



IWA

2023 年 11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
 HP <http://www.ibaraki-walking.jp/>

2023年ウォーキング「あれこれ」ご紹介

[illegible]

関東ふれあいの道を歩いてみよう！ in 石岡市

開催日:10/1~11/30

開催地：関東ふれあいの道コース 8「筑波連山縦走の
みち(1)」

[自然歩道を歩こう月間「関東ふれあいの道を歩いてみよう！ in 石岡市」 / 茨城県 \(pref.ibaraki.jp\)](#)

【応募期限】令和5年 12 月 12 日(火)まで

※当日消印有効

【応募先】茨城県自然歩道利用促進協議会事務局

(茨城県県民生活環境部環境政策課 自然鳥獣保護管理グループ内)

●郵送 〒310-8555 茨城県水戸市笠原町 978-6

●eメール sizenhodo18@gmail.com

●電話:029-301-2946

第6回洞峰公園を歩こう・走ろう会！

開催日: 11/11(土) AM:8:30~3H

開催地:洞峰公園多目的フィールド(サッカー場)

住所: 〒305-0051 つくば市二の宮 2 丁目 20

事前申込:~10/13 定員500名 無料

問合先：洞峰公園を歩こう・走ろう会事務局

TEL:029-852-2151(水戸信用金庫つくば支店)

NPO 法人茨城県ウォーキング協会では、
毎回、ウォーキングインストラクターとして、
協力しています。

[illegible]

第 30 回千波湖を歩こう・走ろう会！

開催日: 11/18(土)

開催地:千波湖公園・偕楽園公園(5km)

事前申込: ~10/20 定員 2000名 無料

問 合 先:千波湖を歩こう・走ろう会事務局

TEL:029-222-3315(水戸信用金庫営業統括部
地域活性室内)

NPO 法人茨城県ウオーキング協会では、
来賓、参加者として協力しています。

[illegible]

駅からハイキング 駅ハイ缶バッジを集めよう！ 全て初登場！オリジナルデザイン 29 種

開催日：詳細25コース裏面
開催地：茨城県内25箇所
申込方法：駅からハイキングアプリをダウンロード
事務局：駅からハイキング事務局
TEL：03-6386-9503
オペレーター対応時間 月～金 10:00～17:00
土・日・祝日 9:00～17:00

JR 東日本水戸支社様よりお知らせ依頼



☆ 今回は、ウォーキングの様々なイベント形式をご紹介します。
各会の皆様におかれましては、来年度の予定作成にも、お役に立てれば幸いです。
ウォーキングも、多種多様に特化したイベントあります。皆さんも体験して、楽しみましょう !!

投稿

茨城県のウォーカーは幸せだ

茨城県ウォーカーが毎月楽しみながら読むことの出来る機関紙「IWA ニュース」がある。ウォーカーを支える唯一の県広報的狙いの情報紙である。さらに水戸歩く会には、その名ずばりのウォーキングクラブ「水戸歩く会」がある。歩く行為は健康維持を目指す大方の方にふさわしく継続材料になっていると思う。それを意識させるのが月刊「IWA ニュース」であり、「水戸歩く会」会報である。どちらも組織の組成と同時に発行を始めたから、同会の歴史にも支えられている。県内のウォーカーは県か、水戸の会員に入会すると会報が届く。ウォーキングは歩く単純行為であるが、誰でもその気さえあれば直ぐにでも行えて、人により病みつきにもなる、健康維持行為である。意識の有無に拘わらず続ける事が自分の健康になっていることを知らずにいることさえ起る。健康待望意識が強すぎるとよくないが、意識外に単純、継続可能なウォーキングを、やった身としてお勧めするものである。

川上 清

住所: 〒311-4143 水戸市大塚町 993-7

職業: 無職 年齢: 88 歳 電話番号: 029-251-3246

《 IWA 広報部より 》

茨城県内には、上記 水戸歩く会の他に、高萩市、常陸太田市、ひたちなか市、牛久市、取手市、利根町にも茨城県ウォーキング協会(IWA)への加盟クラブがあり、大半のクラブが会報を発行しております。この会報は、IWA のホームページ(*1) の「加盟団体情報」からどなたでも閲覧できますので、今後のウォーキングライフの一助にしてください。

