



埼玉あるけ通信



HPのQRコード

題字：上田 清司 埼玉県知事

〒330-0064 さいたま市浦和区岸町 1-4-5-102 TEL (048-831-4702) FAX (048-825-4166)

インターネット・ホームページ・アドレス <http://www.saitama-walking-kyokai.jp/> 郵便振替口座：00110-2-544531

NPO SWA事務所(休日：土・日曜日、祝日と協会指定日) 開所時間：10:00~17:00

発行所 NPO 法人埼玉県ウォーキング協会(NPO SWA) 発行者 神山 則幸 編集責任者 大澤 宏

「歩く楽しさ、歩ける喜び」を実感して新たな年のウォーキングを！

NPO法人 埼玉県ウォーキング協会 会長 神山 則幸

今年も“歩く仲間の皆様”が、御健勝にて新春を迎えられましたこと、心からお祝いとお慶びを申し上げます。

昨年は、15年間にわたり会長をお勤めいただいた小川正会長が退任され、名誉会長になりました。会員の皆様にご承認をいただき、私が会長を引き継ぐことになり、新たな体制でスタートをしましたが、いまさらながら、小川会長の偉大さを痛感しています。その中で、埼玉県マーチングリーグ(SAML)も「秩父いってんべえW」「飯能新緑2DM」「川口2DM」「日本3DM」「さいたまーち見沼2DW」の5大会に「日高かわせみの里ツーデーウォーク」を加えて6大会になりました。



日高かわせみの里2DWがSAMLの6番目の認定大会となり、認定証が神山会長から谷ヶ崎市長へ手渡されました。

そして東松山市で開催された「第40回日本スリデーマーチ」では、10万人を超える参加者数を記録するなど益々の盛り上がりを見せています。また、埼玉県でも「健康マイレージ制度」を始め、健康願望の高まり、余暇時間の有効活用などにより、県民のウォーキング志向は確実に広まりや深まりを増しています。

今年は、県協が昭和53年10月、埼玉県歩け歩け協会として誕生し、平成17年10月、特定非営利活動法人埼玉県ウォーキング協会(NPO SWA)に衣替えし、13年目を迎え、通算して40年目を迎える節目の年でもあります。10月には、記念式典と祝賀会を開催すべく現在準備を進めているところです。

これまでも、NPO法人としての理念を背景に、「ウォーキングの仲間の輪の拡大」「地域社会への貢献」「自治体、企業、団体等との連携の強化」などに努め、「魅力ある事業の開発」を重点課題としてまいりました。これからも、引き続き会員の皆様に親しまれ・愛され・喜ばれる埼玉県ウォーキング協会を目指して多種・多彩な事業を展開してまいりたいと思っています。本協会の役員一同一丸となって、ウォーキング指導技術の向上に努め、安全で安心して歩けるコースづくりをするための下準備をするなど「裏方」に徹し、まさに「おもてなし(表無し)」の心で会員の皆様に「歩く楽しさ、歩ける喜び」を実感してもらえればと思います。また、県内外各地で活動している加盟団体の皆様との連携を一層強化し、指定例会などを通してウォーキングの輪の拡大に努め、会員の皆様の居場所・行き場所づくりをしていきたいとも思っています。会員各位の県協会への御支援、御協力を重ねてお願いし新年の御挨拶といたします。

総会 <2月3日(土)>

会場：東松山市民文化センター

時間：13:00~15:00

午前中、歓迎のせっかくウォークへも参加を！

お知らせ

総会報告会・表彰式 <2月25日(日)>

会場：小手指公民館分館ホール

時間：13:00~15:00

午前中例会に参加し会場へ！みんなで祝おう！

Walking Calendar

1月1日(月)~2月28日(水) 文中「問」表示がない場合の問合先は SWA048-831-4702 です。

イベント案内は以下の略号を使用しています。(尚、文中敬称は省略させていただいています)

集 集合 **解** 解散 **見** 見所 **内** 内容 **申** 申込 **担** 担当 **注** 注意 **知** お知らせ **S** スタート **G** ゴール
C コース **P** パスポート **問** 問合せ先 **参** 参考 **受** 受付 **認** 認定 **費** 参加費 **中** 中央会場
パンフ 案内パンフレット有り(入手は問合せ先へ) **彩の国** 彩の国対象市区町村を表示 **500選** 500選コース **SAML** 認定大会
S集、**G解** は時刻、場所(路線名/駅名/出口/徒歩所要時間(分))の順に、IR⇒⑩ 東武⇒⑨ 西武⇒⑧ 秩父⇒⑦

2月11日(日) 第908回 例会 (月例会)

★ 500選⑩ 植木のさと安行・緑と歴史をたどるみち・14km ★

100%表彰 彩の国 203 川口市 500選 11-10 植木のさと安行・緑と歴史をたどるみち

植木の産地である安行は植木農家が多く、町がまるごと植木市のような雰囲気があります。安行植木の開祖吉田権之丞のお墓のある金剛寺、新郷貝塚のある新郷若宮公園、安行桜で有名な密蔵院、そして花の寺院といわれる興禅院を巡ります。

