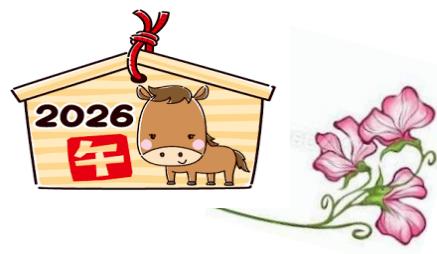


ウォーキング同好会

水戸歩く会

1 月号



発行 水戸歩く会

発行者 朝川 憲 〒310-0815 水戸市本町 3-16-23

携帯 090-2913-0068 メール higurasi@ozzio.jp

1 月の誕生花:スイートピー

◎令和 8 年を迎えて

新年明けましておめでとうございます

健やかな一年の始まりに感謝をこめて新年のご挨拶を申し上げます

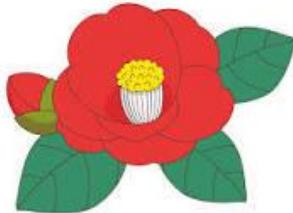
令和 7 年度の事業計画は 16 の例会を企画し 14 例会を実施し、一般参加者は毎回 25 名程が参加しワイガヤで楽しみながらフレイル予防に努めました。7 月から 9 月の 3 ヶ月間は熱中症予防対策として休会。ガイドウォークもショートコースが定着し安全歩行に努めました。

残念ながら諸般の事情で谷根千ウォークと源氏川の彼岸花観賞が中止としました。雨にたたられながらも「いにしえの那珂湊を歩こう」「海浜公園のコキア観賞」は少人数で元気に歩きました。

今年度も、参加者が楽しんで歩けるように色々な企画を思案していますので、水戸歩く会の例会にご参加のほどお待ち申し上げております。今年も宜しくお願ひ申し上げます。

(令和 8 年元旦 水戸歩く会 代表 朝川 憲)

1 月生まれの誕生花と ことば



1/2 つばき 誇り・美德



1/5 雪割草 忍耐・期待



1/27 プルメリア 気品・恵まれた人



一生餅



「一生餅」という行事をご存じでしょうか? 「一生餅」という書き方をすると、一升分のお米(約 1.8 kg)を使って作る餅で、主に鏡餅のことを指しますが、「一生餅」と書くと、主に一歳の誕生日を迎えた子供を祝う行事を指します。子供のこれから的人生「一生(いっしょ)」と、「一升(いっしょ)」を掛け、幼児に一升の餅を背負わせて、一生食べ物に困らないように、一生健やかに過ごせるようにとの願いを込めます。地方によって差はありますが、子供が立ち上がれたら「身を立てられる」、座り込んだら「家の立派な後継者になってくれる」、転んだら「厄落としができた」と言われ、どうなっても縁起が良いとされます。中には、餅を踏ませるという所もあり、その内容は様々です。生まれて初めての誕生日を祝うことは、古くからおこなわっていましたが、日本では戦前頃まで、元日を迎えると年を取る「数え年」で年齢が数えられてきましたので、個人の誕生日を祝う習慣はありませんでした。そんな中、唯一の誕生日祝いが一生餅のお祝いでした。かつては一歳まで育つことすら

当たり前ではなかったので、初めての誕生日を無事に迎えられたことを神様に感謝し、子供が早く丈夫に成長することを願って、喜びの心を持って餅を作っていました。ではなぜ背負うのが「餅」なのでしょうか？『備後国風土記』に次のような逸文があります。備後の国(大分県)のとある村では水田を作つて稻作を行つてきました。余った米で大きな餅を作つてそれを的にして矢で射ると、その餅は白い鳥になつて飛んでいつてしましました。その後、家は衰え、水田は荒れ果てた野になつてしまつたというお話です。餅はおそらく白くて丸く大きな平たいものだったのでした。白い餅は縁起の良い白鳥を連想させ、神秘な靈を宿すものと考えられていました。

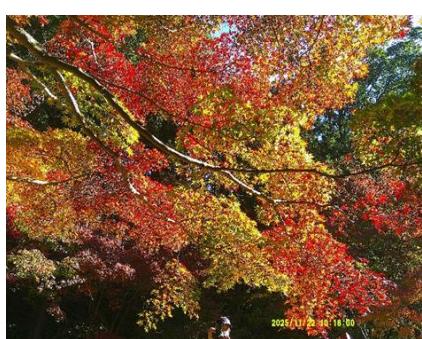
(インターネット AI よりいくつか転載)

