



2023 年 7 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 10650-55828601
 毎月 1 日発行 編集責任者 間下 彰
 HP <http://www.ibaraki-walking.jp/>

日本で
ここだけ!!

第6回
3県境 & 5県ウォーク

日本市民
スポーツ連盟
認定大会

開催日: 2023年9月9日 (土)



主催/NPO法人
茨城県ウォーキング協会

●コース概要

茨城県古河市 田中正造翁遺徳之賛碑 スタート
 ⇒古河市消防署⇒五霞町中央公民館⇒関宿城博物館
 ⇒道の駅さかい⇒古河市福祉の森会館⇒古河公方公園
 ⇒三国橋⇒渡良瀬遊水池⇒田中正造翁遺徳之賛碑

☆出発時間

出発式は行ないません。受付後
各自スタートとなります。

★集合時間

50km・・・6時00分(自由歩行)
 12km・・・8時30分(自由歩行)
 ★12km・50km★フィニッシュ・・・17時

★注意事項

受付、ゴール時のマスク着用、検温、
 手指の消毒、健康チェックシートを
 必ずご提出下さい。

事前申込
締切り
9/1(金)

- ◆ 集合場所／渡良瀬川土手上(古河ゴルフリンクス・田中正造翁遺徳之賛碑横)
 古河市西町 10-1(古河ゴルフリンクス隣に駐車場有り)
 最寄り駅 JR「古河」駅、東武線「新古河」駅より徒歩約 20 分
- ◆ 参 加 費／一般・中学生以上(事前申込) 1,500 円 / 一般・中学生以上(当日申込) 2,000 円 小学生無料
- 後 援：古河市、古河市教育委員会、古河市スポーツ協会、茨城県、国交省河川事務所、厚生労働省、
 環境省、茨城新聞社、朝日新聞水戸総局
- 協 力：(一社)日本ウォーキング協会、古河ゴルフリンクス、雀神社、道の駅かぞわたらせ、道の駅さかい、
 茨城西南地方広域市町村圏事務組合消防本部
- 協 賛：AGF関東(株)
- ◆ 申込方法 ◎ネット申込と郵便振込がございます。便利な QR コードもご利用下さい。

