



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

ウォーキングマナーを守り、ゆずりあいの気持ちをもって、埼玉県ウォーキング協会を誇れる会にしよう!

HP に表彰のページができました!

ウォーキングの楽しさを広め、会員を増やそう!

8月5日(日) 第919回 例会 (月例会)

★ ★ ★ 滑川町の里山を歩こう 15km ★ ★ ★

ご案内: 谷津の里・森林公園のある滑川。田んぼが広がり、沼が点在するのどかな風景は、ほっとする日本の原風景です。自然たっぷりの滑川の里山を歩きます。

見所: 日本の里山の景観を今に伝える谷津の里。国営武蔵丘陵森林公園は1年を通して楽しめます。

ご注意: つきのわ駅北口広場にはWCがありません。つきのわ駅構内で済ませて下さい。

歩行・認定・表彰: 団体歩行 100km 表彰 IVV 彩の国 341 滑川町

受付(出発式): 8:30~8:50(9:00) つきのわ駅北口広場(東武・東上線)

ゴール: 14:30頃 森林公園駅(東武・東上線)

コース: つきのわ駅北口広場~月輪神社~五厘沼窯跡群~興長寺~羽尾神社~滑川町役場(WC)

~成安寺~谷津の里(昼食・表彰・WC)~森林公園南口(WC)~森林公園駅

参加費: 会員(無料) 会員外(400円)

担当: (リーダー)塩沢 杉村 山口 高澤

参加申込は例会、
平日Wでできます
お早めに!

9月22日(土)~23日(日・祝) 第922回 例会 (大会)

★ ★ ★ 第11回川口ツーデーマーチ 川口市核市移行記念大会 ★ ★ ★

コース別受付、スタート、認定、受付場所等

日	コース名	受付	スタート	認定				受付場所	ゴール
				彩の国	距離	500選	SAML		
22日 (土)	日光御成道ト	① 38km	7:00 ~ 8:00	7:30 ~ 8:00	38km		○	戸塚中台公園	戸塚中台公園
		② 31km	8:00 ~ 9:00	8:30 ~ 9:00	31km		○		
		③ 10km	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:00	10km	なし	○		
		④ 6km	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:00	6km		○		
		⑤ 20km	8:00 ~ 9:00	8:30 ~ 9:00	20km		○		
23日 (日) (祝)	安ル行ト	⑥ 31km	7:00 ~ 8:00	7:30 ~ 8:00	31km		○	戸塚中台公園	12:00 16:00
		⑦ 20km	8:00 ~ 9:00	8:30 ~ 9:00	20km	11-10	○		
		⑧ 10km	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:00	10km		○		
		⑨ 6km	10:00 ~ 11:00	10:30 ~ 11:00	6km	なし	○		

注：認定距離は下見の状況により変更になることがあります。

* リリアパーク(JR京浜東北/川口/西口/1)

会場：戸塚中台公園(JR・武蔵野)東川口駅南口15分

認定：SWA 距離 彩の国 IVV SAML KKML 500選

注意：SAML パスポートを忘れると認定を受けられません。

参加費：9/6まで¥1,500、中学生以下無料

当日申込は1日毎¥1,000です。

注意：当日申込みはゼッケン、コース地図のみになりますので事前申込みをお勧めいたします

パンフ⇒

問合せ先：SWA 048-831-4702

実行委員会事務局 048-259-7658



会員募集中! 入会をご希望の方は事務局までご連絡ください。(連絡先 048-831-4702:平日)

7月1日(日)～
7月31日(火)
SWA関連イベント

Walking Calendar

SWAの問合せは
048-831-4702
(平日 10:00～17:00)

