



# 埼玉あるけ通信



題字：大野 元裕 埼玉県知事 HPのQRコード

〒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：水・木・土・日曜日、祝日と協会指定日) 開所時間：10:00~14:00

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 吉村 照夫

手洗い マスク 3密回避 新型コロナウイルス感染対策を忘れずに歩こう!

**今年も笑顔と一緒に「歩く楽しさ・歩ける喜び」実感!**

## 令和5年新しい年を迎えて

NPO 法人埼玉県ウォーキング協会  
会長 神山 則幸

会員の皆様方、並びにウォーカーの皆様方には、新しい年をお健やかに迎えのこととお慶び申し上げます。

新型コロナウイルス感染症の拡大による「非常事態宣言」の発令に伴い、令和3年1月からウォーキング活動が停止になっていました。ようやく感染症も収束に向かい10月に「非常事態宣言」が解除されてからは、感染防止対策を取りながらウォーキング活動が再開されました。会員の皆様方の笑顔と一緒に「歩く楽しさ・歩ける喜び」を実感しました。しかしながら、令和3年は、4月に「秩父行ってんべえウォーキング2Days」が秩父市を中心に、また、11月に「日本スリーデーマーチ」が、東松山市を中心に規模を縮小して開催されましたが、他の大会は中止を余儀なくされました。また、SWAの例会でも従来の昼食を一緒に取るウォーキングには至りませんでした。

令和4年になり、3月に実施予定だった「さいたまーチ見沼ツデーウオーク」が中止となりましたが、各大会の実行委員会のご尽力により感染防止対策に万全を期して4月に「秩父行ってんべえウォーキング2Days」が、5月に「飯能新緑ツデーマーチ」が、9月に「川口ツデーマーチ」が、11月に「日本スリーデーマーチ」「日高かわせみの里ツデーウオーク」を開催することができました。そこでは、全国から集まったウォーカーの方々から感謝の声が寄せられ、成功裏のうちに大会を終えることができました。改めて実行委員会の皆様の英断に敬意と感謝を申し上げます。

令和5年は埼玉県マーチングリーグ(SAML)も、従来の賑わいが一日も早く取り戻せるよう大会開催に向け計画を進めているところでもあります。また、例会においても昼食を挟んでのウォーキングができることを願っています。

本年が会員の皆様にとりましても、ウォーキング協会にとりましても素晴らしい一年になりますようお祈り申し上げます。そして、今年も笑顔と一緒に「歩く楽しさ・歩ける喜び」が実感できるよう役員一同皆様をお待ちしています。



### SWAの月例会、平日ウオーク等に参加される皆様へ

月例会、平日ウオーク等の開催にあたっては、新型コロナウイルス感染防止のため、以下の対応を行います。ご協力の程お願いいたします。

- ★ 参加にあたっては、マスク着用、体調記録票提出、会員証提示、参加費は小銭用意、筆記具持参の上、体調に異常がない場合のみご参加ください。
- ★ 受付前の密を避けるため、受付時間に合わせて会場にお越しください。
- ★ 新型コロナウイルス感染拡大等状況によっては当日中止や延期にする場合があります。参加前にSWAのホームページをご確認ください。なお、中止された例会等の駅案内は行いません。

**会員大募集! 入会大歓迎!!**ご希望の方は事務局までご連絡ください。(048-831-4702)

1月1日(日・祝)～  
2月28日(火)  
SWA関連イベント

# Walking Calendar

SWAの問合せは 048-831-4702  
(水・木曜除く平日 10:00～14:00)

## 1月1日(日・祝)～1月31日(火) SWA関連イベント

### 8日(日) 第30回 初詣ウオーク 調神社 11km

**主催・共催・区分:**SWA 第1026回 例会  
**ご注意:**集合地にトイレありません。駅を利用してください。  
**歩行形態・認定・表彰:**グループ歩行 107 浦和区 100 ㎞ IVV  
**受付(出発式):**9:00～9:15(出発式なし)北原公園(JR・京浜東北線)南浦和駅西口 3分  
**ゴール:**12:30 頃 浦和駅(JR・京浜東北線)  
**コース:**北原公園～調宮神社(WC)～白幡沼～別所沼(WC)～北浦和公園(WC)～北浦和駅～天王川コミュニティ緑道～浦和駅  
**参加費:**(会員)300円 (会員外)500円  
**担当:**(リター)秋森 餘多分 佐々木

