

I.W.A. 2025年 4月号

# IWA ニュース

NPO 法人 茨城県ウオーキング協会

発行：NPO 法人茨城県ウオーキング協会  
 発行者：富田里美  
 〒300-0812 茨城県水戸市南町 3-3-35  
 栗原ビル 1F 電話：080-8041-5820  
 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  
 H P : <http://www.ibaraki-walking.jp/>



●コース概要概要

★集合時間

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⇒道の駅さかい⇒関宿城博物館⇒五霞町中央公民館⇒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

50km・・6時00分(自由歩行)  
 20km・・8時00分(自由歩行)  
 12km・・8時30分(自由歩行)  
 ★12km・20km・50km★フィニッシュ・・17時

★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JRF「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)1,800円/ 一般・中学生以上当日申込)2,500円  
(80歳以上の方は申込の上、当日、健康保険証の提示をお願いします。)

払込取扱票

00	口座記号	口座番号	金額	千	百	十	万	千	百	十	円
00	1108	374140									
加入者名	茨城県ウオーキング協会		料金	備考							
通信欄	第7回日本でここだけ!3県境 & 5県ウオーク申込 大人(中学生以上) ¥800 小学生・80歳以上無料(別途申込して下さい。) 参加コース( )km 年齢 歳 男・女										
依頼人	お名前、必ずふりがなを、ご記入下さい										
日附印	様										

2025/3/19

振替払込請求書兼受領証

口座記号番号	001108	374140
加入者名	茨城県ウオーキング協会	
金額	千 百 十 万 千 百 十 円	
依頼人	様	
料金額	(消費税込み) 日 附 印	
備考	円	

左側の払込取扱票に必要事項をご記入の上参加費をお振込み下さい。払込受領書を大会当日受付にお持ち下さい。点線に沿って切取ってください。

## 加盟団体例会・関係諸団体の大会案内

認定(略称) / (HR)ヘルスロード365 (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  
(IVV)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

<p>4/1 (火)</p> <p>主 催 牛久ウオーキングクラブ 距離・認定 7.2km 集 合 牛久駅東口 8:40 (8:52 発下り電車 9:10 両目に乗車、土浦駅下車) コ ー ス 土浦駅(9:08)(駅前広場でストレッチ)→モール 505→新川沿いの桜並木→真鍋小の桜→まちかど蔵→亀城公園(昼食)→土浦駅(→牛久駅) 解 散 牛久駅 14:30 頃 参 加 費 無料、傷害保険加入の事 見 どころ 土浦の桜の名所と歴史の小径を歩く そ の 他 昼食持参</p>	<p>4/5 (土)</p> <p>主 催 高萩ウオーキングクラブ 距離・認定 7km (IVV、HR.304) 集 合 高萩市文化会館 9:00 コ ー ス 文化会館→新花貫橋→びんずる坂→さくら宇宙公園→石滝団地・いぶき台団地→花貫橋→イオン→文化会館 解 散 高萩市文化会館 12:00 頃 参 加 費 会員・中学生以下無料、一般・他協会 300 円 見 どころ さくら宇宙公園の約 300mの桜並木と桜越しに見える巨大なパラボラアンテナ そ の 他 昼食不要、健康保険証持参 マスクは各自の判断</p>
<p>4/5 (土)</p> <p>主 催 取手市歩こう会 距離・認定 8km (IVV、HR.77) 集 合 取手駅西口ペDESTリアンデッキ 7:50 コ ー ス 藤代駅南口(8:24)→宮和田緑道→桜ヶ丘住宅地→北浦川緑地運動公園→藤代駅南口 解 散 藤代駅 12:20 参 加 費 会員無料、一般・他協会 300 円 見 どころ 地名のとおり住宅地の開発で、桜の木が多く植えられ一部の桜を楽しむ そ の 他 健康保険証持参、昼食不要、団体歩行</p>	<p>4/5 (土)</p> <p>主 催 水戸歩く会 距離・認定 8km (IVV) 集 合 水戸線穴戸駅 9:10 スタート 9:30 コ ー ス 穴戸駅→唯信寺→光明寺→完全寺→松山団地→道の駅かさま→穴戸駅 解 散 穴戸駅 14:00 頃 参 加 費 会員・中学生以下無料、一般・他協会 300 円 見 どころ 満開のしだれ桜鑑賞と道の駅でランチ そ の 他 昼食・飲料水・健康保険証持参 マスクは各自の判断</p>
<p>4/9 (水)</p> <p>主 催 常陸太田ウオーキングクラブ 距離・認定 S=7, L=14km (IVV、HR.1,3,116,269) 集 合 水戸駅南口 9:00 コ ー ス 水戸駅南口→千波湖→逆川緑地→笠原水道→茨城県庁(7km コース ゴール) 茨城県庁→茨城放送前→千波湖→水戸駅南口(14km コース ゴール) 解 散 茨城県庁 11:30 頃、水戸駅南口 15:00 頃 参 加 費 会員無料、一般・他協会 300 円 見 どころ 県庁付近の桜並木・茨城県庁食堂でランチ その他 マスクは各自の判断 7km コースの復路はバスを利用します</p>	<p>4/17 (木)</p> <p>主 催 常陸太田ウオーキングクラブ 距離・認定 7km (IVV) 集 合 十王総合健康福祉センター 9:00 (日立市十王町友部 2088-1) コ ー ス ゆうゆう十王→大心苑ゴルフコース→楡形小学校→十王駅→法鷲院→五重塔→十王支所→ゆうゆう十王 解 散 ゆうゆう十王 12:00 頃 参 加 費 会員無料、一般・他協会 300 円 見 どころ ゆうゆう十王の健康遊歩道、法鷲院、五重塔を楽しみながらウォーク その他 昼食不要、マスクは各自の判断</p>

