

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 10650-55828601 毎月 1 日発行 編集責任者 間下 彰 H P http://www.ibaraki-walking.jp/

保存版 2023 年度 IWA ウォーキングカレンダー

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
	, ,	1	土	手賀沼一周ウオーク	H.5.7C	9, 21	我孫子市	取手市歩こう会
		3	日	いばらき元気ウオーク・運営委員会は9/4(月)PM	元気W、ヘルスR		牛久市	牛久Wクラブ
		4	月	幸久地区枕石寺・魚釣場を巡る		10	常陸太田市	
		9	±	第6回 日本でここだけ!! 5県ウオーク大会			古河市	IWA
2		9	±	第6回 日本でここだけ# 5県ウオーク大会(自	由参加)		古河市	牛久Wクラブ
0		9	±	第6回 日本でここだけ# 5県ウオーク大会(自			古河市	常陸太田Wクラブ
2		10	日	遠山コース		10•6	牛久市	牛久Wクラブ
3	9	10	日	常陸の小京都たつごの里ウォーク	県MW、小スR、500 選 道100選		高萩市	高萩Wクラブ
	月	16	±	鎌倉5山ウオーク	1# 1# 1111111#	7	鎌倉市	取手市歩こう会
R		16	±	イヤーラウンドW(那珂湊駅WS)			ひたちなか市	
5		16	土	舟塚山古墳&石岡まつり		8	石岡市	水戸歩く会
$ \vee $		19	火	海浜公園コスモスウオーク	道紀行108003		ひたちなか市	常陸太田Wクラブ
		 第4 遁		駅からウオーキング(松戸祖光院)	224,813100000		松戸市	牛久Wクラブ
		24	H	一般向けウオーキング教室			牛久市	牛久Wクラブ
		30	土	牛久沼の河童の小径ウォーク	HR66、道紀行	10	4久市	第五事業部
年	月		曜日	事業名	認定	距離km	開催地区	開催クラブ
	/1	10/1~		「関東ふれあいの道を歩いてみよう! in 石岡ī		ル上例正パロ	石岡市	IWA選抜
		1	日	第11回とりで利根川市民ウオーク・PM運営委員			取手市	牛久Wクラブ
		1	H	第11回とりで利根川市民ウオーク	<u> </u>	10	取手市	常陸太田Wクラブ
		1	日	第11回とりで利根川市民ウオーク	元気W	5, 10	取手市	取手市歩こう会
		6	金	いばらき元気ウオーク	元気W、ヘルスR	5, 10	牛久市	サクスティック・イン・ サクスリング
2		7	<u>±</u>	常陸太田上河合散策	JUSTIN TOWN	8	常陸太田市	
0		8	日	イヤーラウンドウオーク牛久市大会		0	牛久市	サクス サクラブ
2		9	月	市民歩く会(高萩市主催)		8	高萩市	高萩Wクラブ
	10	15	日	ひたちなか海浜公園コキアウオーク	ヘルスR県MW賞	0	ひたちなか市	ひたちなか健歩の会
$ \sim $	月	18	水			10	筑西市	常陸太田Wクラブ
R		20	金	<u> </u>		9	北茨城市	□ 帝陸太田Wクラフ 高萩Wクラブ
5		21	土			7	三郷市	取手市歩こう会
$ \smile $		21	土	- 八州のフラケーハーラウオーラ - ひたちなか海浜公園GO !		8	ひたちなか市	水戸歩く会
		21	土		500選、道紀行	10	北茨城市	第五事業部
		22	日	ス年冷点冷の近郊をめてるフォーク ユニセフラブウオーク(たつの子山・龍ケ岡公園)	500選、追和1]	6	龍ヶ崎市	・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
		22	土	ユーセンテンワオーケ(たつのチロ・龍ケ岡公園) 高萩市森林公園ウォーク				ー・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・
		29	日	一両秋川林怀公園ソオーク 日~月/秋の研修ウオーク(1泊・伊豆)		8	高萩市 静岡県	
左	В				=n ⇔	距離km	開催地区	牛久Wクラブ
年	月		曜日		認定			開催クラブ 常陸太田Wクラブ
		3	金	日立市助川城址ウオーク		10	日立市	
				金~日/日本スリーデーマーチ(自由参加)		10	埼玉県	牛久Wクラブ
		4	<u>+</u>	朱色に染まる永源寺散策		10	大子町	水戸歩く会
2		4	土	キリンビール取手工場見学ウオーウ		7	取手市	取手市歩こう会
0		5	日	牛久自然の森と女化紅葉巡り		8	牛久市	牛久Wクラブ
2		5	日	ひたちなか海浜古墳群を巡るウオーク		0	ひたちなか市	
1 . 1	11	8	水	いばらき元気ウオーク・PM運営委員会	元気W、ヘルスR	6	牛久市	牛久Wクラブ
	月	11	±	全国赤水ウオーク 2023	ヘルスR	7	高萩市	高萩Wクラブ
		12	日	高崎自然の森・こもれび六斗の森		8	つくば市	牛久Wクラブ
R		18	±	都心のイチョウ並木ウオーク	\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\\	8	東京都	取手市歩こう会
R 5		19	日	水戸晩秋ウオーク	道紀行108019	10	水戸市	水戸歩く会
				駅からウオーキング(笠間稲田石切山脈)			笠間市	牛久Wクラブ
		第4遁		er de lengte de la c	県MW 富大学		Ale man	
		23	祝日	歴史探訪ウオーク	県MW買大会 道紀行108016	12	常陸太田市	常陸太田Wクラブ
				歴史探訪ウオーク 紅葉の小木津山自然公園ウォーク 千姫ゆかりの地をめぐるウォーク		12 8 10	常陸太田市 日立市 常総市	常陸太田Wクラブ 高萩Wクラブ 第五事業部