### 11日(水) 七福神巡り 三郷 10km

**主催・共催・区分:**SWA 第360回 平日W  
**ご注意:**集合地にトイレありません。駅で済ませてください。  
**歩行形態・認定・表彰:**グループ歩行 回数表彰 IVV  
**受付(出発式):**9:00～9:15(出発式なし)半田運動公園(JR・武蔵野線)新三郷駅東口 5分  
**ゴール:**12:00 頃 三郷中央駅(つくばエクスプレス線)  
**コース:**半田運動公園～萬音寺～光福院～高鷹寺～興禪寺～草庵寺～三郷中央駅  
**参加費:**(会員)300円 (会員外)500円  
**担当:**(リター)本木 井上

### 18日(水) 和光樹林公園を歩く 10km

**主催・共催・区分:**SWA 第361回 平日W  
**ご注意:**コース上トイレが少ないのでご注意下さい  
**歩行形態・認定・表彰:**グループ歩行 回数 IVV  
**受付(出発式):**9:00～9:15(出発式なし)広沢公園(東武・東上線)朝霞駅 5分  
**ゴール:**12:30 頃 和光市駅(東武・東上線)  
**コース:**広沢公園～図書館前～朝霞市役所～ひざおり通り～北浦公園(WC)～大橋～黒目川沿い～新座第4小～新座総合高校～和光樹林公園～和光市駅  
**参加費:**(会員)300円 (会員外)500円  
**担当:**(リター)新海(久) 坂井 大熊

### 21日(土) “わくわく”ウオーキング教室 10km

**主催・共催・区分:**SWA 第201回 浦和教室  
**ご案内:**水、シート(畳1畳分程度)をお持ちください。  
**ご注意:**雨天中止(当日朝 8:00～:048-831-4702へ)  
**歩行形態・認定・表彰:**団体歩行 IVV  
**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:**12:30 頃 中浦和駅(JR・埼京線)

**コース:**【初詣玉蔵院】コースを歩きます。  
**参加費:**500円【5回分前納者は2,000円】

### 22日(日) 鎌倉街道中道②宮代～杉戸 11km

**主催・共催・区分:**SWA 第1027回 月例会  
**ご注意:**小腹対策で楽しく歩きましょう。  
**歩行形態・認定・表彰:**グループ歩行 442 宮代町 464 杉戸町 100 ㎞ IVV  
**受付(出発式):**9:00～9:15(出発式なし)宮代町役場スキップ広場(東武・伊勢崎線)東武動物公園駅西口7分  
**ゴール:**12:30 頃 幸手駅東口(東武・日光線)  
**コース:**宮代町役場スキップ広場(WC)～水と緑のふれあいロード～宝光寺～東条原(WC)～真蔵院～満願寺橋～杉戸西近隣公園(WC)～福正院～幸手駅  
**参加費:**(会員)300円 (会員外)500円  
**担当:**(リター)塩沢 石川 諏訪

### 25日(水)“川越”わくわくウオーキング教室 5km・10km

**主催・共催・区分:**SWA 第154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、楽しいウオーキングを身につけてください。  
①教室(5km)、②希望者はプラス歩きを!(10km)水、シート(畳1畳分程度)をお持ちください。  
**歩行形態・認定・表彰:**団体歩行 IVV(②希望者 10km完歩者のみ)  
**受付(出発式):**9:00～9:20(9:30)クリアパーク(JR・川越線/東武・東上線)川越駅東口 5分  
**ゴール:**①11:30 頃 蓮馨寺(西武・新宿線)本川越駅 7分 ②12:30 頃 クリアパーク  
**参加費:**300円