◎ウォーキングレポート

11/22(土) 水戸晩秋 8 km 天候:晴 16°C

参加者:会員 12 名 一般 37 名 計 49 名 スタッフ:福田・千田・鬼沢・西口・小森・倉持・池田
絶好のウォーキング日和の下、たくさんの方々に参加して頂き、紅葉の水戸路を楽しく歩きました。
紅葉で有名な「もみじ谷」、「歴史館の銀杏並木」では「ストリートピアノ」が今年から始まつたのでもかなりの人手で賑わつておりました。時期としては丁度盛りの良い時期の観賞となりました。大人数のため、列も長くなるので適時小休止して水分補給し、列の立て直しを図り、無事に水戸駅にお昼に到着した。
皆様大変お疲れ様でした。

(文:西口記)

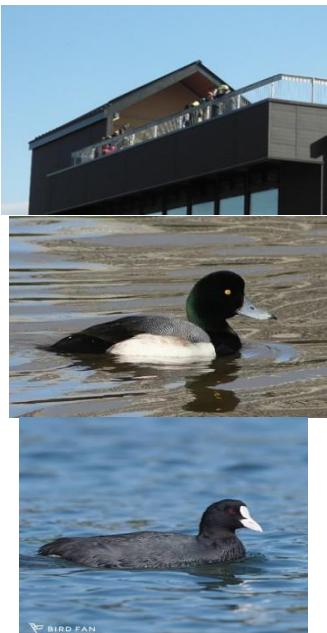


12/6(土) 潤沼でバードウォッキング 8 km 天候:晴 15 °C

参加者:会員 11 名 一般 32 名 計 43 名 スタッフ:西口・倉持・小森・新妻・池田・千田
絶好のウォーキング日和の下、43名とたくさんの方々に参加して頂き、潤沼のバードウォッキングウォークを、楽しみました。まず、潤沼駅から歩いて 15 分「みのわ水鳥・湿地センター」の室内にある双眼鏡でバードウォッキングを楽しみました。この水鳥公園は昨年開館した新しい施設で、屋外で湿地帯歩きや遊具なども利用出来ます。その後、石碑「潤沼の堤」を観て、治水事業の大切さを知りました。「いこいの村潤沼」で、おいしい昼食をとり、ヤマトタケルの痕跡を訪ねて「矢神神社」を参拝しました。その後、適時小休止を取りながら、一路 潤沼駅を目指し、無事に 14 時前 潤沼駅にフィニッシュしました。皆さん大変お疲れ様でした。
新しいメンバーも参加して頂き、ウエルカムウォーキングとなりました。
スズガモを主体にたくさんの渡り鳥がやってきており、充分野鳥観察を行うことが出来ました。

((文と写真:西口)





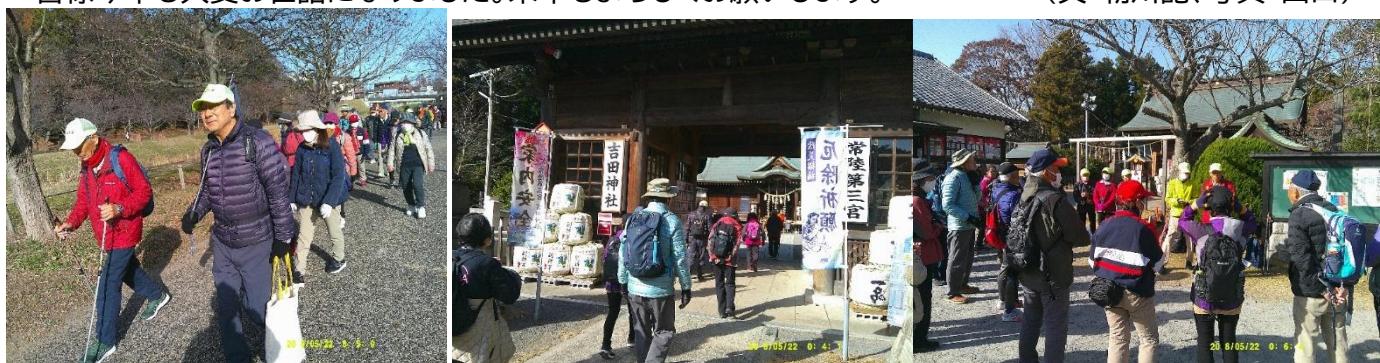
上:みず鳥センター
中:みずがも
下:オオバン

12/13(土) 忘年ウォーク 8 km 天候:晴 7 °C

参加者:会員 9 名 一般 22 名 計 31 名 スタッフ:朝川・渡邊・西口・柳林・福田・倉持・池田

忘年会なのに大勢の参加者で締めくくりができたことに感謝申し上げます。

天候は曇りと思いきや、晴れた。良かった、寒風の中あるくのと、穏やかな天候では雲泥の差がある。Good 千波湖から逆川緑地(休憩)までオントライムで通過。県道 235 交差点で小休止、旧水戸街道を歩き吉田神社到着。ゆっくり参拝し、参加者紹介、吉田神社の由来説明、IVV 配布、来年の例会案内、ここで自由歩行とし散会する。忘年会会場には 15 分遅れで到着(事前通知していた)。和気あいあい会食し和やかに過ごした皆様今年も大変お世話になりました。来年もよろしくお願ひします。 (文:朝川記、写真:西口)