また、各クラブとも随時入会を受け付けておりますので、入会希望の方は各クラブの代表(*2) までお問い合わせください。

(*1) NPO 法人茨城県ウォーキング協会 <https://ibaraki-walking.jp/>

(*2) 本会報 IWA ニュース第182号 5 ページ「行事に関する問い合わせ先」参照

茨城県ウォーキング協会(IWA)では、毎年、茨城県、日本ウォーキング協会、行政機関、各企業様からのご依頼などにより、社会貢献型のイベントを展開しております。

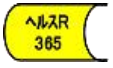
ウォーキングについての教室・イベント・歩く会の設立など、ウォーキングに関する、ご相談を承っております。下記まで、お気軽なく、ご連絡下さい。

[お問い合わせ - NPO 法人 茨城県ウォーキング協会 \(ibaraki-walking.jp\)](https://ibaraki-walking.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

11/1 (水) 主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 見どころ その他	日立市助川城趾ウォーク 常陸太田ウォーキングクラブ ヘルスR 365 8km (JVA)(ヘルスR.36, 224) 日立駅中央口広場 9:00 日立駅→銀座モール→日立二高前→日立総合病院脇→助川城趾→マルト平沢店→日立市役所脇→平和通り→日立駅 日立駅中央口広場 12:00 頃 会員無料、一般・他協会 300 円 鳩石 初代藩主が愛育していた鳩の死を悲しみ庭石に鳩の形を刻み慰めた。 マスク着用は各自の判断。	11/4 (土) 主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 見どころ その他	取手競輪と麒麟ビール工場見学ウォーク 取手市歩こう会 10 km (JVA) 取手駅西口 8:00 取手駅西口駐輪場→長禅寺→本願寺→ヤオコー→八坂神社→取手競輪場(昼食)→JA 夢とりで→麒麟ビール工場 15:00 頃 (ビール工場を見学されない方は 13:20 頃) 会員無料、他協会 300 円 競輪の開催中見学とビール工場見学です。 麒麟ビール工場見学料金：500 円
11/4 (土) 主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 見どころ その他	朱色に染まる永源寺散策 水戸歩く会 ヘルスR 365 6km (JVA)(ヘルスR.34) 水郡線 大子駅 9:00 スタート 9:30 大子駅→永源寺→百段階段→文武館文庫→十二所神社→器而庵→池田橋→大子地蔵→道の駅奥久慈だいが(昼食)→大子駅 大子駅 13:30 会員・中学生以下無料、一般・他協会 300 円 奥久慈の紅葉と日本一の地蔵。 昼食、飲料水、保険証持参願います。 水戸駅発 7:28 に乗車願います。 (ときわ路パス利用でお得に行こう) 駐車場：大子駅付近の観光駐車場利用	11/5 (日) 主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 見どころ その他	牛久自然観察の森と女化紅葉めぐり 牛久ウォーキングクラブ 歩行距離 7.9km 牛久中央生涯学習センター 8:30 ※集合後、車に分乗し牛久自然観察の森第一駐車場に移動します。 ※直行する人は同上駐車場に 9:00 集合。 牛久自然観察の森→ネイチャーセンター→牧場→女化奥の院→女化神社→牛久菊花公園→牛久自然観察の森 牛久中央生涯学習センター IWA 会員は無料、会員外は保険料実費。 牛久自然観察の森の変化にとんだ紅葉と、牛久菊花公園の香りも素晴らしい菊の花畑。
11/11 (土) 主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 見どころ その他	全国赤水ウォーク 2023 高萩ウォーキングクラブ・長久保赤水顕彰会 (共催) 7km (JVA) 南中郷駅 8:45 南中郷駅前→赤水頌徳碑→赤水旧宅→赤水の墓→赤水誕生地→高萩霊園→高萩駅前(赤水像)→高萩市歴史民俗資料館 高萩市歴史民俗資料館前 12:00 頃 全員無料 伊能忠敬より 42 年前に日本地図を作った日本地理学の先駆者長久保赤水ゆかりの地を歩く。 昼食不要。保険証持参。マスクは各自の判断。	11/12 (日) 主催 距離・認定 集合 コース 解散 参加費 見どころ その他	ひたちなか海浜古墳群を巡るウォーク ひたちなか健歩の会 ヘルスR 365 約9km (JVA)(ヘルスR.183) ひたちなか海浜鉄道 阿字ヶ浦駅前 9:15 阿字ヶ浦駅→愛宕神社古墳→前山古墳→川子塚古墳→大穴塚古墳→酒列磯前神社→磯崎東古墳→赤坂稲荷古墳→中生代白亜紀層→三塚古墳→平磯ビーチ→平磯駅 平磯駅 12:30 頃 (昼食無) 会員・中学生以下無料、一般・他協会 300 円 多種多様な古墳を見る。 昼食不要。マスク着用は各自の判断。

