



# ひたちなか健歩の会

## 会報

### ひたちなか市ウォーキング協会

発行者: 佐藤 義和  
編集責任者: 河合 視己人

#### 9月の例会便り

9月12日(木)開催の第223回例会「水戸の坂と偕楽園の萩を巡るウォーク」は、会員15名、一般25名の計40名の参加者がありました。当日は、茨城県では『熱中症警戒アラート』は発表されませんでした。隣の千葉県では発表があり、猛暑の予報だったため、事前のスタッフ打合せにおいて、当初予定を短縮し、水戸芸術館で解散し、それ以降は希望者がおられれば自由歩行してもらおうことと決定しました。

水戸駅前の黄門様に見守られながら、出発式・ラジオ体操を終え、出発しました。「ロマンス坂」を上がって大手門へ、ここで一休みした後、水戸市水道低区配水塔に立ち寄り、竹藪の道の「ひぐらし坂」を降りて下の道路で出た後、「測候所坂」を上がり、水戸芸術館へ、かなりの暑さの中でしたが、休憩と水分補給をこまめに行いながら、無事到着できました。ここで記念撮影をした後、打合せ結果どおりに解散しました。この後、自由歩行を希望した数人の方は、当初の予定のコースを参考に偕楽園に向かいました。その様子は、下の寄稿文をご覧ください。

#### 第223回例会「水戸の坂と偕楽園の萩を巡る W」に参加して

残暑が続く中、県内各方面から、水戸駅北口広場に集合し、久しぶりに会う方々との話も盛り上がっていました。出発式は、佐藤義和会長のご挨拶とコース説明が有り、出発前のラジオ体操第一を全員で元気に行いました。二班に分かれスタート。水戸三高正門に続く「ロマンス坂」を右に棚町坂下門を見ながら上がります。大手門は水戸城の正門で最も格式高い門で、大手橋を渡った所で水分補給休憩。そこから右へ弘道館公園際を進むと、右側に「水戸市水道低区配水塔」が見えてきます。竣工は1932(昭和7)年で、平成11年度まで現役で活躍したそうです。

水戸東武館から西側に進み、緑豊かな斜面緑地から湧いた水が小さな滝となり流れている、通称「ひぐらし坂」を下りた所に池が有り、小澤の滝の説明板が有ります。

旧太田街道の坂を上がり、水戸气象台から少し歩き、水戸芸術館に到着。水分補給休憩。佐藤会長より再度話が有り、気温も上昇し、熱中症対策の為、ショートカットして芸術館で解散となりました。お疲れ様でした。

ここからは自由歩行となり、数名の方が偕楽園に向かいました。泉町、大工町を通り「金魚坂」を抜け、偕楽園入口に到着。偕楽園の萩は、第9代水戸藩主徳川斉昭が仙台藩から譲り受け、偕楽園創設と共に園内に植えたものだそうです。宮城野萩を中心に、白萩、山萩、丸葉萩など総株数750株が可憐な花を咲かせます。残念ながら当日は二分咲きぐらいでした。偕楽園入口の茶屋で昼食を済ませ、水戸駅に13時にゴールしました。

今回の例会は、色々と新しい発見が有り、有意義なウォーキングでした。佐藤会長、役員の皆様の、暑さに対するご配慮に感謝申し上げます。(松本 勝男)



<水戸芸術館前にて>

#### <文芸コーナー> ~多くの皆様のご投稿をお待ちしています~

- <川柳> ・遺影にと出した写真は40代 (K.S.)
- <川柳> ・秋彼岸ゆび先荒れて季節しる (T.K.)
- <短歌> ・猛暑日の多さも時期も新記録それでも秋は彼岸と共に (M.K.)