4日(水)スカイツリーと隅田川の川辺散策を楽しむ

11km 第274回 平日W

歩行・認定・表彰: 団体歩行 回数表彰 IVV

受付(出発式): 9:00～9:20(9:30) 横網町公園(JR・総武線)両国駅東口10分

ゴール: 14:00 頃 浅草・二天門

コース: 横網町公園→九重部屋→蔵前橋→厩橋→駒形橋→吾妻橋→東武橋→荻野吟子旧居跡→墨田公園・牛嶋神社→三囲神社→桜橋→今戸神社→待乳山聖天→二天門

参加費: (会員)300円 (会員外)400円

担当: (リーダー) 餘多分 飯田 大森

8日(日) ウォーキング2区を歩く

(大宮区・西区)

13km 第918回 月例会

歩行・認定・表彰: 団体歩行 100区表彰 IVV

彩の国 101 西区 105 大宮区

受付(出発式): 8:30～8:50(9:00) 新都心まちかど広場(JR・京浜東北線)さいたま新都心駅東口3分

ゴール: 14:00 頃 指扇駅(JR・川越線)

コース: 新都心まちかど広場～大宮氷川神社～大宮大栄橋～大平公園～三橋総合公園～国道16号線～川越線～指扇駅

参加費: (会員)無料 (会員外)400円

担当: (リーダー) 秋森 新海 諏訪 大沢(正)

10日(火) 熊谷・わくわくウォーキング教室

第101回 熊谷教室

ご注意: 水、シート(畳1畳分程度)をお持ちください。

歩行・認定: 団体歩行 IVV(10km完歩者のみ)

受付(出発式): 9:00～9:20(9:30) 荒川公園(JR・高崎線)熊谷駅南口5分

ゴール: 12:00 頃 荒川公園(JR・高崎線)熊谷駅南口5分

参加費: (会員)300円 (会員外)300円

11日(水) イヤーラウンドコースを歩こう

①25km②8km 第100回 YR 歩こう

歩行・認定・表彰: 団体歩行 IVV ①コースは JVA 年間 30 コース認定の対象です。①コースは 500 選 11-05 ふるさと見沼の自然探勝のみち認定となります。

受付(出発式)①: 7:45～8:05(8:15) 北原公園(JR・京浜東北線)南浦和駅西口3分

受付(出発式)②: 8:45～9:05(9:15) 北原公園

ゴール①: 15:00 頃 北原公園(JR・京浜東北線)南浦和駅西口3分

ゴール②: 12:00 頃 東浦和駅(JR・武蔵野線)

コース: 見沼通船堀と緑のヘルシーロードコース

参加費: (会員)200円 (会員外)300円

18日(水) 道の駅「庄和」

10km 第275回 平日W

歩行・認定・表彰: 団体歩行 回数表彰 IVV

受付(出発式): 9:00～9:20(9:30) 中央町第4公園(東武・野田線)春日部駅西口5分

ゴール: 14:00 頃 南桜井駅(東武・野田線)

コース: 中央町第4公園～古利根公園橋～碓神社～牛島公園(WC)～道の駅「庄和」(昼食・表彰)～庄和総合公園～花蔵院～南桜井駅

参加費: (会員)300円 (会員外)400円

担当: (リーダー) 大野高橋(雍) 阿部

お知らせ
10/10 平日バス
オーク申込18日
より開始します。

21日(土) わくわくウォーキング教室(浦和)

10km 第152回 浦和教室

ご案内: 別所沼公園コースを歩きます。

ご注意: 昼食、水、シート(畳1畳分程度)をお持ちください。雨天中止(当日 8:00～048-831-4702(SWA)へ!)

歩行・認定・表彰: 団体歩行 IVV 教室パスポート

受付(出発式): 9:00～9:20(9:30) 北原公園(JR・京浜東北線)南浦和駅西口3分

ゴール: 15:00 頃 浦和駅/南浦和駅(JR・京浜東北線)
参加費: (会員)500円 (会員外)500円 5回分前納者は2,000円

25日(水) 川越・わくわくウォーキング教室

①5km②10km 第100回 川越教室

ご案内: 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。

ご注意: 水、シート(畳1畳分程度)をお持ちください。10km 希望の方は昼食をお持ちください

歩行・認定: 団体歩行 IVV (10km完歩者のみ)