忘年会のお食事



乾杯前の挨拶風景(お世話になりました)



◎2026年1月～3月例会情報 雨天中止

1/10(土)	初詣七社巡り
距離	8km(IVV)
集合	水戸駅北口 黄門像前 9:00 スタート 9:30 解散:14:00 頃予定
コース	水戸駅北口⇒東照宮⇒鹿島神社⇒水戸八幡宮⇒常磐神社(三木神社・東湖神社・常磐稻荷神社)⇒長塚節歌碑⇒桜川沿い⇒水戸駅南口 前年よりコースが変更になっています
参加費	一般・他協会 300 円 中学生以下無料
見どころ	新年の祈願(それぞれで)
その他	昼食・飲料水・保険証・防寒対策・マスク(インフルエンザ・風邪予防)持参
下見班	福田・鬼沢・千田
1/24(土)	額田城跡周辺散策 *菅谷十騎館巡りを変更しました
距離	8km(IVV)
集合	水郡線額田駅 8:50(水戸発 8:17 便利 240 円) スタート 9:10 解散:13:00 頃 額田駅にはトイレがありません。
コース	額田駅⇒鱗勝院⇒阿弥陀寺⇒額田城跡(本丸・二の丸・三の丸)⇒額田地区交流センター⇒額田コミュニティ広場⇒光照寺⇒額田駅 (水戸方面 13:20 発⇒水戸着 13:48)
参加費	一般・他協会 300 円 中学生以下無料
見どころ	県内最大規模の連郭式平山城の広大な城跡、参道を水郡線が通る光照寺
その他	昼食・飲料水・保険証・防寒対策・マスク(インフルエンザ・風邪予防)持参 下見班:朝川・渡邊
2/15(日)	酒蔵で一献・道の駅でランチ 9km 集合:JR 鹿島線潮来駅 9:00 解散:14:20 予定を変更しました。2月と3月の例会を入れ替え。ときわ路バスを利用 下見班:西口・倉持
3/14(土)	第 14 回水戸観梅ウォーク 会場:水戸駅南口さくら東公園 8:30～14:00 集合:8:30 スタート:9:00 コース:大手門⇒弘道館公園⇒水戸芸術館⇒偕楽園⇒桜川沿
3/28(土)	備前堀界隈の今昔物語 8km 集合:水戸駅南口 9:00 解散:12:30 頃 下見班:朝川・渡邊 コース:水戸駅→桜川→備前堀→常陸山橋→ハミングロード→水戸駅

【編集後記】

昨年は水戸歩く会の会報をご愛読していただき、ありがとうございました。今年も紙面の内容を見直しつつ毎月の会報をお届けしたいと考えております。今年も3月のイベント「水戸観梅ウォーク」をメインに心機一転会員一同、一般参加者と楽しくウォーキングできることを楽しみにしています。ぜひ参加をお待ちしております。さて、お正月のおせち料理はネットやそれともデパ地下などで買い求めたのでしょうか。おせちとお雑煮の料理がラジオ深夜便12月号に掲載されたので一部を紹介します(柳原尚之さん・江戸懐石近茶流宗家)お正月とは、新しい年の始まりに家を守ってくれる歳神様をお迎えし、一年の平安を願う行事です。おせち料理に不可欠なのが「三つ肴」です。関東では一般に数の子と黒豆とごまめです。数の子には子孫繁栄、黒豆には「(日に焼けて)黒く(なるまで)まめに働けますように」という、健康への願いが込められています。ごまめは、乾燥したカタクチイワシを煎ってから甘辛く味付けしたもの。「五万米ごまめ」の文字が当てられ、お米がたくさんとれるようにと豊作への気持ちが込められています。今の時代は「少子高齢化」、「ワークライフバランス」「米不足・令和の米騒動」に大きく変わっています。ゆとりをもって今年は暮らしたいですね。安く美味しいお米を食べて、のんびり歩き、フレイル予防！！

