

ウォーキングクラブ

水戸歩く会

11 月号



発行者：渡邊 昭知 ☎ 029-285-1592

しもつき
霜月

編集者：朝川 憲 ☎ 090-2913-0068

◎ 11 月例会案内

日付	11/4 (土)	11/19 (日)
タイトル	朱色に染まる永源寺散策	水戸晩秋
距離	6 km (JVA) HR34	10 km (JVA)
集合場所	JR 水郡線 大子駅	JR 常磐線 水戸駅南口
集合時間	9:00 スタート 9:30	8:30 スタート 9:00
コース案内	大子駅～永源寺～百段階段～文武館文庫 ～十二所神社蒔蒔神社～器而庵～池田橋 ～大子地蔵～セブンイレブン～ 道の駅奥久慈だいが（昼食）～大子駅	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
解散場所	大子駅 13:30 頃	水戸駅北口 12:00 頃
見どころ	奥久慈の紅葉と日本一の地蔵尊	もみじ谷、歴史館の紅葉を楽しむ
その他	昼食・健康保険証持参 参加費 300 円、中学生以下無料 水戸駅発 7:28 乗車願います ときわ路パス利用可能～お得に行こう	飲み物・健康保険証持参、昼食不要 参加費 300 円、中学生以下無料
担当班	朝川・倉持・外岡・池田・柳林・鈴木	西口・鬼沢・沢幡・千田・小久保



◎ 11 月をどう過ごしますか

いばらき観光 CP 推進協議会及び JR グループでは 10 月～12 月に「茨城デステイネーション CP を実施中『体験王国いばらき』をキャッチコピーに「アウトドア・食・新たな旅のスタイル」をテーマとした特別企画やイベントを取り揃えています。県内を再発見してはいかがでしょうか？事務局からのお勧めは「**駅からハイキング**」

「常陸国ロングトレイル：常陸太田市の黒磯バック約 5 km コース」例会のオプションとしてもいいかな？

ウォーキングは日本スリーデーマーチ・城下町おだわらツーデーマーチ・富士山・湖・もみじウォークと関東地区で開催されます。スポーツ TV 観戦は全日本大学駅伝・全日本実業団女子駅伝・大相撲・Jリーグカップ 明治神宮野球大会・ゴルフ等です。11 月の行事としては七五三・勤労感謝の日・文化の日などがあります。ウォーキングで見かける花は山茶花・皇帝ダリア・寒椿・ポインセチア・マリーゴールド・^{りんどう}竜胆、果物は「甘柿の王様」とも言われる「富有柿」強い甘みが特徴的で石岡市が有名です。

11 月 7 日頃「立冬」を迎え、毎日の寒さも身にしみる季節。木枯らしが吹き、落ち葉が舞い散る様子に、もの寂しさを感じる季節でもあります。部屋に籠らず例会や他協会のウォーキングに参加して屋外に飛び出しましょう。買い物なども近いお店には歩きましょう。車では足が鈍りますよ。（当然ストレッチもお忘れなく）

◎10月1日（日）ピンクリボンin千波湖 2023 水戸歩く会協力

朝方は雨に見舞われましたが、スタートする頃は雨も上がりました。雨でぬかるんだところで滑ったり、ゴール付近ではててしまったり等ありましたが、全員無事にゴールできました。

秋風を感じながら千波湖畔を皆で快適に歩くことが出来ました。”乳がん予防の推進”をアピール

ストレッチ：西口・先頭応援：沢幡・福田・渡邊・西口・柳林・千田・小久保・池田・外岡

一般参加：深作・岡山・入江・藤枝・稲生 14名の皆様 お疲れ様でした。（西口利雄さん 記、写真）



◎例会レポート 10/7（土）常陸太田上河合散策ウォーク 8km 天候：晴れ 気温：23℃

参加者：33名（会員：10名、一般：23名）リーダー：西口・朝川 スタッフ：沢幡・福田・倉持
すがすがしい秋空の下、33名と多くの方の参加を頂き、上河合の幸久公民館をスタートしました。まず河合神社にお参りし、「枕石寺」に参拝。住職さんが境内で寺の縁起などを説明して下さいました。「お絵伝」、「御枕石」の説明を受け、とても興味が湧きました。そのあと、稲の刈り取りの終わった田んぼを眺めながら、「如意輪観音」を拝み、小休止して水分補給をしました。そこから「梵天山古墳」に向かいました。たわなに実った赤い柿、コスモスの花々に心を癒され「梵天山古墳」に到着。茨城県第2の規模を誇る古墳だけあって、堂々とした姿が飛び込んできました。その後島町公民館のお世話になり、きれいなお部屋で昼食をとらせて頂きました。昼食後、池田輝子さんの「マスターウォーカー完歩証」表彰がありました。おめでとうございます。帰路は山田川沿いのサイクリングロードを歩き、「防人の歌碑」で小休止の後、全員無事13時 河合駅にフィニッシュしました。今回は2つの公民館さんが快く、駐車場や昼食場などの便宜を図って下さり、また、「枕石寺」でも大変お世話になりました。地元の方々のあたたかな対応に感謝を申し上げます。

皆様大変お疲れ様でした。

（西口利雄さん 記・写真）



◎例会レポート 10/21（土） ひたちなか海浜公園 GO！ 8km 天候：晴れ 20℃

参加者：14名（会員：9名、一般：5名）リーダー：福田／渡邊 スタッフ：倉持・池田・他会員
朝から好天に恵まれ、快適にひたちなか市街を歩くことができた。

集合場所は“勝田駅東口”8：30集合、9：00スタート勝田駅から目的地“ひたち海浜公園”まで約7.5kmの昭和通りを真っすぐ進んだ。この間、コース途中の休憩時に会計役 西口さんより“焼き芋”が皆に配られ大変好評であった。11時頃に“ひたち海浜公園”西口に到着。この日はコキアの紅葉が完全に色づいたこともあり会場係員によると“本日の予想入場者数は3万人とのこと。このため、入場後“みはらしの丘”ふもと付近で解散とし、各自自由行動とした。みはらしの丘をコキア紅葉を楽しみながら上り頂上では眼下に広がるコキアの紅葉じゅうたんといたちなか港や太平洋を見渡することができる広がりとお奥行きのある光景は大変見応えがあり、感動を覚えるものでした。その後、みはらしの丘を上りとは別ルートで下り、公園内の森の中に設置された公園内テーブルでグループメンバーと昼食弁当を楽しみ、解散。勝田駅まで戻りは直行バスを利用、戻りの移動方法も含め快適なウォークでした。（渡邊昭知さん 記）



美味しい焼き芋を
頬張る参加者たち



見事なコキアの
紅葉ですね
今が見ごろ

（写真提供：西口さん）

【その他】

10月号の陳名さんの解答

槐（えんじゅ）七五三掛（しめかけ）、八月朔日（ほづみ
悉知（しっち）

◎常陸大宮市 11/11～12 10：00～15：00

「集中曝涼」が開催されます。

曝涼とは、普段地域や所蔵者の元で保管されている美術品
や書物を虫干しする日本の伝統的な行事です。

紅葉の美しい季節、宝物を見て回っては如何ですか
文化財を見ると心が洗われる