受付(出発式): 9:00～9:20(9:30) クレアパーク(JR・川越線)(東武・東上線)川越駅東口5分

ゴール: ①12:00 頃 通町交差点(西武・新宿線)本川越駅5分

ゴール: ②14:30 頃 川越駅(JR・川越線)(東武・東上線)

参加費: (会員)300円 (会員外)300円

8月1日(水)～ 8月31日(金) SWA関連イベント	Walking Calendar	SWAの問合せは 048-831-4702 (平日 10:00～17:00)
8日(水) イヤーラウンドコースを歩こう ①14km②7km 第101回 YR 歩こう ①14		

イ植樹し、約2000本あるとのこと。また雀川沿いに下り、都幾川沿いの水辺の飛び石の一部を歩きます。
ご注意:路線バス¥220円 スイカ・パスモ使用不可
歩行・認定・表彰:団体歩行 IVV ボタンバッジ
受付(出発式):9:00~9:30(9:30)小川町駅前(東武・東上線)

ゴール:15:00頃 明覚駅(JR・八高線)

コース:小川町駅前~ときがわ町路線バス9:40発⇒雀川ダム入口バス停下車~ダム公園~県道30信号横断~ホテルの里~春日神社~川の広場~菖蒲園(ときがわ町本庁舎・昼食・表彰)~川北橋~明覚駅

参加費:(会員)無料 (会員外)300円

連絡先:0493-22-0826 鈴木

7日(土) 坂戸史跡巡りウォーク③

15km(坂戸ウォーキングクラブ)

ご案内:坂戸の西部地区の史跡を訪ねます、坂戸市指定有形民俗文化財1件、埼玉県指定天然記念物2件、その他坂戸市に多数点在する古墳や石像/供養塔などを訪ねます。

歩行・認定・表彰:団体歩行 IVV 坂戸パスポート

受付(出発式):8:20~8:50(9:00)サンロード通り広場(東武・東上線)坂戸駅北口4分

ゴール:14:00頃 一本松駅(東武・越生線)

コース:サンロード通り広場~入西コミュニティーセンター(WC)~浅羽野公民館(昼食・表彰・WC)~土屋神社~長久寺~一本松駅

参加費:(会員)無料 (会員外)300円

連絡先:090-8856-4226 加藤

8日(日) 榛名湖一周ウォーキング(バスハイク)

10km(川口市歩こう会)

ご案内:素晴らしい景色の榛名湖畔一周ウォーキングで森林浴と高地の納涼を求めて、楽しみながら歩きましょう。

見所:榛名湖 湖畔の宿公園 竹下夢二の歌碑

ご注意:大型バス2台で定員になり次第締め切ります。会員優先。2号車のみカラオケ。弁当・飲み物付き

歩行・認定・表彰:団体歩行 IVV

受付(出発式):6:30~6:50(7:00)川口駅西口リリア横(JR・京浜東北線)

ゴール:19:00頃 川口駅西口リリア横(JR・京浜東北線)

コース:川口駅西口リリア横~関越道~上里S・A(WC)~ビジターセンター~榛名湖畔一周(湖畔の宿記念公園、竹下夢二歌碑、御沼おかみ神社)(昼食・WC)~お土産店~関越道(S・A)~川口駅西口リリア横

参加費:(会員)¥5500円 (会員外)6000円

連絡先:090-1987-2581 渡邊

10日(火) 永田山・久須美坂・横手溪谷・奥武蔵自然歩道を歩く

19km(飯能ウォーキング倶楽部)