集 9:00 戸塚安行駅前(埼玉高速鉄道/3番出口) G 14:30 頃 戸塚中台公園(⑩武蔵野/東川口/15) C 集 ~西福寺~山王公園(WC)~金剛寺~安行原の蛇造り~新郷若宮公園~密蔵院(WC)~安行原一輪草自生地~安行公園(昼食・表彰)~興禅院~長蔵記念公園~戸塚南公園(WC)~ G	費 会員無料、他協会¥300、一般¥500 割 地元¥200(大人)¥100(小中学生) 担 吉村 秋森 高野 新海 注 集合地にトイレがありません。駅のトイレをご利用ください。
--	--

2月25日(日) 第909回 例会 (月例会)

★NPO第13回総会報告・表彰式ウォーク(所沢市)・10km 彩の国 208 所沢市★

昼食後、小手指公民館分館にて総会報告・表彰式を行います。ご出席ください。

集 9:00 駅前広場(⑧狭山/西武球場前) G 12:30 頃 小手指公民館分館(⑧池袋/小手指/5) C 集 ~山口観音~カソーラー所沢~藤森神社~北野天神社(WC)~誓詞橋~砂掘川~北野公園(昼食)~ G	費 会員無料、他協会¥300、一般¥500 割 地元¥200(大人)¥100(小中学生) 担 本木 井上 新海
--	--

1月7日(日) 第906回 例会 (月例会)

★第25回初詣ウォーク・所沢神明社・14km★

100%表彰 彩の国 208 所沢市 324 三芳町

集 9:00 所沢航空記念公園(⑧新宿/航空公園/東口/1) G 14:30 頃 鶴瀬駅西口(⑧東上) C 集 ~所沢神明社~所沢航空記念公園(WC)~三富新田~旧島田家住宅(昼食・表彰)~ G 費 会員無料、他協会¥300、一般¥500 割 地元¥200(大人)¥100(小中学生) 担 大野 島崎 多比羅 吉村	②のんびりコースはゴール後、各自昼食です。
--	-----------------------

1月10日(水) SWA ウォーキングステーション(WST)

★ YRコースを歩こう・花と緑の散歩道コース ★

①フルコース・12km ②のんびりコース・7km

集 ①② 9:30 北原公園(⑧京浜東北/南浦和/西口/3) G ① 14:30 頃同上②12:00 頃 北浦和駅(⑧京浜東北) 費 ①②とも ¥200 注 ①フルコースは JVA 年間 30 コース認定の対象です。	集 9:30 北本一丁目さくら公園(⑧高崎/北本/東口/4) G 15:00 頃 北本駅(⑧高崎) C 集 ~多聞寺~北本市子供公園(WC)~猿田彦大神~須賀神社~高尾氷川神社~巖島社~高尾さくら公園(昼食・表彰)~阿弥陀堂~ G P 平日 費 ¥300 担 井上 宇治田 惣明 注 集合地に WC なし
---	---

1月16日(火) 熊谷 ウォーキング教室

★“熊谷”わくわくウォーキング教室・5/10km★

受 9:00~ 9:30 荒川公園(⑧高崎/熊谷/南口/5) G 12:00 頃 同上 費 ¥300 注 ① 水、シート(畳1畳分程度)をお持ちください。 ②10km 完歩者は IVV の認定が受けられます。

1月17日(水) 第264回 平日ウォーク

★ 七福神めぐり(北本)・14km ★

集 9:30 北本一丁目さくら公園(⑧高崎/北本/東口/4) G 15:00 頃 北本駅(⑧高崎) C 集 ~多聞寺~北本市子供公園(WC)~猿田彦大神~須賀神社~高尾氷川神社~巖島社~高尾さくら公園(昼食・表彰)~阿弥陀堂~ G P 平日 費 ¥300 担 井上 宇治田 惣明 注 集合地に WC なし