★スポーツエントリーからの申込

<https://www.sportsentry.ne.jp/event/t/91690/>
 別途エントリー手数料 220 円

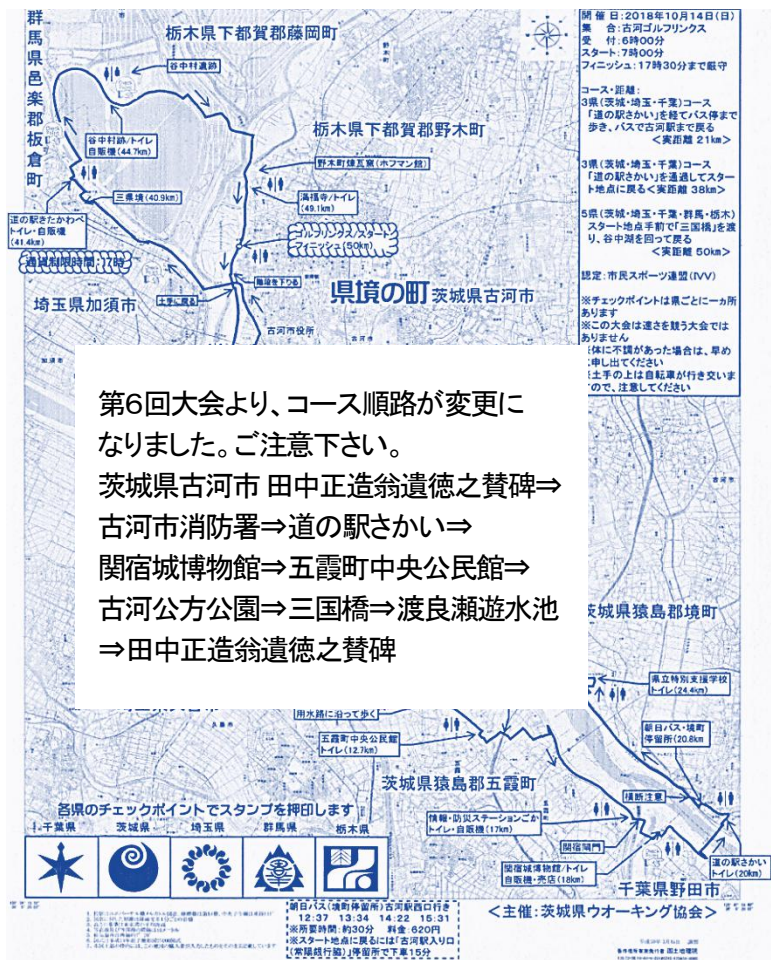


★eーモシコムからの申込

<https://moshicom.com/86586/>
 別途エントリー手数料 212 円



どちらも、クレジットカードのご利用、コンビニからのお支払いが出来ます。



第6回大会より、コース順路が変更になりました。ご注意下さい。
 茨城県古河市 田中正造翁遺徳之賛碑⇒
 古河市消防署⇒道の駅さかい⇒
 関宿城博物館⇒五霞町中央公民館⇒
 古河公方公園⇒三国橋⇒渡良瀬遊水池
 ⇒田中正造翁遺徳之賛碑

開催日: 2018年10月14日(日)
 集合: 古河コルフィングス
 受付: 6時00分
 スタート: 7時00分
 フィニッシュ: 17時30分まで厳守

コース・距離:
 3県(茨城・埼玉・千葉)コース
 「道の駅さかい」を経てバス停まで歩き、バスで古河駅まで戻る
 <実距離 21km>

3県(茨城・埼玉・千葉)コース
 「道の駅さかい」を通過してスタート地点に戻る<実距離 39km>

5県(茨城・埼玉・千葉・群馬・栃木)コース
 スタート地点手前で「三国橋」を渡り、谷中湖を回って戻る
 <実距離 50km>

認定: 市民スポーツ連盟 (IVV)

※チェックポイントは県ごとに1か所あります
 ※この大会は遠征を兼ねる大会ではありません
 ※本大会に参加した場合は、早め申し出て下さい
 ※土手の上は自転車が通行しますので、注意して下さい

各県のチェックポイントでスタンプを押印します
 千葉県 茨城県 埼玉県 群馬県 栃木県

新日バス(津町停留所)古河駅西口行き
 12:37 13:34 14:22 15:31
 ※所要時間: 約30分 料金: 620円
 ※スタート地点に乗り込むバスは古河駅西口(常磐線行線)1号車下車15分

<主催: 茨城県ウオーキング協会>



3県境をひとまたぎで、歩きましょう!!

団体の方は申込後、下記まで
 名簿をお送り下さい。

第6回 5県ウオーク大会実行委員会

実行委員長 一色 常夫

〒306-0022

茨城県古河市横山町 1-10-19

☎ 090-3063-7601

FAX 0280-88-6548

E-mail <tuhi@tbz.t-com.ne.jp>

※コースポイント

一日で3県境を見学して5県をめぐるウォークが出来ます。5県の歴史や文化遺産も知ることが出来ます。全国のウォーカーの皆さん、日本で珍しい地点を歩いて見ませんか?
 お薦め昼食場所(道の駅かぞわたらせ / 道の駅さかい / 古河公方公園 など)

※振込募集開始致しました。参加費は、郵便局備付けの払込取扱票で申込できます。

払 込 取 扱 票									
00		口座記号		口座番号		金額		千 百 十 万 千 百 十 円	
0 0 1 1 0 8		3 7 4 1 4 0		金額					
加入者名				料 金		備 考			
茨城県ウオーキング協会									
第6回日本でこだけ!!3県境&5県W大会事前申込み 大人(高校生以上)¥1,500 小中学生無料 参加コース()km 年齢 歳 男・女									
各票の※印欄は、ご依頼人様において記載してください。 ※ お名前、必ずふりがなを、ご記入ください。 ※ (ご連絡先電話番号) () ※ ご依頼人欄に、おところ・おなまえをご記入ください。 ※ これより下欄には何も記入しないでください。									
見本									

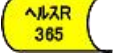
振替払込請求書兼受領証									
口座記号番号		0 0 1 1 0 8		3 7 4 1 4 0		金額			
加入者名				茨城県ウオーキング協会		金額			
ご依頼人						金額			
料 金						金額			
備 考						金額			
日 附 印						金額			
料 金						金額			
備 考						金額			