<コスモス>

## 第 223 回例会のスナップ



<水戸駅前・黄門像>



<出発式・会長あいさつ>



<出発式・遠隔参加者紹介>



<ラジオ体操>



<ロマンス坂を上る>



<大手門に向かう>



<水戸市水道低区配水塔>



<ひぐらし坂を下る>



<水戸芸術館入口>

### HP 開設のお知らせ

8 月末より、「健歩の会」ホームページ(HP)の「試行版」を公開しました。PC 及びスマホで閲覧可能で、URL は右の QR コードです。

一部未完成部分もありますが、今後、追記、修正を加えながら、少しでも役に立つ情報等を掲載できる内容を検討しながら、完成させていく予定です。ご意見・ご要望がありましたらお知らせください。



<健歩の会 HP-URL>

## 事務局からのお知らせ

### 1. JWA・IWA・HWA(日本・茨城県・ひたちなか市各スポーツ協会)関連情報

#### (1) IWA 関連情報

##### ① 9/7(土) 第7回日本でここだけ!3県境&5県ウオーク 参加報告(鹿志村)

健歩の会から3名(小泉、大越、鹿志村)がスタッフとして参加しました。6日午後1時にスポーツセンターに集合し、休む間もなく参加賞400個の袋詰め作業をしました。

7日当日は、会場に午前5時に集合して会場設営。50kmの受付は6時からですが、皆さん待ちきれずに早い時間から受付開始です。暑い一日で参加者も大変だったでしょうが、スタッフもフル稼働で大忙しでした。健歩の会からも暑期中、2名の参加があり、ありがとうございました。帰路は小山駅で事故があり、列車が遅れてしまい、小山駅のベンチで3人で夕食です。参加者、スタッフの皆さん、本当にお疲れ様でした。

##### ②10/5(土) 第3回全国赤水ウオーク東京大会2024年

スタッフ参加予定:小泉、佐藤、菅原

#### (2) HWA 関連情報

①今回の例会で配られた経口補水液(OS-1)は、HWAの熱中症予防対策事業の助成金の一部を使わせていただきました。

### 2. 事務局関係情報

#### (1) 電子化に関するアンケート調査について

先月号に同封した「電子化に関するアンケート調査について(依頼)」について、ご協力をありがとうございました。現在集計中で、結果がまとまり次第、お知らせする予定です。

#### (2) アンケートの実施について

第224回例会に参加の皆様、今後の例会行事の企画立案に役立てるためのアンケートの2回目をお願いする予定です。ご協力をよろしくお願いいたします。

#### <おめでとう!記録認定者の紹介>

- ★IVV 距離認定 : 16,000km : 座間 秀夫さん  
3,000km : 松本 勝男さん
- ★地球一周4万<sup>3</sup>/<sub>4</sub> : 33,000km : 菅原 公子さん

## 定例会等のご案内

【コロナの基本的感染対策は、状況に応じて各自の責任で継続をお願いします】

### 第224回 ひたちなか市\_ひたち海浜公園コキア自由散策と砂丘を歩く

1. 期 日 : 2024(令和6)年10月6日(日) 入園料無料 ←注意!(12日(土)から日程変更あり)
2. 距離・認定 : 8km/団体歩行・MW(=県マスターウォーカー賞)
3. 集 合 : ひたち海浜公園西口前広場 9:30
4. コー ス : 西口・翼のゲート→ローズガーデン→中央ゲート→南口・赤のゲート→砂丘エリア→ガラスハウス→はまかぜ橋→みはらしの丘前
5. 解 散 : みはらしの丘前 12時頃
6. 見どころ : 公園内砂丘園路等を歩く、紅葉のコキア

