行 108036)
6/10(土)	キリンビールで乾杯! (水戸歩く会)	取手駅	8km (JVA)
6/10(土)	四季の里公園の菖蒲鑑賞ウオーク (IWA 第5事業部) 守谷駅→松並青葉→新守谷駅→立沢公園→板戸井野球場→ 四季の里公園→守谷市役所→長龍寺→守谷駅	関東鉄道常総線 守谷駅 9:30 (スタート 9:40)	11km (JVA) (ヘルスR.070)
6/16(金)	バスハイク 奥多摩方面 (牛久Wクラブ)	牛久中央生涯学習 センター駐車場	7km (JVA)
6/17(土)	水戸のあじさいまつり (水戸歩く会)	水戸駅北口 8:30 スタート 9:00	8km (JVA)
6/18(日)	「親水性中央公園 防災教室」ウオーク (ひたちなか健歩の会) 勝田駅～親水性中央公園～ひたちなか海浜鉄道湊線金上駅	勝田駅東口 8:30	5km (JVA)
6/23(金)	花貫川あじさいロードウオーク (高萩Wクラブ)	高萩市文化会館 8:30	7km (JVA)
6/24(土)	東海道品川宿散策ウオーク (取手市歩こう会)	取手駅 7:15 JR 品川駅 8:31	5km (JVA)
6/24(土)	紫陽花観賞ウオーク (常陸太田Wクラブ)	辰の口親水公園 9:00	10km (JVA)

※ 皆様にお願ひ申し上げます。

各行事は、コロナウイルス、その他の事情により、中止、または延期になる場合がございます。
誠に、お手数ですが、ご確認の上ご参加下さいませようお願い申し上げます。

※ 各例会主催者様にお願ひ申し上げます。

例会、大会の中止・延期については、弊協会に、ご連絡下さい。何卒、よろしくお願い申し上げます。

◇ 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 望月 諭 dpstsmczk141246@khaki.plala.or	029-873-9711	常陸太田ウオーキングクラブ 富田 里美 tomitady3103@khc.biglobe.ne.jp	080-8041-5820 0294-76-9520
高萩ウオーキングクラブ 増田 洋 masuda.takahagi@gmail.com	080-9351-0964 0293-22-4410	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	IWA 第5事業部 渡辺 千春 gg4t344d@jewel.ocn.ne.jp	090-5333-5843 0296-22-6609
ひたちなか健歩の会 大越 康孝 4bd79c@bma.biglobe.ne.jp	029-272-8100	(賛助会員) 利根町歩く会 川崎 邦雄	0297-68-7458

☆☆☆☆☆☆ 表彰 ☆☆☆☆☆☆

◇ 茨城県ウオーキング協会マスターウオーカー賞 完歩賞 (敬称略)

No.	完歩回数	氏名	市町村	所属団体	認定日
213	7回	石橋しげ子	高萩市	高萩ウオーキングクラブ	2023/3/18
214	2回	鵜沼 信男	いわき市	高萩ウオーキングクラブ	2023/3/18
215	2回	鵜沼 信子	いわき市	高萩ウオーキングクラブ	2023/3/18



一連載 地図のお話一 No. 163



「七福神めぐりー茨城県版ー」(第 5 回)
ー常陸七福神の一つ真延寺ー

日本ウオーキング協会 専門講師 堀野正勝

常陸七福神は、茨城県の寺院を巡るコースです。

この七福神霊場の発祥がユニークです。もともと、土浦市の中川延四郎氏が金無垢の七福神(室町期の名工・後藤裕乗作と伝わる金無垢の七福神像)を所持しており、この七福神を祀る真延寺が 1985(昭和 57)年に開山されたのが、常陸七福神のきっかけです。

さらに、牛久市の一色邦彦氏により、この七福神像をモデルにしたブロンズ像が作られ、各社寺に奉安され常陸七福神が誕生したと言われています。

常陸七福神は、茨城県南、県央あたりを中心に巡る七福神で、七福神各 1ヶ所十七福神全てを祀る1寺の合計8か所を巡る七福神です。その距離は長く、日本で一番長い距離を持つ七福神詣と言われています。