この受領証は、大切に保管してください。

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 Mリーグ (道紀行)新日本歩く道紀行 100 選

7/1 (土) 主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス 解 散 参 加 費 見 どころ そ の 他	大平(だいへい)野生植物園ウオーク 取手市歩こう会 9km (JVA) 取手駅西口 7:10~7:25 (取手駅発 7:35) JR 成田線布佐駅(8:09)→布佐駅東口→栄橋→利根町役場→日本ウエルネススポーツ大学→大平野生植物園→ランドローム利根店→栄橋→布佐駅 JR 成田線布佐駅 12:30 頃 会員無料、一般・他協会 300 円 ボランティアの方々が里山と園内を管理している。今回は、ヤマユリを観賞します。 マスク着用は各自の判断、昼食不要。	7/2 (日) 主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス 解 散 参 加 費 見 どころ そ の 他	ひたちなか市平磯海岸クリーン W ひたちなか健歩の会 7km (JVA)(ヘルスR.168,183,184) ひたちなか海浜鉄道 平磯駅前 8:40 平磯駅前→聴法寺→起松神社→津神社→平磯海浜公園→平磯ビーチ(大ちゃんクジラ・清掃)→おさかな市場 おさかな市場前 12:00 頃 会員・中学生以下無料、一般・他協会 300 円 平磯海岸を清掃し作業の後はお楽しみ。 各自マスク着用、 昼食不要。 団体歩行。 大ちゃんクジラ 
7/4 (火) 主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス 解 散 参 加 費 見 どころ そ の 他	親沢池蓮の花と納豆ショッピング 常陸太田ウオーキングクラブ 9km (JVA) 常陸太田市金砂郷支所 9:00 金砂郷支所→交流センターふじ→家具工房→西光寺→十一面観音菩薩堂→親沢の溜池→金砂郷食品納豆工場→塩谷農園→金砂郷支所 常陸太田市金砂郷支所 12:00 頃 会員無料、一般・他協会 300 円 蓮の花の開花? 出来立て納豆ショッピング 適宜マスク着用、昼食はフィニッシュ後。 	7/8 (土) 主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス 解 散 参 加 費 見 どころ そ の 他	霞ヶ浦水郷公園を歩こう 水戸歩く会 10km (JVA)(ヘルスR.079) 土浦駅東口 9:00 (スタート 9:30) 土浦駅東口→桜川→霞ヶ浦沿い→霞ヶ浦総合公園→土浦駅東口 土浦駅東口 15:00 頃 会員・中学生以下無料、一般・他協会 300 円 霞ヶ浦を一望する雄大な景観と湖畔の公園を散策します。 昼食、健康保険証を持参願います。 参加者は水戸駅発 8:13 (1~2 号車)に 乗車してください。 
7/9 (金) 主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス 解 散 参 加 費 見 どころ そ の 他	取手相馬霊場巡りと暑気祓い 牛久ウオーキングクラブ 7km (JVA) 牛久駅東口 7:15 牛久駅→(JR)→取手駅(ストレッチ)→城山観音→弥陀堂→薬師堂→虚空蔵堂→大日堂→天満神社→取手宿本陣→長禅寺→取手駅→(JR)→牛久駅 牛久駅 (解散後 暑気祓い昼食会) 1,500 円 (昼食会費、UWC会員限定) 取手相馬霊場(8ヶ所)巡り UWCの帽子着用。 暑気祓い昼食は『天ぷら刺身御膳』です。	7/14 (金) 主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス 解 散 参 加 費 見 どころ そ の 他	日立 BRT 河原子海岸ウオーク 常陸太田ウオーキングクラブ 8km (JVA)(ヘルスR.040,257,352) おさかなセンター駐車場 9:00 おさかなセンター→大甕駅(西口)→水木→寺方→河原子海岸→BRT 河原子→(BRT バス)→おさかなセンター おさかなセンター 12:00 頃 会員無料、一般・他協会 300 円 大甕駅過ぎ跨線橋からの 360 度のパノラマ河原子からの帰路は BRT に乗車します。 (BRT 運賃:400 円) 適宜マスク着用、昼食はフィニッシュ後。

