



月刊

UWC ニュース

Ushiku Walking Club News

発行:牛久ウォーキングクラブ
 発行者:会長 望月 諭
 UWC QRコード
 連絡先:藤田
 080-1976-0223



3月といえば芽吹き季節、里山には美味しい山菜が旬を迎えます。思い浮かべる山菜 **たらの芽**



Spring

たらの芽は、気温が上がり始める3月頃に旬を迎えます。これらの山菜にやや苦味があるのは、暖かくなると活動的になる害虫から身を守るためといわれています。たらの芽は、ウコギ科タラノキの新芽のこと。日本全国に自生しているため、ウォーキングでもよく見かけるお馴染みの山菜ですね、おいしさや豊富な栄養価から「山菜の王様」と呼ばれ、親しまれています。

令和7年3月定例会等

開催日	概要
2日(日)	鎌倉権五郎景政物語コース 8.4km ●集合時間・場所 8:00牛久中央生涯学習センター ☆集合後、密にならない人数で分乗し奥野生涯学習センター駐車場に移動する ☆直行する人は8:30までに同上に集合 ●歩行担当 Bグループとするが運営委員は適宜フォローに回ること。 ☆いばらき元気ウォーク併催 ☆午後運営委員会 13:30~
5日(水)	イオンモール土浦ウォーキング教室 ●スタッフ集合時間・場所 9:00 牛久中央生涯学習センター 直行するスタッフは9:40に指定駐車場に集合 ※ウォーキング参加者は10:00イオンモール土浦花火広場集合
9日(日)	万博記念コース 6.0km ●集合時間・場所 8:00牛久中央生涯学習センター ☆集合後、密にならない人数で分乗し万博記念公園駐車場に移動する ☆直行する人は8:30までに同上に集合 ●歩行担当 Bグループとするが運営委員は適宜フォローに回ること。
16日(日)	例会休み
23日(日)	牛久自然観察の森コース 歩行距離 L=10.0km S=6.0km(女化運動広場折り返し) ●集合時間・場所 8:00時 牛久中央生涯学習センター ●歩行担当 Bグループとするが運営委員は適宜フォローに回ること。
30日(日)	みどり野児童公園コース 距離6.0km ●集合時間・場所 8:00 牛久中央生涯学習センター ●歩行担当 Bグループとするが運営委員は適宜フォローに回ること。 ☆ウォーキング終了後 UWC令和7年度総会 会場:牛久中央生涯学習センター 2階 中講座室 ※総会の準備メンバーは早めに戻り会場設営にあたる事

令和6年4月の予定

- ▲ 1日(火) 駅からウォーキング土浦桜巡り
 歩行距離 7.2km
 集合時間・場所 8:40分 JR牛久駅 交通費¥480
 電車 下り 8:54分土浦行 9:10両目乗車、土浦駅下車
 持ち物 弁当・飲み物・レジャーシート・UWC帽子
 ルート 土浦駅→新川桜並木→真鍋小学校→まちかど蔵→
 亀城公園→土浦駅→牛久駅 14:30頃 解散
 (詳細は4月号に掲載)
- ▲ 2(水) イオンモール土浦ウォーキング教室
- ▲ 6(日) いばらき元気ウォーク
 (三日月橋さくら散策コース 5.6km)
 ☆午後運営委員会 13:30~
- ▲ 13日(日) 例会休み(1日の振替)
- ▲ 20日(日) 例会休み
 かすみがうらマラソン&ウォーキング大会に協力
- ▲ 27日(日) 小野川~岡見・八坂神社~親水公園
 L=9.0km S=7.5km

JWA・IWA等、上部団体等の報告・お知らせ

- (1) JWA・IWA 関連
 - ① IWA
 - 令和7年度活動方針について(資料提出済み)
 - 大会開催予定
 - ・古河市主催:花桃ウォーク開催3月22日(土)
 - ・土浦市・かすみがうら市主催:
かすみがうらマラソン&ウォーキング4月20日(日)
 - ・つくば国際ウォーク 6月1日(日)
 - ・5県ウォーク 9月27日(土)



—UWC 打ち合わせ事項—

総会資料 3月19日(水)
 9:00~11:00 印刷。場所:運動公園事務所

第47回牛久シティマラソン（ウォーキングの部）2025.1.8 UWCは競技運営を全面的にサポートしました。



先陣をきってスタート



準備体操



早朝から参加者の受付



西大通り



さくら公園で一休み



ゴールまじか運動公園外周



ゴール…♪