				<u> </u>				- /1 /0 1
年	月	日	曜日	事業名	認定	距離km	開催地区	開催クラブ
-	-	2	土	アンデルセン公園ウオーク		8	千葉県	取手市歩こう会
		3	_		===x/	-	<u> </u>	
			日	いばらき元気ウオーク・PM運営委員会	元気W、ヘルスR			牛久Wクラブ
2		3	日	納会ウォーク	元気W	7	高萩市	高萩Wクラブ
0		3,4	日,月	忘年ウオーク(ユーパル矢祭)		10	矢祭町	常陸太田Wクラブ
-		9	±	東水戸駅界隈を歩こう	HR229	8	水戸市	水戸歩く会
2	۱.	<u> </u>	-					
3	12	9	土	歳時記の道(ヘルスロード)を歩くウォーク	HR61	10	龍ヶ崎市	第五事業部
$\overline{}$	月	10	日	忘年ウオーク(コロッケと城下町)一般公募			龍ヶ崎市	牛久Wクラブ
R		15	金	西金砂神社ウオーク	ヘルスR	10	常陸太田市	常陸太田Wクラブ
5		16	土	歩測大会·牛久運動公園·忘年会	1		牛久市	牛久Wクラブ
$\overline{}$			土	とりかん一周ウオーク		10		取手市歩こう会
		16				10	取手市	
		17	日	鎌倉歴史探訪ウオーク(自由参加)			鎌倉市	牛久Wクラブ
		17	日	瓜連古徳沼ロマンロード		10	那珂市	ひたちなか健歩の
		16.17	土,日	(自由参加)汽笛一声•鎌倉歴史探訪				水戸歩く会
左	月		曜日	事業名	認定	距離km	開催地区	開催クラブ
年	Н			- 1080 - 1080	100 上	此無KM		
		1	月	初詣ウオーク~柏田神社(自由参加)			牛久市	牛久Wクラブ
		5	金	初詣ウオーク		10	常陸太田市	常陸太田Wクラブ
		6	土	日本橋七福神ウオーク		8	東京都	取手市歩こう会
					₩Ľ`\+4.00\BB4.0004.0			
2		5	金	初詣7社寺巡り	新道100選108019	10	水戸市	水戸歩く会
0		7	日	女化神社コース・AM運営委員会		10	牛久市	牛久Wクラブ
2		7	日	四郎介稲荷・天満宮初詣ウオーク			ひたちなか市	ひたちなか健歩の
4	1	8	月	牛久シティマラソン&ウオークに協力		8	牛久市	牛久Wクラブ
-	月							
	H	10	水	市内初詣ウォーク		7	高萩市	高萩Wクラブ
R		13	 ±	板橋不動尊とヘルスロードをめぐるウォーク	HR291	10	つくばみらい市	第五事業部
6		14	日	ひたち野うしく駅コース		8	牛久市	牛久Wクラブ
		14	B	第52回取手市新春健康M/W		5:10	取手市	取手市歩こう会
		20	土	ひたちなか古墳巡り		8	ひたちなか市	
		下	旬	二所ノ関部屋稽古総見			阿見町	牛久Wクラブ
		27	土	美和高部地区ウオーク		10	常陸大宮市	常陸太田Wクラブ
年	月		曜日	事業名	認定	距離km	開催地区	開催クラブ
+	Л				心化			
		1	木	大北川の白鳥に出会うウォーク		8	北茨城市	高萩Wクラブ