7/15 (土) 主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス 解 散 参 加 費 見 どころ そ の 他	上野公園と不忍池周辺ウォーク 取手市歩こう会 6km (JVA) 取手駅西口 7:20～7:40 (取手駅発 7:49) 上野駅公園口改札口 (8:30)→寛永寺→上野大仏→不忍池(ハス)→旧岩崎邸庭園→湯島天満宮→不忍池 不忍池 12:00 頃 会員無料、一般・他協会 300 円 上野公園の寛永寺・上野大仏を見学し、不忍池のハスを見て楽しむ。旧岩崎邸庭園の園内を見学します。 マスク着用は各自の判断。昼食不要。 旧岩崎邸庭園入場料 65 歳以上団体 160 円。 65 歳未満 320 円。  上野大仏	7/15 (土) 主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス 解 散 参 加 費 見 どころ そ の 他	西念寺～石切山脈を巡るウォーク IWA 第5事業部 9km (JVA) (県MW) JR 水戸線稲田駅 9:30 (スタート 9:40) (車で来られる方は駅前に有料駐車場があります) 稲田駅→玉日姫の墓→西念寺→稲田神社→石切山脈→旧トロッコの道→そば処のざわ(昼食)→石の百年館→稲田駅 JR 水戸線稲田駅 13:00 頃 会員・中学生以下無料、一般・他協会 300 円 親鸞聖人ゆかりの寺を訪ね、石切山脈では少し遠くから碎石跡(壮大な岩屏風)を鑑賞、トロッコ鉄道の道を歩きます。 必要に応じて各自 マスク着用。 昼食はのざわで分かれて飲食します。 
7/23 (日) 主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス 解 散 参 加 費 見 どころ そ の 他	太平洋はだしウォーク 高萩ウォーキングクラブ  7km (JVA) (ヘルスR.172,239,258) 高萩市総合福祉センター 8:30 福祉センター→ハーモニーパーク→津明神社→花貫住宅集会所→高浜海岸→有明海岸→高戸前浜→緑の道→福祉センター 高萩市総合福祉センター 11:30 頃 会員・中学生以下無料、一般・他協会 300 円 高萩の白砂の海岸をはだしで歩きます。 マスク着用は各自の判断。昼食不要。 ポリ袋(靴入)、タオル、サンダルなどがあると良いでしょう。 		

◇ 2023年8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.
8/6(日)	田宮公園コース (牛久 W クラブ)	牛久中央生涯学習センター 7:00	6km (JVA)
8/12(土)	21世紀の森と広場ウォーク (取手市歩こう会)	取手駅 7:10 JR 武蔵野線 新八柱駅 8:16	6km (JVA)
8/26(土)	明野のひまわり鑑賞ウォーク (IWA 第5事業部) 黒子駅→千妙寺→黒子橋→ヘルスロード→明野公民館→長信院→竜雲寺→宮山ふるさとふれあい公園	JR 水戸線下館駅 8:45 関東鉄道常総線 黒子駅 9:10 (スタート 9:20)	10km (JVA) (ヘルスR.096)

◇ 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.jp	029-873-9711	常陸太田ウオーキングクラブ 富田 里美 tomitadiy3103@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 qq4t344d@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

※ 皆様をお願い申し上げます。

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すようお願い申し上げます。

※ 各例会主催者様をお願い申し上げます。

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。

令和5年度第30回スキルアップ研修会 開催

(JWA外部委託制度研修会) 認定番号:308-2305002

NPO 法人 茨城県ウオーキング協会
会 長 深見 博
指導部部長 渡辺 孝子

* 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5年8月8日(火) 13時00分～15時00分 *受付 12時30分～

2、会 場 土浦市生涯学習センター 講座室

住 所: 土浦市大和町 9-1 うららビル 5階 029-826-1101

3、参加費 1,000 円

4、研修内容及び講師

内 容: ウオーキングを活用した生き甲斐づくり【歩いて健康】

座学 2 時間

講 師: 茨城県福祉医療部・健康推進課 ガン・生活習慣病対策推進室

健康増進G・技士 河合眞生子様 県職員 安嶋世里奈様

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

6、取得単位 1 単位 (2 時間) 受講修了証を発行します。

7、申込締切り 令和5年7月25日(木)