1月20日(土) 雨天中止 ウォーキング教室 ★“わくわく”ウォーキング教室★ 【初詣】 コース(10km)を歩きます。 受 9:00~9:30 北原公園(ⓐ京浜東北/南浦和/西口/3) G 15:00頃 南浦和駅(ⓐ京浜東北) 費 ¥500【5回分前納者=¥2,000】 P 教室 注 ①昼食、水、シート(畳1畳分程度)をお持ちください。 ②雨天中止(当日朝8時~048-831-4702(SWA)へ!)	2月14日(水) SWAウォーキングステーション(WST) ★ YRコースを歩こう・見沼通船堀と緑のヘルシーロード★ ①フルコース・25km ②のんびりコース・8km 集 ①8:15②9:15 北原公園(ⓐ京浜東北/南浦和/西口/3) G ①15:00頃同上②12:00頃 東浦和駅(ⓐ武蔵野) 費 ①②とも ¥200 500選 11-05(①コースのみ) 注 ①フルコースはJVA年間30コース認定の対象です。 ②のんびりコースはゴール後、各自昼食です。
1月21日(日) 第907回 例会 (月例会) ★ 中山道宿場町(本庄市)・15km ★ 彩の国 211 本庄市 集 9:00 駅南公園(ⓐ高崎/本庄/南口/5) G 14:30頃 本庄駅(ⓐ高崎) C 集 ~内野家長屋門~裸薬師~八坂神社~城下公園(WC)~城山稲荷神社~本庄城跡~諸井家住宅~愛宕神社古墳~寺坂橋・賀美橋~若泉第一公園(WC)~安養院~田村本陣門・歴史民俗資料館~旧本庄商業銀行煉瓦倉庫(WC)~本庄宮本蔵の町~金鑽神社~若泉運動公園(昼食)~蚕影山古墳・山の神古墳~はにぼんプラザ(WC)~ G 費 会員無料、他協会¥300、一般¥500 割 地元¥200(大人)¥100(小中学生) 担 惣明 阿部 塩沢 諏訪	2月17日(土) 雨天中止 ウォーキング教室 ★“わくわく”ウォーキング教室★ 【別所沼公園】 コース(10km)を歩きます。 受 9:00~9:30 北原公園(ⓐ京浜東北/南浦和/西口/3) G 15:00頃 浦和駅(ⓐ京浜東北) 費 ¥500【5回分前納者=¥2,000】 P 教室 注 ①昼食、水、シート(畳1畳分程度)をお持ちください。 ②雨天中止(当日朝8時~048-831-4702(SWA)へ!)
1月24日(水) 川越 ウォーキング教室 ★“川越”わくわくウォーキング教室・5/10km★ ①教室(5km)後、②希望者はプラス歩きを! 受 9:00~9:30 クアパーク(ⓐ川越・ⓐ東上/川越/東口/5) G ① 12:00頃 川越駅(ⓐ川越・ⓐ東上) ② 14:30頃 クアパーク(ⓐ川越・ⓐ東上/川越/5) 費 ¥300 注 ① 水、シート(畳1畳分程度)をお持ちください。 ② 10km完歩者はIVVの認定が受けられます。 ③ 10km希望の方は昼食をお持ちください。	2月20日(火) 熊谷 ウォーキング教室 ★“熊谷”わくわくウォーキング教室・5/10km★ 初心者や、楽しいウォーキングを身につけたい方にお勧め! 受 9:00~ 9:30 荒川公園(ⓐ高崎/熊谷/南口/5) G 12:00頃 同上 費 ¥300 注 ① 水、シート(畳1畳分程度)をお持ちください。 ②10km完歩者はIVVの認定が受けられます。
2月7日(水) 第265回 平日ウォーク ★ 500選のみち⑭ 史跡と花の名所を巡る 梅の里のみち・11km ★ 古くから梅の里として有名な越生の町を歩きます。街のあちこちの梅木が迎えてくれます。越生梅林には樹齢650年を超える「魁雪」がある。 集 9:30 ポケットパーク(ⓐ越生/越生/1) G 14:00頃 越生駅(ⓐ越生) C 集 ~報恩寺~大宮神社~運動公園(WC)~山吹の里~弘法山弁財天~越生梅林~五大尊~世界無名戦士の墓(昼食・表彰)~正法寺~ G P 平日 500選 11-01 史跡と花の名所を巡る梅の里のみち 費 ¥300 担 児玉 井上 島崎	2月21日(水) 第266回 平日ウォーク ★中武蔵72薬師めぐりアソコ④・16km★ 第4回目の薬師めぐり6ヶ寺を歩きます。一番寒い時期ですが、回を重ねるごとに金色のお姿が浮き彫りになりますので、楽しみに参加してください。 集 9:30 芦山公園(ⓐ東上/北坂戸/東口/7) G 15:00頃 北坂戸駅(ⓐ東上) C 集 ~23番大智寺~22番 西光寺(WC)~21番東光寺(WC)~東清掃センター脇(昼食・表彰)~ことぶき荘(WC)~26番薬師堂~25番東蔵寺(WC)~24番薬師堂~ G P 平日 費 ¥300 担 高野 大熊 吉村 注 お寺のトイレをお借りしますが数が少ないのが難点です。ご承知ください。
	2月28日(水) 川越 ウォーキング教室 ★“川越”わくわくウォーキング教室・5/10km★ 初心者向けの教室です。小江戸川越を歩き、楽しいウォーキングを身につけてください。 ①教室(5km)後、②希望者はプラス歩きを! 受 9:00~9:30 クアパーク(ⓐ川越・ⓐ東上/川越/東口/5) G ① 12:00頃 川越駅(ⓐ川越・ⓐ東上) ② 14:30頃 クアパーク(ⓐ川越・ⓐ東上/川越/5) 費 ¥300 <<10km完歩者はIVVの認定あり>> 注 ① 水、シート(畳1畳分程度)をお持ちください。 ② 10km希望の方は昼食をお持ちください。

加盟団体イベント情報

1月3日(水) さいたま市与野歩こう会

(共催:NPO 法人埼玉県ウォーキング協会)

◆ 与野七福神めぐり・10km ◆

SWA 指定例会 距離 10km 彩の国 105 中央区

集 10:00 中央区役所前(㊤埼京/与野本町/東口/3)