是非、気長に、自分のペースで常陸七福神を巡ってみましょう！

常陸七福神は、以下の社寺です。

○七福神 億万山七福尊真延寺 土浦市西真鍋 4-43	○毘沙門天 西光院 石岡市吉生 2734
○恵比寿神 筑波山神社 つくば市筑波1	○寿老人 西蓮寺 行方市西蓮寺 504
○布袋尊 月山寺 桜川市西子塙 1677	○福祿寿 長勝寺 潮来市潮来 428
○大黒天 笠間稲荷神社 笠間市笠間1	○弁財天 逢善寺(ほうぜんじ) 稲敷市小野 318

今回は、常陸七福神の発祥の地で七福神全てを祀る、土浦市の真延寺を案内します。

(億万山七福尊真延寺)

真延寺の本尊は、先にも述べた、室町時代の名工・後藤裕乗が製作したとされる金無垢の七福神像です。超宗派の祈願寺として、1985(昭和 57)年に創建された、比較的新しい寺院です。

参道周辺には七福神に関連するものがいっぱいあります。長い階段の参道を上ると大きな石灯籠が目に入ります。とても珍しいことに、七福神が彫られていました。他にも、参道左手には、七福神の石像があります。

また、真延寺オリジナルの絵馬も七福神で、参道右手の掲示板には、多くの絵馬が奉納されていました。

本堂には、ご本尊の七福神像をはじめ、七福神の絵画が飾られていました。

その他、境内には正岡子規の句碑があります。子規は、水戸の親友を訪ねる目的で、1889(明治 22)年 4 月、

水戸街道を東京から水戸まで徒歩旅行をしました。四泊五日の旅の様子は、数十の発句とともに、「水戸紀行(子規著)」に記されています。

境内には、その折、正岡子規が土浦に立ち寄った際、真鍋の公園地と呼ばれていた茶屋が点在する高台に登って、霞ヶ浦を眺めて読んだ「霞みながら春雨ふるや湖の上」の句碑が建立されています。