		3	土	舎人公園と西新井大師ウオーク		9	足立区	取手市歩こう会
2		4	日	いばらき元気ウオーク・PM運営委員会	元気W、ヘルスR		牛久市	牛久Wクラブ
0		9	金	耐寒ウオーク(県民の森)	道紀行108027	10	那珂市	常陸太田Wクラフ
-			-		是形[]100027			
2		10	土	日立モノつくりの礎を訪ねて		8	日立市	水戸歩く会
4	2	11	日	弘法大師・茨城100景 一般公募		11•6	つくば市	牛久Wクラブ
$\overline{}$	月	17	土	佐原の街から香取神宮ウオーク		9	香取市	取手市歩こう会
R		17	土	つくば道を歩く	500選、道紀行	12	つくば市	第五事業部
6					300) 選、追和1]			
U		24	土	水戸観梅プレウオーク		8	水戸市	水戸歩く会
$\overline{}$		25	日	つくば公園(梅園・洞峰公園)		8	つくば市	牛久Wクラブ
		25	日	佐和駅から東海村歴史と未来の交流館へ			東海村	ひたちなか健歩の
		25	日	大洗めんたいパークから磯前神社を巡る	道紀行108022	10	大洗町	常陸太田Wクラブ
_		_						
年	月		曜日	事 <u>業</u> 名	認定	距離km	開催地区	開催クラブ
		2	土	金沢八景島周辺ウオーク		9	横浜市	取手市歩こう会
		2	±	日立紅寒桜鑑賞街中散策 ウォーク	HR35、道紀行	10	日立市	第五事業部
		3		いばらき元気ウオーク・PM運営委員会	元気W、ヘルスR		牛久市	キ久Wクラブ
			日		ルヌ、VV、ヘルスド			
		5	火	観梅ウォーク		8	高萩市	高萩Wクラブ
_		5	火	涸沼ウオーク		10	茨城町	常陸太田Wクラフ
2	3月	9	±	水戸観梅ワンデーウオーク(自由参加)			水戸市	牛久Wクラブ
0		9	土		[E RATA]	0 10		水戸歩く会
2		<u> </u>		第12回水戸観梅ウオーク	県MW	8,13	水戸市	
4		10	日	万博記念公園コース		6	つくば市	牛久Wクラブ
+		16	土	北守谷公園ウオーク		8	守谷市	取手市歩こう会
$\overline{}$		17	日	御前山ダム周回ウオーク		10	常陸大宮市	常陸太田Wクラフ
R		$\overline{}$	_			- '`		
6		23	<u>±</u>	赤羽緑地公園・水芭蕉ウオーク			日立市	ひたちなか健歩の
<u>.</u>		第4退	平日	東京ウオーク(柴又帝釈天)			東京都	牛久Wクラブ
		-	土・日	古河まくらがの里・花桃ウォーク			古河市	IWA
$\overline{}$			土・日	古河まくらがの里・花桃ウォーク(自由参加)			古河市	牛久Wクラブ
<u> </u>		23,20						
)			ı — .	古河まくらがの里・花桃ウォーク(自由参加)			古河市	常陸太田Wクラフ
<u> </u>		25,26	十.日					
<u> </u>		25,26 30	土	南郷道を巡る(瓜連~大宮)			瓜連駅	水戸歩く会
)						6	瓜連駅 牛久市	水戸歩く会 牛久Wクラブ