ご案内:飯能から日高の里山を歩くコースで、横手溪谷は高麗川の涼しげな遊歩道が素晴らしいです。

ご注意:荒天中止 URL: hannowalking.com/

歩行・認定・表彰:団体歩行 IVV

受付(出発式):9:30~9:50(10:00)飯能市役所西側駐車場(JR・八高線)東飯能駅5分

ゴール:15:30頃 飯能市役所(JR・八高線)5分

コース:飯能市役所西側駐車場~観光案内所(WC)~横手台(WC)~永田山~久須美坂~武蔵横手駅(WC)~巾着田(WC)~高麗峠~飯能市役所

参加費:(会員)200円 (会員外)200円

連絡先:090-2205-8073 恩田

21日(土) サマーカーニバル In 鶴ヶ島

10km(鶴ヶ島ウォーキングクラブ・SWA) **指定例会**

ご案内:鶴ヶ島市のサマーカーニバルを見ながらのウォーキングです。特にサンバダンスが必見です。

ご注意:雨天決行及びお弁当、水筒、雨具等持参してください。

歩行・認定・表彰:団体歩行 彩の国241 鶴ヶ島市 IVV 鶴ヶ島パスポート 回数表彰

受付(出発式):15:30~15:50(16:00)若葉ふれあい広場(東武・東上線)若葉駅東口5分

ゴール:17:40頃 鶴ヶ島駅西口(東武・東上線)

コース:若葉ふれあい広場~鶴ヶ島市役所~鶴ヶ島市中央図書館(WC)~鶴ヶ島市運動公園~鶴ヶ島市南近隣公園 WC)~お祭り会場~鶴ヶ島駅西口

参加費:(会員)無料 (会員外)300円

連絡先:070-4287-2263 三上

7月の鶴ヶ島YRコースを歩こう!

★ 5(木)Dコース13km、Jコース18km

★ 12(木)Eコース13km、Kコース16km

★ 19(木)Fコース12km、Aコース20km

受付(出発式):8:40~8:55(9:00)鶴ヶ島市民活動推進センター前(東武・東上線)若葉駅東口5分

ご注意:コース案内と誘導のみとなります。

参加費:(会員)200円 (会員外)200円

連絡先:070-4287-2263 三上

22日(日) 玉川上水を歩く

10km(川越歩こう会)

ご案内:玉川上水:江戸市中に飲料水を供給するために作られ、多摩の羽村から四谷までの43kmが1653年に築かれ、その後多くの分水が開発されて武蔵野の農地へも水を供給(野火止用水、野川用水など)

平成15年8月土木遺産として国の史跡に指定されました。

ご注意: 駅構内でトイレを済ませてください。雨天決行
歩行・認定・表彰: 団体歩行 IVV

受付(出発式): 8:30~8:50(9:00)玉川上水駅南口前
(西武・拝島線)

ゴール: 14:00頃 花南第八公園(西武・新宿線)花小金井駅2分

コース: 玉川上水駅南口前~上水小橋~中央公園
(WC)~小金井公園(昼食、WC)~花南第八公園

参加費: (会員)無料 (会員外)300円

連絡先: 049-292-4551 宮原

22日(日) 暑気払いウオーキング「鶴ヶ島の緑陰巡り」

10km(ふじみ野市上福岡歩こう会)

ご案内: 真夏の暑さを避けて、少し早出の午前中ウオーキング。鶴ヶ島市の富士見緑地通り~東坂戸団地の櫟・桜並木の緑陰コースを歩き、鶴ヶ島駅へ。

歩行・認定・表彰: 団体歩行 IVV どんぐり坊や

受付(出発式): 8:00~8:20(8:30)若葉駅西口広場
(東武・東上線)若葉駅西口1分

ゴール: 11:30頃 (東武・東上線)鶴ヶ島駅東口

コース: 若葉駅西口広場~筑波大付属高校~千代田公園~富士見緑地通り~圏央道潜る~広谷小・用水路脇~東坂戸団地櫟・桜並木~市民の森ふれあい広場~下広谷公民館~鶴ヶ島駅東口

参加費: (会員)無料 (会員外)300円

連絡先: 090-5413-2751 高橋

24日(火) YRコースをあるこう in 狭山(80)

8km(狭山あるこう会)