G 12:30~14:00 同上

C 集 ~鈴谷大堂~大かや~円福寺~円乗院~天祖神社~御嶽社~大國社~一山神社~氷川神社~上落合公園~埼京線北与野駅前~G

費 会員¥300 会員外¥800 問 090-3800-3248 阪田

1月3日(水) 鴻巣市ウォーキングクラブ

◆ 初詣ウォーク(大宮氷川神社)・20km ◆

集 7:20 鳩ここのす前(㊤高崎/鴻巣/東口/2)

G 13:30 頃 裏参道大宮公園入口(㊤高崎/大宮/20)

C 集 ~北本宿東間浅間神社(WC)~桶川宿本陣跡(WC)~上尾駅東口(WC)~愛宕神社~加茂神社~宮原駅東口(WC)~G

費 会員無料 会員外¥300 問 048-542-1716 長島

1月7日(日) 川口市歩こう会

◆ 神社巡り(ハートV)・10km ◆

新春の東京、足立区・荒川区・台東区の神社を巡り今年の願いを叶えましょう。

集 9:30 本町公園(㊤常磐/北千住/西口/5)

G 14:30 頃 鶯谷公園(㊤山手/鶯谷/3)

C 集 ~千住神社~八幡神社~橋戸神社~千住大橋~天王公園(WC)~素刈雄神社~南千住駅~汐入公園(昼食)~石浜神社~玉姫稲荷神社(WC)~吉原大門(見返り柳)~吉原神社~花園公園(WC)~G

費 会員無料 会員外¥300 問 048-266-0037 太田

注 団体歩行の為、ご集印はご遠慮下さい。

1月8日(祝) ふじみ野市上福岡歩こう会

◆ 第36回川越七福神巡り・10km ◆

成人の日、華やぐ小江戸川越を観光しながらの自由歩行、福德をもたらす七福神を巡り今年の幸せを願いましょう。お年玉プレゼントもお楽しみに！

集 10:00 ウエスタ川越交流広場
(㊤川越・㊤東上/川越//西口/5)

G 14:00 頃 連馨寺(㊤新宿/本川越/10)

C 集 ~①妙善寺~②天然寺~長徳寺~中院~③喜多院~④成田山別院~川越本丸御殿~時の鐘~蔵造り通り~菓子屋横丁~⑤見立寺~⑥妙昌寺~⑦G

費 会員無料 会員外¥300 問 090-5413-2751 高橋

参 www.geocities.jp/kamifukuokawa/

1月13日(土) 鶴ヶ島ウォーキングクラブ

◆ 初詣ウォーク(白髭神社)・13km ◆

初詣ウォークです。今年も健康ウォーキングの祈願です。

集 9:00 西口広場(㊤東上/若葉)

G 14:00 頃 北坂戸駅(㊤東上)

C 集 ~雷電池~池尻池~つるの里のんのん~白髭神社~脚折近隣公園(昼食・表彰)~飯盛川沿い~飯盛神社~G

費 会員無料 会員外¥300 問 080-4444-2681 三上

鶴ヶ島YRコースを歩こう！1月のご案内

★ 4(木) Fコース 12km、Kコース 16km

★ 11(木) Gコース 9km、Aコース 20km

★ 18(木) Gコース 9km、Bコース 18km

集 9:00 鶴ヶ島市民活動推進センター前(㊤東上/若葉/3)
コース案内と誘導のみとなります。

費 ¥200 問 080-4444-2681 三上

1月14日(日) 東松山歩こう会

◆ 初詣ウォーク(さいたま市・大宮氷川神社)・10km ◆

代々の天皇家が参拝、国家安泰を祈願する国家行事の社として、朝廷から崇敬されてきた神社でした。約1200年前の聖武天皇の御代に武蔵野国一宮と定められ、醍醐天皇の御代「延喜式神名帳」に、数少ない「明神大社」として記録されています。

集 9:30 さいたまスーパーアリーナ前

(㊤京浜東北/さいたま新都心/2)

G 15:00 頃 けやき広場前

(㊤京浜東北/さいたま新都心/2)

C 集 ~ほこすぎ橋~一の鳥居~氷川神社入口~氷川神社参拝~大宮公園~第二公園(昼食)~見沼代用水西縁~大宮サッカー場~関東郵政局庁舎~G

費 会員無料 会員外¥300 問 0493-22-0826 鈴木

1月14日(日) 坂戸ウォーキングクラブ

◆ 初詣ウォーク・13km ◆

創建1300年の箭弓神社に参拝。平安時代中期の武将、源頼信が戦勝祈願をしたことに由来し、松山城主、川越城主をはじめ多くの人々の信仰を集めた。五穀豊穡、商売繁昌、家内安全の守り神として、交通安全や厄除けをはじめ、開運や学業成就などの祈願者が後を絶たない。

集 9:00 箭弓神社(㊤東上/東松山/北口/5)

G 13:30 頃 北坂戸駅(㊤東上)