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

8/12 (土)

21世紀の森と広場ウオーク

主 催 取手市歩こう会

距離·認定

9km (JVA)

集 合 取手駅西口 7:10~7:20

(取手駅発 7:35)

¬ — ス JR 武蔵野線新八柱駅 8:16→中央公園口 →つどいの森→野草園→光と風の広場→ 縄文の森→公園中央口→JR 新八柱駅

解 散

JR 武蔵野線 新八柱駅 12:00 頃

参 加 費

会員無料、他協会 300 円

見どころ

松戸市の広大な公園を散策します。

マスク着用は各自の判断。昼食不要。 その他



縄文の森 竪穴式住居

8/27 (日)

つくば公園コース 公園通り南端 赤塚公園から2コース

主 催 距離·認定 集 合

牛久ウオーキングクラブ

L=12km S=6km (JVA)

牛久中央生涯学習センター 7:00

※集合後、密にならない人数で分乗し、赤 塚公園南口駐車場に移動する。

※直行する人は7:30までに赤塚公園南 口駐車場に集合。

コース

赤塚公園→洞峰公園入口→二の宮公園 →中央公園→松見公園→吾妻公園→ JAXA 筑波宇宙センター→洞峰公園→赤 塚公園

解 参 加 費 ※車に分乗して、牛久中央生涯学習センター

IWA·UWC 会員無料

見どころ 公園通り、個性豊かな公園、JAXA 宇宙センター

その他 UWC 会員は UWC の帽子着用

8/26 (土)

明野のひまわり鑑賞ウォーク

主 催

距離·認定

集

IWA第5事業部 10km (JVA)(ヘルスR.096)

下館駅 8:45

※車で来られる方は、旧筑西市役所駐車 場を利用してください。

※鉄道利用の方は、下館駅 8:54 の常総線 に乗車し黒子駅にて下車してください。

黒子駅→千妙寺→黒子橋→ヘルスロード ス **¬** — →明野公民館(トイレ)→長信院→龍雲寺 →宮山ふるさと公園

宮山ふるさと公園 13:00 頃 解

参加 見どころ 会員·中学生以下無料、一般·他協会300円 公園近くの畑に植えられたひまわりを鑑賞し ます。

その他

お昼は公園の食堂でそばも食べられます。 必要に応じて各自マスク着用。

公園からバスに乗って下館駅に戻ります。





◇ 2023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 ヘルスロート、No.
9/2(土)	手賀沼一周ウオーク(取手市歩こう会)	取手駅 7:30 北柏駅 8:19	9km(JVA) (希望者のみ 21km 可)
9/4(月)	幸久地区枕石寺・魚釣場を巡る (常陸太田 W クラブ) 道の駅→河合神社→枕石寺→粟原魚釣場→河合駅→道の駅	道の駅ひたちおおた 9:00	10km (JVA)
9/10(日)	遠山保全林・谷津田散策コース (牛久 W クラブ)	牛久中央生涯学習 センター 7:00	9.6km(JVA) (ヘルスR.160)
9/10(日)	常陸の小京都たつごの里ウォーク (高萩Wクラブ)	高萩市総合福祉 センター 8:30	7km(JVA)(県 MW) (500 選)(道紀行) (ヘルスR042,346)
9/16(土)	鎌倉5山ウオーク (取手市歩こう会)	取手駅 7:15 北鎌倉駅 9:55 (JR 横須賀線)	8km (JVA)
9/16(土)	イヤーラウンドW(那珂湊駅WS) (ひたちなか健歩の会) 那珂湊駅・各コース(6・10・20km)地図を見ながら自由歩行	ひたちなか海浜鉄道 那珂湊駅 9:00	6 • 10 • 20 km (JVA)
9/16(土)	舟塚山古墳と石岡まつり (水戸歩く会)	高浜駅 9:00	7km (JVA)
9/19(火)	海浜公園コスモスウオーク (常陸太田 W クラブ) 勝田駅〜海浜公園間片道コースの他、往復コースも設定の予定 (詳細は次号)	勝田駅 9:00 ※集合場所を変更 しています。 <i>注意</i>	10km、18km (JVA)
9/30(土)	牛久沼の河童の小径ウォーク (IWA 第5事業部) 牛久駅西口→得月院→牛久城跡→河童の小径→雲魚亭 →河童の碑→蛇喰古墳→牛久シャトー→牛久駅東口	牛久駅 9:15 (スタート 9:30)	11km (JVA) (道紀行) (ヘルスR066)