11/18 (土) 主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス 解 散 参 加 費 見 どころ そ の 他	都心のイチョウ並木ウォーク 取手市歩こう会 7km (JVA) 取手駅西口 7:35 (取手発 7:59) 千代田線日比谷(8:55 着出口 A10)→日比谷公園→国会議事堂→赤坂見附→高橋是清記念公園→イチョウ並木→絵画館前→国立競技場→青山2丁目 12:30 頃 会員無料、他協会 300 円 再開発で伐採される予定のイチョウ並木を見る。 昼食不要。マスク着用は各自の判断。	11/19 (日) 主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス 解 散 参 加 費 見 どころ そ の 他	水戸晩秋ウォーク 水戸歩く会 10km (JVA) 水戸駅南口 8:30 スタート 9:00 水戸駅南口→千波湖→もみじ谷→歴史館→西の谷→大通り→水戸駅北口 水戸駅北口 12:00 頃 会員・中学生以下無料、一般・他協会 300 円 もみじ谷、歴史館の紅葉を楽しむ。 飲料水、保険証持参願います。 
11/23 (木祝) 主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス 解 散 参 加 費 見 どころ そ の 他	歴史探訪ウォーク 常陸太田ウォーキングクラブ 11km (JVA)(県 MW)(新道紀行 108016) (ヘルスR.220, 222) 常陸太田駅 9:00 常陸太田駅→佐竹寺→真坂城址→白馬寺→西山御殿(西山荘)→桃源(昼食)→若宮八幡宮→梅津会館→愛保育園前駐車場 愛保育園前駐車場 14:30 頃 会員無料、一般・他協会 300 円 ※県 MW 賞・新道紀行 押印代:100 円 紅葉と常陸太田の歴史を楽しむ。 マスク着用は各自の判断。 (受付の際は極力マスク着用をお願いします) 	11/25 (土) 主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス 解 散 参 加 費 見 どころ そ の 他	紅葉の小木津山自然公園ウォーク 高萩ウォーキングクラブ 7km (JVA) 小木津駅西口 9:20 小木津駅西口→小木津山自然公園(南展望台、いしくぼの滝)→小木津駅西口 小木津駅西口 12:00 頃 会員・中学生以下無料、一般・他協会 300 円 紅葉の小木津山自然公園から日立の街を一望する。 昼食不要。保険証持参。マスクは個人の判断。
11/25 (土) 主 催 距離・認定 集 合 コ ー ス 解 散 参 加 費 見 どころ そ の 他	千姫ゆかりの地をめぐるウォーク IWA第5事業部 10km (JVA)(ヘルスR.162) 関東鉄道常総線 水海道駅 9:45 水海道駅→市立図書館→天満宮→五木宋レンガ蔵→豊水橋→安養寺→法性寺→弘経寺(昼食・トイレ)→北水海道駅 関東鉄道常総線 北水海道駅 13:30 頃 会員・中学生以下無料、一般・他協会 300 円 徳川家康の孫娘千姫ゆかりの地である旧水海道市墓所のある弘経寺を中心に常総市を歩きます。 必要に応じてマスク着用。昼食持参。  弘経寺	◇ ウォーカー心得 ◇ 帰るときは来たときよりも美しく 写真以外はとるべからず 足跡以外に残すべからず ◇ ウォーキングマナー五ヶ条 ◇ 1. やあ！お早う 明るい挨拶 さわやかに 2. 信号で、あわてず あせらず 待つ余裕 3. ひろがるな、参加者だけの道じゃない 4. 自分のゴミ、自分の責任もち帰り 5. 歩かせて、いただく土地に感謝して	