現在でも、真延寺境内からは街並みの先に湖を展望できることから、霞が浦を詠んだ子規の名句を多くの方に知っていただくために、この句碑が建てられたと言われています。

土浦駅から西真鍋の真延寺までは、旧水戸街道の街並みを見ながら、歩いて距離約 2,7 km、時間にして 40 分程度です。是非、一度訪ねてみてください。



真延寺本堂



大きな石灯籠



ご本尊の金無垢の七福神像



七福神の絵馬

地理院地図

GSI Maps

「七福神めぐり ー茨城県版ー」その5

ー常陸七福神の一つ真延寺ー



※新しいIWAウォーキングカレンダーができました。

コロナウイルス、その他の事情により、中止、または延期になる場合がございます。

誠にお手数ですが、開催クラブに、ご確認の上ご参加下さいますようお願い申し上げます。

《保存版》

2023年度 IWA ウォーキングカレンダーNo.1 認定：県MW、元気W、ヘルスR、500選、道100選

年	月	日	曜日	事業名	認定	距離km	開催地区	開催クラブ
2023 5月 (R5)		6	土	神代植物公園ウォーク		8	調布市	取手市歩こう会
		6	土	静峰神社の牡丹桜を楽しむウォーク	HR24,道紀行	10	那珂市	第五事業部
		7	日	柏田公園コース・PM運営委員会		6	牛久市	牛久Wクラブ
		10	水	里山原風景と穂積家住宅を訪ねる	ヘルスR	9	高萩市	高萩Wクラブ
		10	水	山吹運動公園ウォーキング教室	ヘルスR	10	常陸太田市	常陸太田Wクラブ
		10	木	静峰公園もみじ祭り	HR24	10	常陸大宮	水戸歩く会
		13	土	海風に吹かれて風神山ウォーク		7	日立市	ひたちなか健歩の会
		21	日	駅からウォーキング(一茶とみりんの町流山)		7	流山市	牛久Wクラブ
		25	木	新緑の花貫溪谷ウォーク		7	高萩市	高萩Wクラブ
		27	土	土～日/飯能ソーデーマーチ(自由参加)			飯能市	牛久Wクラブ
		27	土	布佐から木下周辺ウォーク		8	印西市	取手市歩こう会
		27	土	山方パークアルカディアウォーク	道紀行108018	10	常陸大宮市	常陸太田Wクラブ
		27	土	結城紬の里と蔵の街巡り		10	結城市	水戸歩く会
		28	日	うしく健康ウォークラリーに協力		3	牛久市	牛久Wクラブ
2023 6月 (R5)		4	日	第16回つくば国際ウォーキング大会			つくば市	IWA
		4	日	第16回つくば国際ウォーキング大会(自由参加)			つくば市	牛久Wクラブ
		4	日	第16回つくば国際ウォーキング大会	元気W		つくば市	取手市歩こう会
		4	日	第16回つくば国際ウォーキング大会(自由参加)			つくば市	常陸太田Wクラブ
		10	土	額田地区社寺巡りウォーク	道紀行108036	10	那珂市	常陸太田Wクラ
		10	土	荒川区周辺と都電ウォーク		7	東京都	取手市歩こう会
		10	土	キリンビールで乾杯		8	取手市	水戸歩く会
		10	土	四季の里公園の菖蒲鑑賞ウォーク	HR70,道紀行	10	守谷市	第五事業部
		11	日	いばらき元気ウォーク(牛久自然観察の森)	元気W、ヘルスR	8	牛久市	牛久Wクラブ
		16	金	バスハイク(奥多摩方面)			東京都	牛久Wクラブ
		17	土	水戸のあじさいまつり		8	水戸市	水戸歩く会
		18	日	防災とウォーキング教室			ひたちなか市	ひたちなか健歩の会
		23	金	あじさいロードウォーク		8	高萩市	高萩Wクラブ
		24	土	紫陽花観賞ウォーク		10	常陸大宮	常陸太田Wクラ
24	土	東海道品川宿散策ウォーク		7	東京都	取手市歩こう会		
2023 7月 (R5)		1	土	大平野生植物園ウォーク		8	利根町	取手市歩こう会
		2	日	いばらき元気ウォーク・PM運営委員会	元気W、ヘルスR		牛久市	牛久Wクラブ
		2	日	平磯海岸クリーンウォーク	ヘルスR		ひたちなか市	ひたちなか健歩の会
		4	火	金砂郷岩手地区親沢の溜池・西光寺を巡る		10	常陸太田	常陸太田Wクラ
		8	土	霞ヶ浦水郷公園を歩こう	HR79	10	土浦市	水戸歩く会
		14	金	日立BRT河原子海岸ウォーク		10	日立市	常陸太田Wクラ
		15	土	上野公園と不忍池ウォーク		10	土浦市	取手市歩こう会
		15	土	西念寺から石切山脈をめぐるウォーク	MW	9	笠間市	第五事業部
		第2週平日		工場見学(アサヒビール守谷工場見学)			守谷市	牛久Wクラブ
		23	日	高崎自然の森・こもれび六斗の森コース		8	つくば市	牛久Wクラブ
		23	日	太平洋はだしウォーク	ヘルスR	7	高萩市	高萩Wクラブ
		23	日	(自由参加)太平洋はだしW			(高萩WC例会)	水戸歩く会
		29	土	牛久カッパ祭りパレード参加			牛久市	牛久Wクラブ
		30	日	みどり野児童公園		6	牛久市	牛久Wクラブ

◆「投稿」のお願い 400～600字程度 送付先：間下 彰 FAX：0293-22-4809 Email：a_mashimo@zb4.so-net.ne.jp
 ◆本誌の年間購読について 年間購読料 2000円 (内訳：1部 30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