ご案内: Cコース、狭山一万歩、田園コースを歩きます

ご注意: 昼食はゴール後各自お取りください。

歩行・認定・表彰: 団体歩行 IVV Point Card

受付(出発式): 9:00~9:20(9:30)狭山市産業労働センター(西武・新宿線)狭山市駅西口2分

ゴール: 12:00頃 狭山市駅西口広場(西武・新宿線)狭山市駅西口3分

コース: 狭山市産業労働センター~瑞光寺(WC)~フラワーロード~奥富公民館(WC)~上奥富運動公園~イオン(WC)~狭山市駅西口広場

参加費: (会員)200円 (会員外)260円<<JWA 保険未加入者>>

連絡先: 04-2957-9424 大澤

26日(木) 鎌倉街道シリーズ(上道)パート⑩

①20km ②13km(鶴ヶ島ウオーキングクラブ)

ご案内: 鎌倉街道(上道)パスポートシリーズです。鎌倉時代の歴史をたどりながらの健康ウオーキングです。

ご注意: 雨天決行及びお弁当、水筒、雨具等持参してください。

歩行・認定・表彰: 団体歩行 IVV 鶴ヶ島パスポート回数表彰

受付(出発式): 8:30~8:50(9:00)府中本町駅広場
(JR・武蔵野線)

ゴール①: 16:00頃 町田駅(小田急・小田急線)

ゴール②: 13:30頃 小野神社前バス停(小田急・小田急線・鶴川駅行き)

コース: 府中本町駅広場~新田義貞像(分倍河原駅)~分倍河原古戦場跡~多摩市役所(トイレ)~一本杉公園(昼食・表彰)~小野神社前【ゴール②】~野津田公園(トイレ)~菅原神社~町田駅

29日(日) 行田田んぼアートを見よう

①15km ②7km(さいたま市与野歩こう会)

ご案内: 行田蓮の花の神秘的な美しさと田んぼアートを楽しむ。

ご注意: 暑さ厳しき折、熱中症対策をしっかりとってください。

歩行・認定・表彰: 団体歩行 IVV バラカード

受付(出発式): 8:30~8:50(9:00)赤見台近隣公園
(JR・高崎線)北鴻巣駅東口7分

ゴール①: 15:30頃 吹上駅(JR・高崎線)

ゴール②: 11:30頃 古代ハスの里(秩父鉄道・行田駅までバス)

コース: 赤見台近隣公園~埼玉公民館(WC)~古代ハスの里(昼食・WC)【ゴール②】~前玉神社~緑道トイレ(WC)~吹上本町せせらぎ公園~吹上駅

参加費: (会員)無料 (会員外)300円

連絡先: 090-3800-3248 阪田

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

会員の状況

会員数(2018.5.31現在)			新入会員(2018.5.1~5.31)	
区分	会員数(名)	増減 (対前月)	氏名	市町村
正会員	114	+1	菅野 三郎	浦和区
賛助会員	485	+4	福田 静男	浦和区
家族会員	67	±0	山川 邦雄	羽生市
合計	666	+5	横山 和子	東松山市

彩の国巡り 完歩者

総会以降の達成者を順次発表いたします。

2018年5月 達成

巡目	累計(名)	氏 名	市 区 町 村
1	342	本 木 ひとみ	春日部市
1	343	平 澤 壽 一	中央区
2	93	佐々木 幸男	上尾市

教 室 の 状 況

浦和、熊谷、川越で毎月開催している「わくわくウォーキング教室」の状況を掲載しております。

2018年5月 教室参加者数

開催日	区分	回数	イベント名	天候	参加数
15日(火)	熊谷	99	熊谷・わくわくウォーキング教室	晴	18
19日(土)	浦和	150	わくわくウォーキング教室	曇	1
23日(水)	川越	98	川越・わくわくウォーキング教室	曇/雨	15

2018年5月 教室修了者

教室名	修了(回)	氏 名	市 区 町 村
熊谷	10回参加	櫻 沢 勝 利	鴻 巣 市
熊谷	30回参加	西 澤 明 美	熊 谷 市
川越	10回参加	河 森 伸 子	北 海 道
川越	10回参加	本 多 光 男	朝 霞 市