◇ 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 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 tomitadiy3103@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 渡邉 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 第五事業部 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

※ 皆様にお願い申し上げます。

<u>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</u>。 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。

※ 各例会主催者様に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。

☆☆☆☆☆ 表 彰 ☆☆☆☆☆☆

1.日本ウオーキング協会功績表彰(敬称略)

(社)日本ウオーキング協会 功績表彰								
種 別	氏 名	所属クラブ						
団体の部	ひたちなか健歩の	の会(会長:大越康孝)						
伊人の却	鎮目 冨士夫	取手市歩こう会						
個人の部	加藤 実	取手市歩こう会						



畑
深
(
(
(
(
(
(
(
(
(
(
(
(
(
(
(
(
(
(
(
(
(
(
(
(
(
(
(
(
)
(
(
)
(
)
(
)
(
)
(
)
(
)
(
)
(
)
)
(
)
(
)
)
(
)
)
)
(
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)
)</

2.茨城県ウオーキング協会マスターウオーカー賞(敬称略)

No.	完歩回数	氏 名	市町村	所属団体	認定大会(完歩した例大会)	認定日
216	1 回	仲山幸夫	八千代町	一般		2023/7/15
217	2 回	増田 洋	高萩市	高萩 W クラブ	」 西念寺から石切山脈を	2023/7/15
218	4 回	佐藤睦子	高萩市	高萩 W クラブ	巡るウォーク	2023/7/15
219	8 回	間下 彰	高萩市	高萩 W クラブ	(IWA 第5事業部)	2023/7/15
220	8 回	上妻多美子	常陸太田市	常陸太田 W クラブ		2023/7/15

真夏のウォーキング 熱中症対策を忘れずに!!

◆熱中症はどのようにして起こるの?

熱中症を引き起こす条件は、「環境」と「からだ」と「行動」によるものが考えられます。

- ·「環境」の要因は、気温が高い、湿度が高い、風が弱いなど。
- ・「**からだ**」の要因は、激しい労働や運動によって体内に著しい熱が生じたり、暑い環境に体が十分に対応できないことなど。
- ・「行動」の要因は、激しい筋肉運動や慣れない運動、長時間の屋外作業・運動、水分補給ができない状況など。 その結果、体温の上昇と調整機能のバランスが崩れると、どんどん身体に熱が溜まってしまいます。 このような状態が**熱中症**です。

◆熱中症を予防するにはどうしたら良いの?

涼しい服装(吸湿性・速乾性のある衣服)、帽子の着用、木陰などを利用してこまめな休憩、水分・塩分の補給が大切です。 無理をせずに身体を暑さに慣らしましょう。 また、体調の悪いときは特に注意しましょう。



環境省のホームページを参考に致しました。

一連載 地図のお話 -No.166



「七福神めぐりー茨城県版一」(第7回)

ー「とね七福神」めぐり 一茶も訪れた 文化の香り漂う布川の寺社を訪ねてー

日本ウオーキング協会 専門講師 堀野 正勝

(徳満寺 *毘沙門天)

徳満寺には、国指定重要文化財の「金銅板両界曼荼羅」(現在は東京国立博物館で管理)や子育て地蔵のほか、柳田國男が民俗学を志す原点になった「間引き絵馬」が奉納されています。また、徳満寺付近一帯は、中世末期の永正 16 年(1519 年)頃、豊島氏によって築かれた府川城址です。