<p>4/26 (土)</p> <p>主 催 ひとचनाか健歩の会 距離・認定 約9・11km (IVV、HR.251) 集 合 笠間駅前 9:20 コ ー ス 健脚コース(約11km) 笠間駅前→つつじ公園→笠間城跡→時鐘桜 →笠間工芸の丘(昼食)→笠間稲荷神社→笠 間駅前 一般コース(約9km) 笠間工芸の丘迄は同じ(ここで健脚を待つ)→ 笠間駅前 解 散 笠間駅前 13:40頃 参 加 費 会員・小中学生無料、一般・他協会員 300円 見 どころ つつじ公園のつつじ鑑賞と笠間城址と森林浴 の道を巡ってウォーキングを楽しむ そ の 他 マスクは各自の判断</p>	<p>笠間つつじ公園笠間城跡訪ねて</p>	<p>4/27 (日)</p> <p>主 催 水戸歩く会 距離・認定 5km (IVV) 集 合 水戸駅北口 9:00 スタート 9:30 コ ー ス 水戸駅→地獄坂→虚空蔵坂→紀州堀→泉町 →旧三の丸庁舎 解 散 旧三の丸庁舎 12:00頃 参 加 費 会員・中学生以下無料、一般・他協会 300円 見 どころ レトロな昭和をみつけよう そ の 他 飲料水、健康保険証持参</p>	<p>紀州堀ウォーク&amp;総会</p> <p>総会: 交流サルーン会議室 13:00~16:00</p>
--	-----------------------	---	--

## ◇ 2025年5月以降予定ダイジェスト

月/日 (曜日)	行事名・主催団体 コース概要	集合場所 受付時間	距離・認定 ヘルスルートNo.
5/4 (日)	柏田公園コース (牛久Wクラブ)	牛久中央生涯 学習センター	6km (IVV)
5/9 (金)	茨城百景(高戸小浜)ウォーク (高萩Wクラブ) 文化会館→津明神社→有明海岸→高戸小浜→ハーモニーパーク →高萩駅前→文化会館	高萩市文化会館 9:00	7km (IVV) (HR.172,258)
5/9 (金)	里見地区を歩こう (常陸太田Wクラブ) 里美文化センター→旧里美高校→大中神社→里美小・中学校 →里美文化センター	里美文化センター 9:00	8km (IVV)
5/10 (土)	与野のバラ園とさいたま芸術劇場ウォーク (取手市歩こう会)	取手駅 7:20	7km (IVV)
5/10 (土)	いにしえの那珂湊を歩こう (水戸歩く会)	大洗駅	6km (IVV)
5/17 (土)	日立海辺ウォーク (常陸太田Wクラブ) 大甕駅西口→大甕神社→泉神社→水木海水浴場→古房地公園 (灯台)→大甕駅東口	大甕駅西口 9:00	8km (IVV)
5/18 (日)	稲田禅房西念寺と石切り場を訪ねる (ひとचनाか健歩の会) 稲田駅前→駅前いなだふれあい公園→石切り山脈見学→ 稲田神社→西念寺→玉日姫廟→いなだふれあい公園	稲田駅前 いなだふれあい 公園 9:20	
5/24 (土)	赤羽緑地公園のクリンソウと野鳥観察 (水戸歩く会)	大甕駅	6km (IVV)
5/29 (木)	十王駅～鵜の岬ウォーク (高萩Wクラブ) 十王駅前→十王川→鵜の岬(国民宿舎)→十王駅前	十王駅 9:20	8km (IVV) (HR.129)