C 集 ~高坂SA(昼食・表彰)~G

費 会員無料 会員外¥300 問 090-8856-4226 加藤

1月14日(日) 川越歩こう会

◆ 箱根山と新宿街歩き・10km ◆

戸山公園から箱根山、新宿へ、花園神社、中央公園、都庁展望室、新宿公園まで約10kmを歩きます。

集 9:30 戸山公園(㊤西早稲田/3番出口/5)
G 14:30 頃 新宿公園(㊤新宿三丁目/10)
C **集**～諏訪神社～箱根山～四季の路・ゴールデン街
 ～花園神社(WC)～新宿駅西口交番前～中央公園
 (昼食)～都庁展望室～新宿通り歩行者天国～**G**
費 会員無料 会員外¥300 **問** 049-244-8521 長嶋
注 雨天決行(荒天中止)です。

1月21日(日) さいたま市与野歩こう会

◆ 再・都電荒川線(王子⇒早稲田)・12km ◆
 再度、都電荒川線の沿線を歩きます。雑司ヶ谷霊園は広々とした園内に竹や杉が林立し、四季を通して楽しめる霊園です。夏目漱石等、たくさんの著名人が眠っています。また、甘泉園公園は大名屋敷跡で大名回遊式公園となっています。甘泉園という名の由来は、園内の湧水が甘露で茶に適しているところからつきました。

集 9:00 音無川親水公園(㊤京浜東北/王子/北口/2)
G 14:00 頃 目白運動公園(㊤荒川/早稲田/10)
C **集**～西ヶ原みんなの公園(WC)～庚申塚～大塚駅前～大塚台公園(WC)～日ノ出町第二公園(WC)～雑司ヶ谷霊園(夏目漱石の墓)～甘泉園公園(昼食)～肥後細川庭園(WC)～**G**

費 会員無料 会員外¥300 **問** 090-3800-3248 阪田
注 歩道幅員が狭いため、一列歩行となります。

1月23日(火) 狭山あるこう会

◆ YRコースを歩こう in 狭山・17km ◆

Aコース 稲荷山公園、入間川、智光山公園を自然と季節を感じながら歩きましょう。

集 9:30 狭山市産業労働C(㊤新宿/狭山市/西口/2)
G 14:30 頃 西口市民広場(㊤新宿/狭山市/3)
C **集**～稲荷山公園(WC)～入間川～広瀬神社(WC)～虹の橋公園(昼食)～智光山公園(WC)～入間川～**G**

費 ¥200 (但し JWA 保険未加入者は¥260)

P P-Card **問** 04-2953-0398 鶴木

1月25日(木) 鶴ヶ島ウオーキングクラブ

◆ 関東八十八ヶ所霊場めぐり(菩提の道場)(22)・16km ◆
 東京都・神奈川県内の関東八十八ヶ所霊場めぐり、パーストリーズのパート22です。

集 9:30 南橋本駅広場(㊤相模)
G 15:00 頃 八王子駅(㊤中央)
C **集**～原宿公園(WC)～第62番華蔵院(昼食・表彰)～京王山田駅～富士森体育館(WC)～第63番霊場金剛院～**G**

費 会員無料 会員外¥300 **問** 080-4444-2681 三上

1月28日(日) 鴻巣市ウオーキングクラブ

◆ 東京幕末維新を歩く・11km ◆

幕末から明治維新にかけての史跡の数々を歩いて見ることの素晴らしさ(例)軍艦操練所跡、慶応義塾

発祥の地の碑、蘭学の泉の碑、築地居留地の跡の説明板、善福寺、光林寺等を！

集 7:20 鴻巣駅改札前(㊤高崎)

G 15:00 頃 光林寺(㊤日比谷/広尾/10)

C **集**→(JR)→浜松町駅～福沢・近藤両翁学塾跡の石碑～浜離宮恩賜公園～築地本願寺(WC)～軍艦操練所跡～慶応義塾発祥の碑、蘭学の泉の碑～築地居留地の跡の説明板～日比谷線築地駅→千代田線赤坂駅～勝海舟邸～檜町公園(昼食)～善福寺～**G**

費 会員無料 会員外¥300 **問** 048-542-1716 長島

1月28日(日) ふじみ野市上福岡歩こう会

◆ 遠来の麗鳥「越辺川に白鳥を訪ねる」・10km ◆

毎年11月から3月中?頃まで数多くのコハチヨウが越辺川に飛来し越冬します。優雅で愛らしい姿は大勢の人達を魅了します。近くの田園で餌を啄む光景も和ませくれます。

集 9:00 東光院広場(㊤東上/高坂/東口/8)

G 14:00 頃 北坂戸駅東口(㊤東上)

C **集**～駅前通り右折～七清水せせらぎ緑道～東光院下の清水～折本山緑地～調整池歩道～世明寿寺(WC)～青蓮寺下の清水～島田橋～飯森川～越辺川土手堰～白鳥飛来地～ことぶき荘(昼食・表彰)～農道～勝呂公民館/運動公園(WC)～芦山町～**G**

費 会員無料 会員外¥300 **問** 090-5413-2751 高橋

1月28日(日) 坂戸ウオーキングクラブ

◆ 寺社めぐり①・13km ◆

川越は武蔵国の中央に位置し、武蔵国支配の最重要拠点である。江戸時代に大老・老中など幕政の重職の有力譜代大名や、親藩が入封し、「小江戸」と称された。神社仏閣も多く、それらを訪ねながら江戸時代へタイムスリップ！