平 日 ウ ォ ー ク 表 彰

2018年6月6日(水)

回数	累計(名)	氏 名	市 区 町 村
70	218	阿 部 啓 子	大 宮 区
80	193	櫻 井 し げ み	群 馬 県
80	194	小 林 節 子	群 馬 県
110	128	永 井 照 子	見 沼 区
170	61	高 野 明 美	志 木 市
180	48	坂 井 昌 司	志 木 市

8月のウォーキング予定(8/1~8/31)

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
2(木)	YRを歩こう	鶴ヶ島
5(日)	滑川町の里山を歩こう	S W A
6(月)	代表者会議	S W A
8(水)	YRコースを歩こう	S W A
9(木)	YRを歩こう	鶴ヶ島
11(土)	早朝W	川 口
12(日)	奥武蔵の山々に囲まれた横手溪谷を歩く	鶴ヶ島
14(火)	夕涼みW(入間川沿い)	狭 山
16(木)	YRを歩こう	鶴ヶ島
19(日)	早朝W(市内) 体協行事	東松山
	カレー&生ビール/コスモスホール	上福岡
	埼京線一駅シリーズ 与野本町~南与野	与 野
	ハッ場ダムの工事状況と我妻溪谷を巡る	鴻 巣
	納涼W	坂 戸
21(火)	熊谷・わくわくW教室	S W A
22(水)	川越・わくわくW教室	S W A
23(木)	YRを歩こう	鶴ヶ島
26~27	第37回県外W(長野県)	S W A
28(火)	YRコースをあるこうin狭山Cコース	狭 山
30(木)	YRを歩こう	鶴ヶ島
31~9/1	第5回日高かわせみの里2DW一斉下見	S W A

【例会(月例会、大会、特別例会、指定例会)】【平日】

種類	回数	開催日	例	会	名	距離	天候	彩の国めぐり			参加者数							
											会員	会員外	合計					
月例	914	05/13(日)	県総体参加行事			15	晴	233			243	7	250					
平日	271	05/16(水)	羽生B級グルメ(いがまんじゅう)			14	晴	該当せず			143	11	154					
指定		05/19(土)	与野バラ祭りと共に【与野】			14	曇	105	106	224	301	59	360					
指定		05/20(日)	女子栄養大学応援ウオーク【坂戸】			15	晴	239			173	24	197					
大会	915	05/26(土)	第16回飯能・新緑ツーデーマーチ(1日目) 【SAML】	33	曇	209			147	1,378	1,525	10833	20368					
				21		209			72	1,826	1,898							
				17		209			48	874	922							
				11		209			34	1,023	1,057							
				8		209			7	770	777							
				スタッフ						4,654	4,654							
		05/27(日)	第16回飯能・新緑ツーデーマーチ(2日目) 【SAML】	32	晴	209	242		141	932	1,073	9535						
				22		209	242		81	1,779	1,860							
				16		209			40	561	601							
				13		209			38	821	859							
				7		209			4	479	483							
				スタッフ						4,659	4,659							