※ 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。

◇ 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 <a href="mailto:dpstsmczk141246@khaki.plala.or.jp">dpstsmczk141246@khaki.plala.or.jp</a>	029-873-9711	常陸太田ウオーキングクラブ 富田 里美 <a href="mailto:tavitaviwalk3103@outlook.com">tavitaviwalk3103@outlook.com</a>	080-8041-5820
高萩ウオーキングクラブ(賛助会員) <a href="mailto:masuda.takahagi@gmail.com">masuda.takahagi@gmail.com</a> 増田 洋	080-9351-0964 0293-22-4410	水戸歩く会(賛助会員) 朝川 憲 <a href="http://higurasi@ozzio.jp">higurasi@ozzio.jp</a>	090-2913-0068
取手市歩こう会 日野 勝博 <a href="mailto:khhino-tori@tbz.t-com.ne.jp">khhino-tori@tbz.t-com.ne.jp</a>	0297-77-8891	茨城県ウオーキング協会 渡辺 千春 <a href="mailto:qq4t344d@jewel.ocn.ne.jp">qq4t344d@jewel.ocn.ne.jp</a>	090-5333-5843 0296-22-6609
ひたちなか健歩の会 佐藤 義和 <a href="mailto:stuyskzkuma@yahoo.co.jp">stuyskzkuma@yahoo.co.jp</a>	029-263-2031		

【活動報告】 3月22日(日) 第26回 古河まぐらがの里 花桃ウオークが開催されました。

参加者速報値577名

🎈🎈🎈 スタッフ、ご協力いただきました皆さん、ありがとうございました。🎈🎈🎈

(順不同敬称略)

堀野 正勝、佐藤 進、佐藤邦彦、望月 諭、藤田 照美、大野 正高、箱崎 裕子、田中 將功、石橋 秀雄、富永秀夫、

山野井 ユキ子、渡辺 千春、富田 里美(IWA13名)

岩淵 正吾、岩淵 タカ(栃木県協2名)

中山直巳(IVVJpan)

中嶋久登、岡田和吉(KKML2名)

今回は、お天気に恵まれました。

花桃も、3~5分咲きできれいでした。

参加された皆さん、スタッフの皆さんも、

2年続きの悪天候を払拭出来た事と思います。

大変、お疲れ様でした。

(文責・写真 富田)



アンカー出発風景:左から中山さん、藤田さん、田中さん、山野井さん

【会議のお知らせ】 時間の変更があります。ご注意ください

2025年度 第1回 理事会 開催について

5月8日(木) 時間 9:30~12:00

茨城県南生涯学習センター5F 小講座室1

担当:牛久ウオーキングクラブ

2025年度 通常総会 開催について

5月18日(日) 時間 9:30~12:00

茨城県南生涯学習センター5F 小講座室2

担当:NPO法人茨城県ウオーキング協会

一連載 地図のお話— No.186



「記念物めぐり—茨城県版—」(第15回)

—国指定史跡「長者山官衙遺跡及び常陸国海道跡」

並びに国指定天然記念物「いぶき山イブキ樹叢」を訪ねて—

日本ウオーキング協会 専門講師 堀野 正勝

記念物巡りの第15回は、日立市北部の標高20m～25mの台地東端に立地する「長者山官衙遺跡及び常陸国海道遺跡」並びに花貫川河口南方約500mの伊師浜海岸の通称「いぶき山」に位置する「いぶき山イブキ樹叢」を巡ります。