境内には、財宝福徳や名誉、地位をつかさどる毘沙門天が安置され、その手に持つ如意棒は孫悟空と同じ棒といわれています。

(来見寺 * 弁財天)

来見寺は、永禄3年(1560年)に府川城主豊島頼継が 創建した古刹です。境内に安置されている弁財天は、 七福神の中で唯一の女神です。

そのルーツは古代インドの水の神サラスヴァーティーで、水のせせらぎの音から音楽の才たける神として当初は「弁才天」とされました。

やがて江戸時代には蓄財の神として庶民から琵琶を抱えた「弁財天」として広く信仰されるようになりました。

(布川神社 * 恵比寿天)

神社は町指定有形文化財です。77段の石段を上ると「天の岩戸図」の絵馬が奉納された本殿があり、その左脇に右手に釣竿、左手に鯛を持った恵比寿天が鎮座します。古来漁業の神様として港近くに祭られ、ほかにも医業、造酒、商業の繁栄も司ります。

(応順寺 *寿老人)

応順寺には、八重咲きの名木「八ッ房の梅」が植えられています。小林一茶と親交のあった俳人の古田月船の墓も境内にあり、その墓には「花守りがよその花見る月夜かな」と句が記されています。

不老長寿や厄除、健康安楽、開運をつかさどる寿老 人が持つうちわは、諸病・諸厄を払うといわれています。

(蛟蝄神社 *大黒天)

蛟蝄神社、奥の宮と門の宮の二社があり、別名文間 大明神とも呼ばれ、町指定有形民俗文化財です。その 歴史は古く、記録(延喜式の神名帳)に現れた最初は、 延喜 5(905)年と言われています。日本武尊が参拝した という伝説もあり、周辺は史跡や伝説が数多くあります。 門の宮の鳥居のすぐ右側に安置されている大黒天 は、縁組、勤労、経営、裕福、科学、農耕の繁栄をつか さどる神で、打ち出の小づちは商売繁盛のシンボルです。

神社の乗る**立木貝塚**は、立木台の下に広河の砂州ができ、その砂丘上に現れたヤマトシジミ、マシジミの主淡貝塚です。縄文後晩期貝塚(前 2500~前 300)特徴である洪積台地下の湖成段丘面に立地しています。

(円明寺 *布袋草)

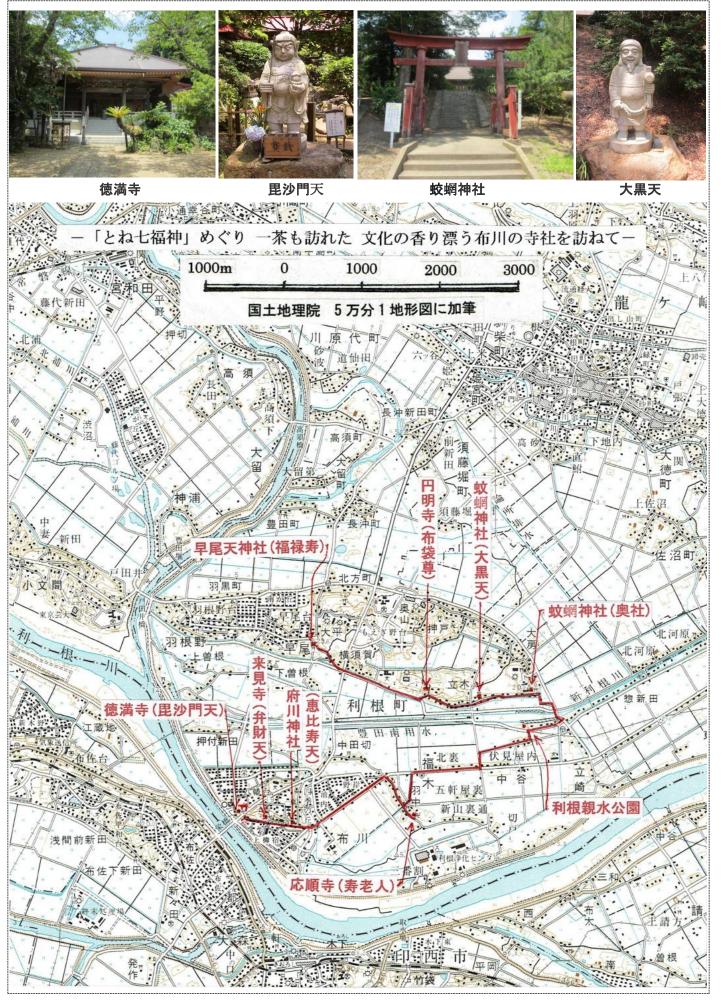
50 段ほどの石段を上がった山門の先にある一風変わった本堂上部の月星型の寺紋は、この地の勢力者だった千葉宗家の家紋と同じものです。