8、申込先 NPO 法人 茨城県ウオーキング協会 指導部 渡辺 孝子

電話/FAX 029-293-7960 E-mail zn8fu4@bma.biglobe.ne.jp

◆「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: 茨城県ウオーキング協会

一連載 地図のお話— No.165(番外編)



旧版地形図、地形図、洪水ハザードマップを観察しよう！

—取手市・双葉地区の浸水 600 棟に思う—

日本ウォーキング協会 専門講師 堀野正勝

6 月 2 日から 3 日にかけての大雨で、取手市は、4 日、同市双葉地区で床上浸水が 436 棟、床下浸水が 165 棟に及んだと発表しました。約 1100 世帯が暮らす同地区の半数以上に上る計算です。

川や沼に囲まれた低地の同地区は 4 日も、一部地域で昼過ぎまで水が引き切らず、消防がボートで救助するなどの場面が見られ、水が引いた地域では住民が水浸しになった家の片づけに追われていました。

水は深いところで大人の胸ほどに達し、駐車中の車は水につかったという。今回の浸水は、排水ポンプの能力を超えて水が流れ込む「内水氾濫」が起きた可能性が強いと思われます。

取手・双葉地区は、水田地帯に造成された住宅地で、北に牛久沼、南に小貝川があり、さらに 2 本の農業用水路にも囲まれています(地形図参照)。

地区内には、浸水防止用のポンプ場が 2 か所あり、一定以上の水量になると、計 5 台のポンプが自動で水路に配水する仕組みとなっています。大雨となった 2~3 日は、市職員がポンプ場を見回り稼働を確認していたという。

このため、取手市は同地区の浸水被害については、二つの水路に加え、小貝川も増水したために、ポンプによる排水が追い付かなかったことが原因とみています。

取手市によると、一昨年 7 月の豪雨などで、過去にも何回か浸水被害にあったことがあるとのこと。

この時期は、田植え後の苗の生育期で、周囲の水田や水路の水位が 1 年で最も高くなっているところに、排出先の小貝川が大雨で増水したため、思うように排水が進まず、逆に水田や水路からあふれた水が地区内に流れ込む事態になったものと考えられます。

双葉地区は、農業用水をためる牛久沼の近くで、田んぼが多い場所です。旧版地形図(明治 36 年測図)を良く観察すると、原地形の植生は「沼田」で一部「湿地・荒地」となっています。沼田や湿地は、一般的に数 10 cm~1m 位掘ると「泥炭層」が現れる軟弱な土地です。

一方、小貝川周辺の古くからある集落は、小貝川によってできた自然堤防(周囲より 50 cm~1m 程度高い砂質の微高地)上に立地しており、周囲の水田より微高地で、比較的地盤のしっかりした地域となっていることが分かります。

取手市によると、双葉地区は、高度経済成長期の宅地開発の影響で他の地区よりも地盤沈下が進んだと言っています。市は、今回の豪雨では用水路から越水して水がたまり、浸水被害が多く出たとみています。

皆さんの居住する、地域はいかがですか？これを機会に、地形図や旧版地形図、市町村発行のハザードマップ等を改めて眺めてみるのも良いのではないのでしょうか。



泊崎大師堂より双葉地区を望む(手前は牛久沼)