国指定 記念物 史跡・重要文化財「長者山官衙遺跡及び常陸国海道跡」

指定年月日 平成30(2018)年10月15日

所在地 日立市十王町伊師字愛宕脇 3586 外 10 筆

長者山官衙遺跡及び常陸国海道跡(長者山遺跡)は、おもに奈良時代から平安時代にかけての官衙遺跡(古代の役所に係わる施設)と古代官道(公的な道路)の史跡です。この周辺には「目島」の地名があることから『常陸国風土記』に出てくる「藻島駅家(めしまのうまや)」である可能性があります。

藻島駅家は、『常陸国風土記』多珂郡(たかのごおり)の項に、「郡の南三十里に藻島駅家あり、東南の浜に基石あり、色は珠玉のごとし」とあります。多珂郡家の位置は未確定ですが、「東南の浜」は長者山遺跡の南南東、約2kmの地点にある基石浦と考えられます。

囲碁は、奈良時代に中国から入ってきており、貴族たちに愛好されていました。その囲碁に用いられる美しい石がこの浜で取れたというのです。現在、伊師浜の国民宿舎鶴の岬の東の入江で白や黒の丸く平たい石を拾うことができます。

また、日立市が、平成17年度から平成27年度にかけて2期にわたって実施した調査により、古代官路の痕跡とみられる道路遺構や東西134～165m、南北110～116mの範囲の不整形形状に区画された溝が確認され、その内部から、8世紀から10世紀代にかけての掘立柱建物と礎石建物などの遺構が確認されました。

これらのことは、長者山官衙遺跡及び常陸国海道跡が、常陸国北部における駅路とその周辺の施設の変遷を示すとともに、古代国家の交通網を知る上でも重要な遺跡と言えます。

国指定 記念物 天然記念物・重要文化財「いぶき山イブキ樹叢」

指定年月日 大正11(1922)年10月12日

所在地 日立市十王町伊師 2204

いぶき山イブキ樹叢は、イブキの自然分布の北限に近いこの地方に、かなりまとまった本数の樹叢があることを保存する目的で、大正11(1922)年10月に文化財保護法・保存要目第2項により指定されました。

『常陸多賀郡史』によると、明治30(1897)年頃までは、鬱蒼としたイブキ林であったことが記載されていますが、現在では「いぶき山」と呼ばれる丘の南側に3本、北側に5本の計8本の疎林のみが残存しています。

推定樹齢は、400年ぐらいと考えられています。



長者山官衙遺跡の礎石群

藻島駅家  
(伊師の愛宕神社)

いぶき山イブキ樹叢

基石の浜(伊師浜海岸)

# 地理院地図

GSI Maps

国指定 史跡「長者山官衙遺跡」天然記念物「いぶき山イブキ樹叢」



【表彰】 2024 年度県民健康づくり表彰式



知事賞受賞：最後列真中左からねもとなおし根本直氏、くりはらせいぞう栗原精三氏、よこやまけんいち横山賢一氏



左から個人部長賞  
ねもと根本 昭子さん  
きくち菊池 祥子さん  
すずき鈴木 幸子さん



右から団体知事賞：水戸歩く会 渡邊前会長  
 " 朝川会長  
 個人部長賞：西口 俊雄氏



個人部長賞：田中 将功氏

【表彰】茨城県マスターウォーカー賞

No.	回	氏名	所属	認定日
0224	3	座間 美紀子さん	ひたちなか健歩の会	2024/12/8

【表彰】新日本歩く道紀行 茨城県大会

No.	回	氏名	所属	認定日
0016	50	座間 美紀子さん	ひたちなか健歩の会	2024/12/5
2	150	木村 澄江さん	ひたちなか健歩の会	2025/2/3

👏👏👏表彰された皆さん、本当におめでとうございます。👏👏👏

◆「投稿」のお願い 400～600 字程度 送付先：富田 里美 Email:info@ibaraki-walking.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「開催要項」なども同封致します。郵便また、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