◇ 2023年12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.
12/2(土)	アンデルセン公園ウオーク (取手市歩こう会)	取手駅西口 7:50	6km (JVA)
12/3(日)	納会ウオーク(高萩市森林公園) (高萩Wクラブ) 文化会館→秋山中学校前→はぎまる球場→森林公園→ はぎまる球場→千代町団地→文化会館	高萩市文化会館 8:40	7km (JVA)
12/3・4(日月)	忘年ウオーク(会員限定) (常陸太田Wクラブ)	パルティホール 13:00	10km (JVA)
12/9(土)	東水戸駅界隈を歩く (水戸歩く会)		
12/9(土)	歳時記の道(ヘルスロード)を歩くウオーク (第5事業部) 龍ヶ崎市駅スタート→星宮神社→若柴公園→蛇沼公園→ サプラ→龍ヶ崎市駅東口	龍ヶ崎市駅東口 9:30	10km (JVA) (ヘルスR.61)
12/10(日)	コロツケの街・龍ヶ崎を歩こう (牛久Wクラブ)	牛久中央生涯学習センター 8:00	6km (JVA)
12/15(金)	西金砂神社ウオーク (常陸太田Wクラブ)	鳥居脇駐車場 9:00	10km (JVA)
12/16(土)	とりかん一周(納会)ウオーク (取手市歩こう会)	取手駅西口 7:50	10km (JVA)
12/17(日)	うりづらロマンロードウオーク (ひたちなか健歩の会) 瓜連駅→古徳沼→古徳城跡→斎藤監物の墓→静のムクノキ →静駅	水郡線 瓜連駅 8:15	9km (JVA) (道紀行108026) (ヘルスR.26)

※ 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.jp	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 渡邊 昭知 nbam1221@gmail.com	029-285-1592
取手市歩こう会 日野 勝博 khino-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

☆☆☆☆☆☆ 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)

完歩回数	氏 名	所属団体	認定日
3 回	池田 輝子	水戸歩く会	2023/9/10
5 回	割ヶ谷小夜子	高萩ウオーキングクラブ	2023/10/1





「七福神めぐりー茨城県版ー」(第 10 回)

ー「佐竹七福神」その1ー

日本ウオーキング協会 専門講師 堀野 正勝

佐竹七福神は、茨城県北部の那珂市、常陸太田市、常陸大宮市、東茨城郡城里町、久慈郡大子町の 5 市町にある 2 社 5 寺に祀られています。佐竹寺に布袋尊、静神社に恵比寿、小松寺に毘沙門天、徳蔵寺に寿老人、大山寺に福祿寿、立野神社に大黒天、日輪寺に弁財天とそれぞれの社寺境内には、七福神の石像が建立されています。

佐竹七福神巡りには、各社寺が広く各所に点在し、交通の便が悪いことなどから、車での巡拝が効率的だと思います。今回も、大子温泉に宿泊し 1 泊 2 日の巡拝としました。報告も 2 回に分けて行う予定です。

各社寺では、各社寺の御朱印のほか、七福神の御朱印もいただけますので、御朱印を集めている方はご持参ください(御朱印は有料)。

(佐竹寺 布袋尊)

佐竹寺は、常陸太田市天神林町にあり、妙福山明音院佐竹寺と号し、大同二(807)年徳一大師により草創、寛和元(925)年元蜜上人が開山したと伝わる真言宗豊山派の寺院です。

佐竹寺の本尊は、十一面観音菩薩で北向観音です。佐竹寺は、坂東三十三観音第 22 番札所、佐竹氏発祥の寺として知られ、開山当時は、律宗の寺院で観音寺と称しました。

佐竹寺は、佐竹氏の隆盛とともに寺運も栄えました。しかし、天文十二(1543)年、兵火にかかり消失。同十五(1546)年、現在地に再建されました。明治三十九(1906)年には国宝に指定され、本堂梁の海老虹梁や組物などに桃山建築の先駆けとしての様式を残しています。

寺は、古くから安産、厄除けの仏様として信仰され、多くの巡拝者が絶えない古刹です。

布袋尊は、本堂向かって左側にあります。



佐竹寺山門



布袋尊の石像

(静神社 恵比寿)

静神社は、那珂市静に位置し、その創建年代は不祥ですが、江戸時代には徳川家の庇護がありました。寛文七(1667)年、水戸徳川家第二代光圀公が社殿を修復しましたが、天保十二(1841)年の火災で焼失しました。現在の社殿は水戸徳川家第九代斉昭公によって再建されたものです。