### 第225回 水戸市\_紅葉のもみじ谷と歴史館を巡るウォーク

1. 期 日 : 2024(令和6)年11月23日(土・祝)
2. 距離・認定 : 検討中
3. その他 : 詳細は次号以降

### 第226回 ひたちなか市\_那珂湊寺社巡りウォーク

1. 期 日 : 2024(令和6)年12月8日(日)
2. 距離・認定 : 検討中
3. その他 : 詳細は次号以降



### 例会ウォークの問合せ先等

【問合せ先】事務局 菅原宛 TEL/FAX 029-274-7016

【持ち物】飲み物、帽子、手袋、ザック、雨具、マスク、健康保険証など  
歩きやすい服装で



## JWA・IWA・近隣他団体からの情報

近隣の他団体などの行事・大会を紹介します。参加時には、事前に下欄の各連絡先に連絡し、参加の可否等を確認し、マスク着用などを原則としてください。

期 日	行事名・主催団体	集 合	距離・認定など	見どころなど
10/12 (土)	道の駅グランテラス筑西	下館駅北口	9km	道の駅でのんびり買い物 と食事を楽しもう
	水戸歩	8:50		
10/13 (日)	集中曝涼ウォーク	金砂郷支所	7km	水辺の環境を親沢池で親し み、豊後国二孝女物語の舞 台となった青蓮寺を訪問
	太田 W	9:00		
10/19 (土)	イヤラウンドコースをアレンジして歩く	下館駅	10km HR90,363 道紀行 108024	大島スポーツのイヤラウ ンドコース(11km)をアレ ンジして下館市内を散策
	第五事	9:45		
10/26 (土)	かしま神の道ウォーク 2	鹿島神宮駅	8km	旧神宮橋から望む西の一 乃鳥居と新神宮橋
	水戸歩	8:20		
10/27 (日)	雨情・天心を偲ぶ道	大津港駅	9km 500選 08-05	五浦岬公園から六角堂を 臨み天心を偲ぶ
	高萩 W	9:30		
10/28 (月)	那珂湊イヤラウンドアレンジ 編	那珂湊駅	6/10km	歴史ある港町と寺院通り、湊公 園の景色、湊公園からの眺望
	太田 W	9:00		
11/7 (木)	笠松運動公園ウォーク	第4駐車場		詳細次号
	太田 W	9:00		
11/16 (土)	水戸晩秋	水戸駅南口	8km	詳細次号
	水戸歩	8:30		
11/23 (土)	風合院と菊祭りウォーク	笠間駅	9km HR251	詳細次号
	第五事	9:30		

### <各行事に関する連絡先>

団体名	会長・団体代表	電話
高萩ウォーキングクラブ(高萩 W)	増田 洋 masuda.takahagi@gmail.com	080-9351-0964
常陸太田ウォーキングクラブ(太田 W)	富田 里美 tomitadiy3103@biglobe.ne.jp	080-8041-5820
水戸歩く会(水戸歩)	朝川 憲 higurasi@ozzio.jp	090-2913-0068
IWA 第五事業部(第五事)	渡辺 千春 qq4t344d@jewel.ocn.ne.jp	090-5333-5843

注) IWA の HP (<https://ibaraki-walking.jp/iwa/>) で「IWA ニュース」を参照すれば、開催中止の有無等の最新情報を見ることができる場合もあります。

### <編集後記>

事務局 菅原

よく高齢者が騙されてお金を取られている。それも銀行の通帳からでなくタンス預金かららしい。結構な額をタンスに保管している。だから人の目に触れずに相手に渡してしまうのだろう。よくもそんなにあるものだと逆に感心してしまう。

ある人の話、いくらかは知らないが休みに何かあったとき下ろせないで準備としてタンス預金をしているとか、ただ旅行などしたとき帰るまで大丈夫かとドキドキしたそうです。ある所にはあるんだなあーと思ってしまいます。

友達の会話の中で空き巣に入られたとき盗られても悔しくない額を見えるところに置いておくと良いと言う。だがその額には個人差があるようです。話していると私の思う額はだいぶ低そうです。これでは逆に荒らされてしまうとか。まあそんなことよりも空き巣に入られない様きちんと戸締りが大事ですね。と言っても何があるかわからない。

騙されないと思っているのは自分だけとか、とにかく気を付けましょう。