## 2月1日(水)～2月28日(火) SWA関連イベント

### 1日(水) 新都心を歩こう 10km

**主催・共催・区分:**SWA 第362回 平日W  
**ご案内:**さいたま新都心は、さいたま市にて東京都心機能の「新都心」となるべく企図された地区の名称で、1990年代後半から大規模な再開発がおこなわれ、官公庁の関東地方出先機関等が進出しています。その埼玉新都心を歩きます。  
**ご注意:**集合地にトイレありません。駅を利用してください。  
**歩行形態・認定・表彰:**グループ歩行 回数 IVV  
**受付(出発式):**9:00～9:15(出発式なし)北原公園(JR・京浜東北線)南浦和駅西口 3分  
**ゴール:**12:15 頃 大宮駅(JR・京浜東北線)  
**コース:**北原公園～浦和駅前～天王川コミュニティ緑道～与野駅～けやき広場～スーパーアリーナ～大宮氷川神社参道～大宮中央通り～大宮駅  
**参加費:**(会員)300円 (会員外)500円  
**担当:**(リター)秋森 吉見 内藤

**5日(日)500選 史跡と花の名所を巡る梅の里のみち 11km**

**主催・共催・区分:**SWA 第1028回 月例会  
**ご案内:**真冬の越冬を訪れ、季節の花・寒い空気・冬の音を感じてください。コースの前半は、山里を歩きますので、アップダウンがあります。参加される方は注意してください。  
**歩行形態・認定・表彰:**グループ歩行 327 越生町 100<sup>キ</sup> IVV 500選(11-01)  
**受付(出発式):**9:00~9:15(出発式なし)越生駅西口(JR・八高線/東武・越生線)  
**ゴール:**12:00頃 越生駅西口(JR・八高線/東武・越生線)  
**コース:**越生駅西口~正法寺~越生神社(WC)~医王寺~第二久保踏切~越生町運動公園(WC)~山吹の里歴史公園~龍台寺~春日神社~越生小~越生町中央公民館(WC)~越生町役場~法恩寺~越生駅西口  
**参加費:**(会員)300円 (会員外)500円  
**担当:**(リーダー)坂井 杉村 本木

**11日(土・祝) “わくわく”ウオーキング教室 10km**

**主催・共催・区分:**SWA 第202回 浦和教室  
**ご案内:**水、シート(畳1畳分程度)をお持ちください。  
**ご注意:**雨天中止(当日朝8:00~048-831-4702へ)  
**歩行形態・認定・表彰:**団体歩行 IVV  
**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:**12:30頃 中浦和駅(JR・埼京線)  
**コース:**【別所沼公園】コースを歩きます。  
**参加費:**500円【5回分前納者は2,000円】

**15日(水) 鶴ヶ島の杉並木ロード 11km**

**主催・共催・区分:**SWA 第363回 平日W  
**ご案内:**日光街道の両脇にそびえ立つ杉並木を、昔の人々が日光を往来した思いを馳せて歩きます。  
**歩行形態・認定・表彰:**グループ歩行 回数 IVV  
**受付(出発式):**9:00~9:15(出発式なし)若葉駅西口広場(東武・東上線)  
**ゴール:**12:30頃 霞ヶ関駅前(東武・東上線)  
**コース:**若葉駅西口広場~雷電池児童公園(WC)~白髭神社~日光街道杉並木~鶴ヶ島運動公園(WC)~御伊勢塚公園(WC)~霞ヶ関駅前

**22日(水) “川越”わくわくウオーキング教室 5km・10km**

**参加費:**(会員)300円 (会員外)500円  
**担当:**(リーダー)高野 内藤 福田  
**主催・共催・区分:**SWA 第155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、楽しいウオーキングを身につけてください。  
①教室(5km) ②希望者はプラス歩きを!(10km)  
水、シート(畳1畳分程度)をお持ちください。  
**歩行形態・認定・表彰:**団体歩行 IVV(②希望者 10km 完歩者のみ)  
**受付(出発式):**9:00~9:20(9:30)クエアパーク(JR・川越線/東武・東上線)川越駅東口5分  
**ゴール:**①11:30頃 新河岸駅(東武・東上線) ②12:30頃 川越駅  
**参加費:**300円