集 9:00 霞が関駅北口(㊤東上)

G 13:30 頃 菓子屋横丁(㊤新宿/本川越/18)

C **集**～蓮馨寺(WC)～喜多院(WC)～三芳野神社(昼食・表彰)～氷川神社～広済寺～**G**

費 会員無料 会員外¥300 **問** 090-8856-4226 加藤

1月30日(火) 飯能ウオーキング倶楽部

◆ 飯能YRコースを歩こう・14km ◆

入間川の流れに乗って稲荷山公園へ自然豊かな入間川沿いの遊歩道を飯能から稲荷山公園まで歩くコースです。

集 10:00 市役所西側駐車場(㊤八高・㊤池袋/東飯能/5)

G 13:30 頃 稲荷山公園(㊤池袋/稲荷山公園/1)

C **集**～阿須運動公園(WC)～文化創造アトリエ(昼食)～黒須市民運動場～**G**

費 ¥200 **問** 090-2205-8073 恩田 (荒天中止)

参 hannowalking.com/

2月3日(土)

東松山歩こう会

◆せっかくウォーク(野本・名木巨木巡り)・10km◆

SWAの総会が午後開催されます。これを歓迎して市内の名木・巨木を楽しむウォークを計画しました。総会参加、不参加に関わらず奮って参加ください。

集 9:00 東松山市ウオーキングセンター(●東上/東松山/12)

G 12:30 頃 東松山市民文化C(●東上/東松山/12)

C **集**～柏崎緑地～萬松寺(シガシ)～鷲神社(ムノキ)～等覚院(タノキ)～了善寺(カヤ、サナカ)～野本小～將軍塚(クスノキ)～野本活動センター(ケヤキ)～八幡神社(モミ)～五領沼公園～**G**

費 会員無料 会員外¥300 **問** 0493-22-0826 鈴木

2月18日(日)

鴻巣市ウオーキングクラブ

(共催:NPO 法人埼玉県ウオーキング協会)

◆びっくりひな祭りウォーク・15km◆

SWA 指定例会 **距離**15km **彩の国**217 鴻巣市

メイン会場の駅ビル(ピラミッド)ひな壇31段高さ7m)とサブ会場(花と人形で飾られた六角錐ひな壇とつるし雛展示の花久の里)を歩きます。解散後、鴻巣でびっくりひな祭りをご鑑賞ください。

集 9:00 エルパーク(●高崎/鴻巣/東口/1)

G 15:30 頃 同上

C **集**～陸上競技場・免許センター側(WC)～川里中央公園(WC)～花久の里(昼食)～川里郷土資料館(WC)～円通寺～鴻神社～**G**

費 会員無料 会員外¥300 **問** 048-542-1716 長島

2月27日(火)

狭山あるこう会

(共催:NPO 法人埼玉県ウオーキング協会)

◆第5回早春の狭山ウォーク 2018◆

SWA 指定例会 **距離**17/11/8km **彩の国**215 狭山市

狭山市内を巡る3コース、自分の体力に合ったコースを選び、早春のウォーキングをお楽しみください。

会場 入間川小学校跡地公園(●新宿/狭山市/西口/3)

受 **A(17km)B(11km)コース** 9:00～9:30 (自由歩行)

C(8km)コース 9:30～10:00 (団体歩行)

G **A**15:30 まで、**B**14:30 まで、**C**13:30 頃

CA **受**～稲荷山公園(WC)～彩の森入間公園(WC)～航空自衛隊入間基地～七曲井～堀兼神社～あぐれっしゅ元気村(昼食推奨地)～中央公園(WC)～**G**

CB **受**～コセー前～七曲井(Aコースへ合流)

CC **受**～瑞光寺～梅宮神社～広福寺～サパーク奥富～せせらぎ子供公園(昼食)～イオン前～**G**

費 事前(～2/15)¥500 当日¥700

問 04-2953-0398 鶴木

参 sayama-portal.jp/community/000000006794/

《2/27》第5回早春の狭山ウォーク 2018

参加券販売中(¥500)

みんなの広場

みなさんの声をお寄せください編集委員会宛

FAX:048-825-4166



おめでとうございます



1000*表彰 11月度(12/10 表彰分)

(2017年11月30日までの累計距離で表彰)

1,000* (累計 1006名) 山口 満(岩 槻)

2,000* (累計 768名) 橘内 喜子(川 口)

櫻井しげみ(群馬県) 寺岡 壽枝(嵐 山)

3,000* (累計 599名)

惣明 保江(北 本) 信太 芳美(鴻 巣)

4,000* (累計 472名)

遠藤 繁子(草 加) 斉藤 良克(見 沼)

中村 勝博(富士見) 斉藤 安雄(上 尾)

5,000* (累計 377名) 奥田 盛二(蔵)

小堺 重夫(坂 戸) 藤村 眞昭(朝 霞)

渡辺トメ子(坂 戸) 揚妻 憲一(浦 和)

【6,000*以上は2/25の表彰式対象者となります】
下線の方は12月号号外の追加者です。(12/17 現在)

6,000*達成 (累計 297名)