布袋尊は、中国に実在した禅僧といわれ、托鉢僧の モデルとも考えられています。円満完成、平和、家運 隆盛をつかさどり、手に持つ福袋に願いを掛けると幸 運のご利益があるといわれています。

(早尾天神社 *福禄寿)

早尾天神社の祭神は、学問の神様・菅原道真で、春には梅が満開になるという参道に寿老人と同じく現世 利益の信仰を集める儒教の神仙・福禄寿が鎮座しています。

福禄寿は、幸福、慶祝、家内安全をつかさどる神で、 片手に持っている巻物はさまざまな名案・妙案、権謀 術数が出てくる縁起呪物です。



ウォーキングの楽しみ方、いろいろ、ご紹介下さい。

今回は、ウォーキングのいろいろな楽しみ方について、書いてみます。

テーマは、古道巡り(五街道、甲州街道、日光街道、水戸街道他)、城巡り、寺社巡り、御朱印収集、鉄印旅など様々な、目標、 目的など、お持ちだと思います。

筆者は、ここ数年、各地の JML 大会(現在 19 大会)を訪れる度に、『現存 12 天守城』(江戸時代以前建設された姿で残っている天守閣のある 12 城です。うち 5 城は国宝です。)を巡りました。

最初に行ったのは、国宝松本城と松本城ウォークです。このウォーク大会の印象深い点は、スタート前の説明はありましたが、矢張り、立哨などは、ほぼゼロ、チェックポイントもクイズ形式で参加者ファーストでした。

2番目は、弘前城に立ち寄り、環境省推奨のみちのく潮風トレイルのコースを選択、八戸市鮫駅~蕪島~種差海岸にある『淀の松原"遊歩道"』と『芝亭の"めかぶラーメン"』は、大変、印象深い物でした。

3番目は、瀬戸内しまなみ海道スリーデーマーチ参加後、愛媛県、松山城と道後温泉めぐり、『そこには、ひたすら、懐かしい 印象が・・・』初めて、訪れた温泉街ですが、ノスタルジックと言う言葉が、ぴったりです。

4番目は、備中松山城、数ヶ所の城を巡っただけですが、お城の多くは、高台に位置しており、備中松山城は、この中で一番の高所にありました。その翌日、岡山城を見学後、瀬戸内倉敷ツーデーマーチ参加をしました。

5番目は、念願の国宝姫路城を見学しました。『唯々、美しいのひと言です。』今の所、国宝松本城と並ぶお気に入りのひとつです。いろいろな楽しみ方が、ありますが、今は、ウォーキングの素晴らしさを改めて実感している次第です。

皆さんも、他に、こんな楽しみ方があるよ!! などなどを是非とも、ご紹介下さい。投稿文をお待ちしおります。 写真だけでもOKです。ベストショットをお寄せください。







左から松本城、 弘前城、愛媛松山城



備中松山城(高梁城)



岡山城



姫路城(白鷺城)

最後になりましたが、9月9(土)は、第6回日本でここだけ!! 3県境&5県ウオークが開催されます。

全国各地のウォーカーの皆さんから、申込を頂いております。参加された、皆さん、スタッフの皆さんが、お天気に恵まれ、けが、熱中症などに見舞われず、ひとりでも多くの方に、笑顔で帰って頂けるように、祈るばかりです。

よろしくお願い申し上げます。

文責・写真 富田里美

- ◆「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