100キロ表彰

先月号に発表できませんでした。今月号で発表いたします。

2018/4/22表彰		～2018/3/31の該当者	
距離(km)	累計(名)	氏 名	市 区 町 村
100	1405	松田 茉莉亜	越 谷 市
100	1406	駒崎 運太郎	中 央 区
300	1274	川村 まち子	鶴ヶ島市
300	1275	須藤 和 利	川 口 市
400	1215	松田 哲 也	越 谷 市
400	1216	山崎 文 子	蓮 田 市
500	1171	鈴木 幸 子	神 奈 川 県
600	1142	松田 典 子	越 谷 市
800	1065	藤井 幸 夫	蓮 田 市
800	1066	小倉 千恵子	北 区
900	1041	森田 敬 治	ふじみ野市
900	1042	佐藤 喜 久	川 越 市
900	1043	中村 照 栄	蕨 市
1,000	1009	中村 照 栄	蕨 市
1,000	1010	高橋 和 典	桶 川 市
2,000	770	諏訪 喜 子	久 喜 市
2,000	771	中 沢 啓 子	桜 区
2,000	772	長尾 ヨシ子	嵐 山 町
2,000	773	細 矢 芳 孝	中 央 区
2,000	774	松原 義 孝	浦 和 区
3,000	601	島田 輝 代	草 加 市
3,000	602	江森 マサ子	北 区
4,000	478	野 本 重 治	越 谷 市
4,000	479	曾 我 純 一	桜 区
4,000	480	細淵 栄 吉	ふじみ野市
5,000	379	出 浦 信 行	和 光 市
5,000	380	林 文 重	入 間 市
5,000	381	加藤 日出男	川 越 市
2018.3.1～2018.3.31間の達成者			
距離(km)	累計(名)	氏 名	市 区 町 村
6,000	300	庄 司 進	北 本 市
7,000	232	那 須 芳 麿	本 庄 市
7,000	233	服 部 豊 治	東松山市
8,000	176	河 野 曙	桜 区
8,000	177	近 藤 國 雄	志 木 市
10,000	90	長澤 康 英	南 区
10,000	91	小 川 正	東松山市
11,000	60	西 雪 江	朝 霞 市
11,000	61	戸 口 晴 夫	日 高 市
13,000	28	佐藤 カツ子	桶 川 市
13,000	29	上 原 直 人	鶴ヶ島市
1 0 0 キ。表 彰			

2018/6/10表彰		～2018/5/31の該当者			
距離(km)	累計(名)	氏 名	市 区 町 村		
200	1,339	駒崎 運太郎	中 央 区		
300	1,280	駒崎 運太郎	中 央 区		
400	1,218	川村 正 宏	鶴ヶ島市		
400	1,219	横山 恵 美	川 越 市		
500	1,176	横山 恵 美	川 越 市		
600	1,144	横山 恵 美	川 越 市		
700	1,103	横山 恵 美	川 越 市		
900	1,046	小倉 千恵子	北 区		
900	1,047	恩 田 正	飯 能 市		
1,000	1,013	恩 田 正	飯 能 市		
1,000	1,014	阿 部 啓 子	大 宮 区		
1,000	1,015	佐藤 喜 久	川 越 市		
2,000	775	武井 恒 雄	神 川 町		
3,000	604	高木 誠 治	西 区		
4,000	483	鹿 嶋 敏	群 馬 県		
4,000	484	山野井 はつ子	川 口 市		
5,000	385	谷岡 義 勝	鴻 巣 市		
2018.5.1～2018.5.31間の達成者					
距離(km)	累計(名)	氏 名	市 区 町 村		
7,000	237	鈴木 幸 雄	飯 能 市		
7,000	238	手 塚 圭 吉	南 区		
7,000	239	澤 野 良 子	緑 区		
8,000	180	吉 川 貞 夫	寄 居 町		
11,000	64	斉 藤 輝 夫	桜 区		
12,000	46	宮 良 徹 一	見 沼 区		
13,000	30	飯 田 和 枝	鴻 巣 市		
SWAウォーキングステーションの状況					
毎月の利用者と回数達成者を発表しています。					
SWAウォーキングステーション利用者数（2018年5月）					
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	
94	7	84	59	29	273
2018年5月					
回数	累計(名)	氏 名	市 町 村		
100	52	中島 茂 則	北 本 市		
500	19	阪 田 耕 一	中 央 区		
1,300	10	間 所 啓 一 郎	蕨 市		
年 輪 表 彰 者					



榮寿証、不惑証、青春証の皆さん

2018年4月22日(日)