坂野 岩男(美 里) 猪野 勝男(上 尾)

安達 正弘(深 谷) 安齋 善男(川 口)

山中小一郎(中 央) 小川 友吉(飯 能)

田中 健一(坂 戸)

7,000*達成 (累計 228名)

北村 進(川 越) 君田 勝(川 越)

遠藤 保之(草 加) 大野 卓(西)

田中 敏雄(桜)

8,000*達成 (累計 174名)

嶋村トミ子(中 央) 小林 光政(加 須)

内田 勝夫(川 越) 松本 泰子(浦 和)

木村 靖正(坂 戸)

9,000*達成 (累計 124名)

大宮多恵子(中 央) 加藤 展宏(坂 戸)

佐々木幸男(上 尾) 餘多分正敏(加 須)

西片 雅子(坂 戸) 神門 初美(松 伏)

岩崎 広守(蓮 田)

10,000*達成 (累計 88名)

増子 和子(西) 橋本 弘子(ふじみ)

土居美智子(草 加) 根本 由實(西)

小泉 弘子(所 沢)

11,000*達成 (累計 57名)

大迫 光雄(中 央) 茂木 克己(川 越)

12,000*達成 (累計 44名)

香山 實(春日部) 江口 眞(朝 霞)

森島 康武(越 谷) 市川 英雄(所 沢)

植木 祥雄(久 喜)

【殿堂入り】【2/25に殿堂入り表彰の予定です】

13,000*達成 (累計 27名)

岡部 治郎(東松山)

彩の国 1巡目

浅見ヨシ子(東京都)
手塚 圭吉(南)
小名 猛(坂戸)
久保田由夫(群馬県)
沼野 郁夫(北)

田中 敏雄(桜)
阪田 耕一(中央)
中村 豊輝(浦和)
井上 堅史(新座)
松原 義孝(浦和)

彩の国 2巡目

佐藤カツ子(桶川)
君田みき子(川越)
浅野 啓次(久喜)
安原 範明(上尾)
丸田 誠(緑)
高野 光雄(越谷)
松本 泰子(浦和)
木村 靖正(坂戸)
片山 勇(東京都)
稲田 繁男(ふじみ)

溝渕 裕三(朝霞)
神門 初美(松伏)
村田 勝正(越谷)
茂木 克己(川越)
岡本 昭義(南)
加藤 榮一(鴻巣)
宗方 滋(浦和)
高橋 雍昌(南)
片山 雅子(東京都)
揚妻 憲一(浦和)

彩の国 殿堂入り

岡部 治郎(東松山)
清水 伸雄(鶴ヶ島)
野口 忠男(川越)

高野 明美(志木)
安見 和代(大宮)

平日ウオーク 表彰者(12/6表彰)

おめでとうございます!

30回(累計372名) 安斎 則夫(上尾)
50回(累計276名) 吉見 秀文(見沼)
100回(累計142名) 藤村 眞昭(朝霞)
120回(累計111名) 植木 祥雄(久喜)
折原 作雄(久喜) 青木 良樹(岩槻)

～ 会 員 数 ～

会員数 711名(-1前月比)10月31日現在
(正会員133名 賛助会員513名 家族会員65名)

新入会員です。よろしく。

(2017.11.1～2017.11.31受付分)

新井佐知子(新座) 駒崎運太郎(中央)
安田 久子(三郷) 中島 久男(上尾)

イベント別参加者数(2017年11月)

開催日	区分	回数	イベント名	天候	総計		
					会員	会員外	小計
3(金)	大会	901	第40回日本スリーデーマーチ(1日目)	晴	430	31,445	31,875
4(土)			第40回日本スリーデーマーチ(2日目)	晴	414	29,668	30,082
5(日)			第40回日本スリーデーマーチ(3日目)	晴	419	31,569	31,988
12(日)	月例	902	第38回健康ウオーク・宮代町	晴	282	22	304
15(水)	平日W	261	日級グルメの町を歩く⑧ゼリーフライ	晴	146	11	157
23(木)	指定	上福岡	第35回武蔵野ウオーク	雨	184	30	214
25(土)	大会	903	第4回日高かわせみの里ツアーウオーク(1日目)	晴	284	3,903	4,187
26(日)			第4回日高かわせみの里ツアーウオーク(2日目)	晴	272	1,533	1,805

***「ちょっと気になる!」

in Walking (60) ***

(さいたま市 秋本 圭美)

～2018年の幕開けです!「戌年」～

あけましておめでとうございます。

毎度、勝手気ままな「さいたま歩き!」ですが、今年もどうぞよろしくお願いします!

さて、今年は「戌年」。「戌」という文字は日常ではほとんど使われていませんが、調べてみると①十二支の一つ ②戌の月は新暦の10月 ③戌の刻は午後8時を中心とした2時間 ④戌の方は西北西よりやや北より という意味に使われていたようです。

「戌」という漢字は、刃物で作物を刈り入れ、ひとまとめに締めくくる様子を意味する漢字だったようですが、万人にわかるように、干支の漢字は読み方は同じでも「犬」をあてるようになったのだそうです。

とはいえ、神社で「犬」といえば、神さまのお使いの「狛犬」を連想されることでしょう!また、近年「犬」の先祖は「オオカミ」からの突然変異である

ということもDNA解析によって証明されました。となると、山犬さまと呼ばれている「大口真神(おおくちのまがみ)」はニホンオオカミの神格化されたものと言われてきたことと一致をみることになりますね。

県内には、「大口真神」を祀った神社が三社も!あるようですので、ご紹介!