静神社の祭神は、建葉槌命(武神、たけはづちのみこと)で、別名を名倭文神(織物の祖神、しどりのかみ)と言われ、古くは鹿島神宮、香取神宮とともに東国の三守護神として崇拝されてきました。延喜式では、鹿島神宮などとともに名神大社で、常陸二の宮です。

恵比寿の石像は、神門に向って右手奥にあります。



左 / 静神社拝殿
下 / 恵比寿の石像



(小松寺 毘沙門天)

小松寺は、城里町上入野に位置します。小松寺は、白雲山普明院小松寺と号し、真言宗智山派の寺院で、天平十七(745)年行基菩薩の開山と伝えられる古刹です。

水戸徳川家第二代藩主光圀公は、たびたびこの寺を訪れ、境内にはお手植えの枝垂れ桜があります。また、水戸第九代藩主徳川斉昭公も天保十四(1843)年にこの寺を訪れ、和歌を詠んでいます。



小松寺本堂

この寺の木造浮彫如意輪観音像(国指定重要文化財)は、平重盛が高野山参詣の折、守護仏として授けられたものと伝えられ、約 8.5 cm の小さな浮彫ですが、その作はきわめてすぐれており、光圀公は、この文化財を永く後世に伝えるため厚い保護を加えました。

裏山の中腹には、平重盛の墓、「宝篋印塔」重盛夫人、平の貞能の墓があります。

毘沙門天の石像は、本堂前にあります。



毘沙門天の石像



【加盟団体例会報告】 常陸太田ウォーキングクラブ 道の駅シリーズ

	駅 名	登録年月	所在地		駅 名	登録年月	所在地
1	かつら	H5.4	東茨城郡城里町	9	ごか	H16.8	猿島郡五霞町
2	みわ	H7.1	常陸大宮市	10	まぐら ^{さと} がの里 こが	H25.3	古河市
3	さとみ	H7.4	常陸太田市	11	ひたち ^{ひたち} おさかなセンター	H26.4	日立市
4	さかい	H8.4	猿島郡境町	12	ひたち ^{ひたち おおみや} 常陸大宮	H27.11	常陸大宮市
5	おくく ^{おくく} じ ^じ 奥久慈だいご	H10.4	久慈郡大子町	13	ひたち ^{ひたち} おおた	H27.11	常陸太田市
6	しもつま	H11.8	下妻市	14	グランテラス ^{ちくせい} 筑西	R1.6	筑西市
7	たまつくり	H12.8	行方市	15	かさま	R3.6	笠間市
8	いたこ	H13.8	潮来市	16	じょうそう ^{じょうそう} 常総	R4.8	常総市

(図1) 茨城県の道の駅一覧 全16ヶ所 地図表示 : 道の駅検索 (michieki.jp)から引用



写真左(道の駅グランテラスから筑波山、加波山を望む風景)
10/18 水曜日、天気快晴
参加者:26名

右写真(道の駅グランテラス付近の国道50号線にかかる歩道橋からの景観)

茨城県内には、2023.10月現在で16駅あります。(図1参照) 全国には、1209駅もあります。全国で一番多いのは？北海道127駅、一番少ないのは？なんと東京の1駅です。

皆さん、ご存じのように、地域の特色を反映させ、特産物、お土産、日帰り温泉、足湯などの施設がある駅もあります。新しい道の駅が出来るといち早く出かけていきたいと思ひます。

さて、常陸太田Wクラブでは、道の駅シリーズを展開して、かれこれ、3～4年になります。地元の道の駅をはじめ、青色文字9駅(図1参照)は、終了しました。残る7駅は、遠方で皆さん参加するのが大変かもしれません。少し頭の痛いところだす。県内の道の駅踏破を目指して、楽しみたいと思ひます。

10/18水曜日は天気に恵まれ、ウォーキングには、最適でした。写真のような、絶景に出会え、参加された皆さんは、楽しかった事と信じています。

ひとつだけ残念な事は、月1回の定休日に当たってしまい、皆さんは、さぞかしガッカリなさったことと思ひます。今後は注意して、定休日などに当たらないように計画したいと思ひます。紙面にて、改めてお詫び申し上げます。

(写真・文責 富田)

◆「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