証	氏名	市町村
榮寿証	浅見 旭	深谷市
長寿証	夏目 坦	川口市
長寿証	鈴木 君子	鴻巣市
長寿証	梅木 武	坂戸市
長寿証	宗方 滋	浦和区
長寿証	橋本 弘子	ふじみ野市
長寿証	関野 雅生	狭山市
長寿証	加藤 恭三	見沼区
長寿証	小島 秀雄	鴻巣市
長寿証	高橋 明子	東京都
長寿証	川澄 秀男	長瀬町
長寿証	川村 嘉高	西区
長寿証	小野 隆治	北区
長寿証	中嶋 了介	加須市
長寿証	萩原 喬	群馬県
長寿証	宮沢 啓吉	本庄市
長寿証	高橋 博	富士見市
長寿証	大島 桂子	鴻巣市
長寿証	藤井 唯之	所沢市
長寿証	宮良 徹一	見沼区
従心証	小林 光政	加須市
従心証	佐野 敏信	東京都
従心証	松坂 敏	小川町
従心証	高木 誠治	西区
従心証	岡 キミ子	見沼区
従心証	渡辺 貞善	緑区
従心証	阿部 秀政	群馬県
従心証	清水 伸雄	鶴ヶ島市
従心証	田中 健一	坂戸市
従心証	岩崎 広守	蓮田市
従心証	中沢 啓子	桜区
従心証	金本 美穂子	見沼区
従心証	遠藤 和夫	狭山市
従心証	宇土 節	狭山市
従心証	川村 まち子	鶴ヶ島市
従心証	松原 義孝	浦和区
耳順証	石田 雅宏	川越市
不惑証	松田 典子	越谷市
青春証	松田 龍一	越谷市

《「80歳年輪ウォーク」で表彰されて》

7月の主な役員会議日程 理事会2日(月)14:00~17:00(武蔵浦和) 幹事会4日(水)17:00~20:00(事務所)

(東京都 高橋明子)

もともと、自分の年齢に無頓着であったが、今度ばかりは意識することになった。表彰式の写真撮影に納まりながら、「80歳台に入ると、体力の衰えを否応なしに感じるからね」という先輩の言葉を思い出したからである。

そういえば、私の歩幅が45センチ~52センチ、それで10kmなり15kmも歩くのだから、スゴイ運動量である。歩数や歩行時間をみれば至極当然であるが、いい運動になっているのだから、やっぱり「歩こう!」と。

加えて、最近発見した楽しみが2つ。その一つは「類は類を呼ぶ」というのか、大勢いるなかでお喋りをする、言い換えれば、話があう人に出会え、そのおしゃべりが新しい発見に繋がるから。もうひとつは四国山脈のど真ん中で育ち、大人になってから趣味で山歩きをしてきたものにとって、埼玉県の自然=平地と林と河川が紡ぎ出す「文化」に新しい発見があるから。

《シニアコース計画について(お願い)》

(深谷市 浅見 旭)

この度、年輪ウォークにて榮寿証(1928年生)をいただきありがとうございます。

SWAに入会して20数年、何時しか90歳となっていました。入会当初は記録への挑戦とばかりに県外や長距離参加が主であったが、加齢と共に歩く仲間作りや彩の国巡りを楽しむ歩けに変わりました。現在はマイペース健康第一に充実感を味わいながら頑張っています。

そこをお願いですが、近時SWA会員の方々も高齢化(80歳以上)が進んで来たようですのでゴルフ同様「シニアコース」(7~10Kmで参加資格は80歳以上)を計画してもらえれば幸甚に存じます。

***** 事務局 だより *****

1. HP(ホームページ)に表彰のページが追加されました

NPO法人 埼玉あるけウォーキング
ここに追加
されました
ホームページ ウォーキング日程

信 表彰 フォトギャラリー ウォーキング

目次

表彰をクリックすると目次が表示されます。
見たい項目を選んで見てください(写真も掲載)

- ・例会距離表彰
- ・彩の国巡り表彰
- ・平日ウォーク回数表彰
- ・ウォーキング教室修了表彰
- ・SWAウォーキングステーション回数達成者
- ・特別表彰者