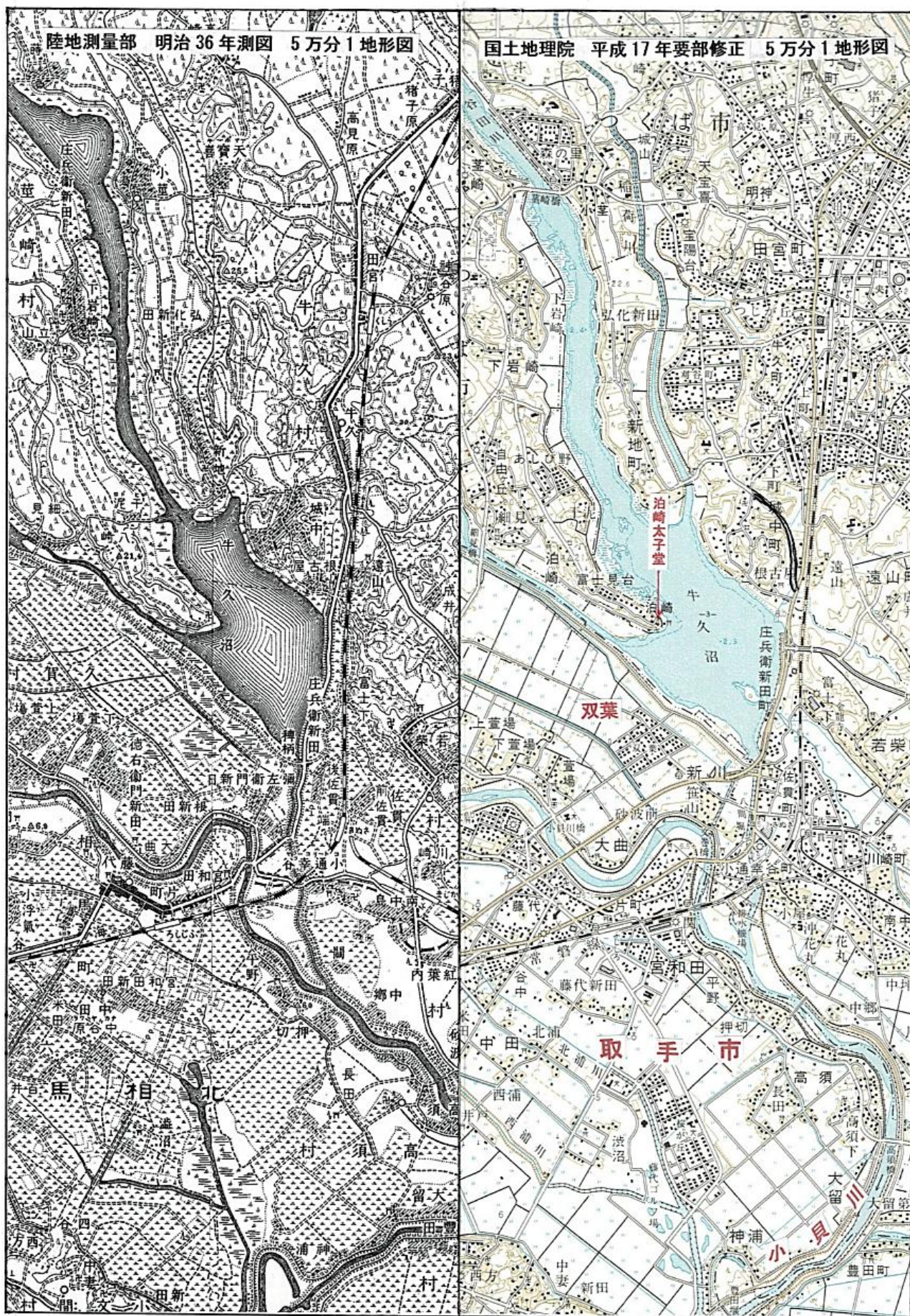
泊崎大師堂



双葉地区(心なしか住宅地が沈んで見える)



国道6号沿いに敷設された土嚢(牛久沼の越水防御対策、庄兵衛新田町付近)



(参考) 今回使用の地形図は以下のような内容です。

- ・旧版地形図：陸地測量部(現国土地理院)作成 明治 36 年測図 5 万分 1 地形図「龍崎」
- ・新版地形図：国土地理院作成 平成 17 年要部修正 5 万分 1 地形図「龍ヶ崎」

第 16 回つくば国際W大会が開催されました(6月4日)。 天気 曇/晴 最高気温 27.3℃



受付風景（参加者の検温と手指消毒）



にぎわう、ゼッケン記入台



スタート風景

左は、5km 高校生団体参加 20 名、青空に恵まれて！

右は、25km コース：早朝の曇り空、涼風の中のウォーキング！



↑ JAXA 宇宙センター付近・チェックポイント ↓



スタートゲートでは、給水ボトルを配付しました。



《参加者速報値》

◎全体/662 名

➢ 25km: 296 名

➢ 15Km: 227 名

➢ 5km: 139 名

おかげ様で昨年の参加者数を超えました。
ご参加の皆さま、ご協賛、ご協力など頂きました。
皆々様に御礼申し上げます。ありがとうございました。