まずは、「三峰神社」@秩父郡大滝村。「勇気」「やる気」「元気」をいただける「気のお守り」があり、なかでも毎月1日限定の「白」の「気守り」は大人気で整理券の配布もあるとか。元旦は大変なことになるようです。

次に、「宝登山神社」@秩父郡長瀬町。山頂の奥宮までロープウェイも利用できます。また小動物公園もあります。家族みんな楽しめますね。

そして、「釜山神社」@大里郡寄居町。境内には新旧数多くの狼狽

犬像が鎮座している古社だそうです。

「三峰神社」のパワーは最強とのこと!今年の「戌年」は一社は参拝してみたいものです。



2月のウォーキング予定(2/1~2/28)主催欄**赤太字**は詳細を掲載。詳細は各団体に問い合わせを!

開催日	イベント名	主催
1(木)	YRを歩こう	鶴ヶ島
3(土)	第13回NPOSWA通常総会 せっかくウォーク	S W A 東松山
4(日)	役員研修会	S W A
7(水)	500選⑭史跡と花の名所を巡る梅の里	S W A
8(木)	YRを歩こう	鶴ヶ島
11(日)	500選⑩植木のさと安行・緑と歴史をた 総会W	S W A 与野
13(火)	総会W	狭山
14(水)	YRコースを歩こう	S W A
15(木)	YRを歩こう	鶴ヶ島
17(土)	わくわくW教室(浦和) となり町川越妖怪伝説W④	S W A 鶴ヶ島
18(日)	びっくりひな祭りW【指定例会】	鴻巣
	総会W	川越
	日光街道シリーズ③(草加~越谷)	東松山
	第37回総会W	上福岡
	文京の史跡を歩いてみよう	川口
20(火)	熊谷・わくわくW教室	S W A
	YRコースを歩こう	飯能
21(水)	中武蔵72薬師めぐりアンコール④	S W A
22(木)	鎌倉街道シリーズ⑦	鶴ヶ島
25(日)	NPO第13回総会報告、表彰式W	S W A
27(火)	第5回早春の狭山W2018【指定例会】	狭山
28(水)	川越・わくわくW教室	S W A

SWAウォーキングステーションだより

ご利用ありがとうございます。(11/1~11/30)

《11月のコース別利用者数》

2900回達成(累計 1名) 佐藤 慶昭(川口)

1200回達成(累計 11名) 間所啓一郎(蔵)

(達成者には10回無料券を贈呈しています。)

Aコース	Bコース	Cコース	Dコース	Eコース	計
12km	20km	25km	25km	19km	
64	9	63	46	74	256

わくわくウォーキング教室だより

【浦和教室】11/18(曇)の参加者は5名でした。

【熊谷教室】11/21(晴)の参加者は16名でした。

祝! *** 10回修了者 *** 祝!

新井 健治(熊谷)

【川越教室】11/22(晴)の参加者は15名でした。

祝! *** 10回修了者 *** 祝!

横山 恵美(川越) 平本 康子(川越)

祝! *** 30回修了者 *** 祝!

桂 みどり(川越)

******* 事務局だより *********1. SWA事務所年末年始の休みのお知らせ**

12/29(金)~1/3(水)は休みとさせていただきます。
尚期間中もイヤラントコースの利用は可能ですので
ご活用ください。(但し認定手続きは休み明けに
お願いいたします。)

2. 2018年度 Member's Card について

今月号に Walking Diary と一緒に同封送付いたしました。
(但し12/8までに振込まれた方が対象です)
振込がまだの方は至急手続きをお願いいたします。

3. 正会員の大会参加割引について

過日の理事会の決定に基づき①さいたまM、②秩父
父ってんべえ、③飯能新緑2DM、④川口2DM、⑤日本3DM、⑥日高
かわせみの里2DWの6大会の内、5大会を選択してご使用になれる
割引券を発行いたしました。

割引券を該当の正会員(12/8現在会費納入者)へ
「通信」1月号に同封しお送りいたしました。該
当の方はご確認ください。(尚、割引券は総会での
承認後効力が発効となりますので、ご承知おき
ください。)

足のメカニズムを科学した ナイガイ・ウォーキングソックス**BODY CLOTHING**
TECHNO SCIENCE

アーチ(土踏まず)が下がると足が疲れやすくなる
ナイガイ新機能ソックスはアーチを最適な状態に保ち、
スムーズな体重移動をサポートすることにより、快適な
履き心地をキープする機能靴下です。

**Arch Fit Support**

アーチフィットサポートソックス各種

・価格 ¥1,620~2,484 (税込み)

・取り扱い 全国有名百貨店

NAIGAI

お問い合わせ先
ナイガイお客様相談室
TEL:03-3293-7151