**26日(日)NPOSWA 第18回総会報告表彰ウォーク 12km**

**主催・共催・区分:**SWA 第1029回 例会  
**ご案内:**古代は海だったことを証明する貝塚があった公園から中世の武家の史跡、そして市内の主要な公園をめぐり、ほぼ富士見市全域を歩きます。  
新型コロナの感染拡大防止の観点から、総会報告会及び総会表彰者表彰式は中止とさせていただきます。なお、ウォーク終了時、ゴール手前の公園において、総会表彰者の方には表彰記念品をお渡しします(雨天時は中止)。  
**ご注意:**コース上 WC が少ないのでご注意ください。ゴール時間が遅くなりますので、おやつなど間食をご用意ください。  
**歩行形態・認定・表彰:**グループ歩行 235 富士見市 100<sup>キ</sup> IVV  
**受付(出発式):**9:00~9:15(出発式なし)みずほ台中央公園(東武・東上線)みずほ台駅5分  
**ゴール:**13:00頃 ふじみ野駅(東武・東上線)  
**コース:**みずほ台中央公園(WC)~水子貝塚公園~難波田城公園(WC)~富士見高校・第2運動公園~びん沼自然公園(WC)~阿蘇神社~砂川堀~榛名神社~勝瀬原記念公園~ふじみ野公園~ふじみ野駅  
**参加費:**(会員)300円 (会員外)500円  
**担当:**(リーダー)中村 本木 吉村

1月1日(日・祝)~  
1月31日(火)  
加盟団体イベント



問合せは各団体へ  
(2月開催の指定例会も掲載)

**加盟団体のイベントに参加される皆様へ**  
新型コロナウイルス感染防止のため、各加盟団体では SWA の方式(ガイドライン)を参考にしたウオーキングをしています。  
★体調記録、体温測定(発熱のないこと)の上、マスク着用、手指消毒、ソーシャル・ディスタンス等を心がけ参加をお願いいたします。  
★新型コロナウイルス感染拡大等状況によっては当日中止や延期になる場合があります。参加前にSWAのHPをご確認いただくか、各加盟団体へお問い合わせください。なお、中止された例会等の駅案内は行いません。

**3日(火) 初詣ウオーク(上尾・愛宕神社) 13km**

**主催・共催・区分:**鴻巣市ウオーキングクラブ 例会  
**ご案内:**定番の初詣ウオーク  
**歩行形態・認定・表彰:**自由歩行 IVV  
**受付:**8:10~8:30 鴻巣宿おとり公園 (JR・高崎線) 鴻巣駅東口3分  
**ゴール:**13:00 迄 上尾・愛宕神社(JR・高崎線)上尾駅東口10分  
**コース:**鴻巣宿おとり公園(WC)~北本東間浅間神社(WC)~桶川本陣跡(WC)~上尾駅東口(WC)~上尾・

愛宕神社

**参加費:**(会員)無料 (会員外)300円**連絡先:**TEL:048-542-1716 長島**3日(火) 与野七福神めぐり 10km****主催・共催・区分:**さいたま市与野歩こう会 SWA **指定例会****ご案内:**本年もコロナ対策上、参拝の出来ない七福神がありますが、できる限り参拝をしながら歩行します。昨年と同様のコースを歩きますが、チェックポイントはありません。軽食を準備してください。

ゴール受付は13:00以降となりますのでご了承ください。

**ご注意:**集合場所のトイレは一か所しかありませんので、与野本町駅構内にてお済ませください。**歩行形態・認定・表彰:**団体歩行 IVV 彩の国 105 中央区 バラカート**受付(出発式):**9:30~9:50(10:00)中央区役所(JR・埼京線)与野本町駅東口5分**ゴール:**13:00頃 中央区役所(JR・埼京線)与野本町駅東口5分**コース:**中央区役所(WC)~埼京線北与野駅~上落合公園(WC)~①氷川神社~②一山神社~③大国社・御嶽神社(WC)~④天祖神社(WC)~⑤円乗院~⑥円福寺~芸術劇場(WC)~大かや~⑦鈴谷大堂~中央公園(WC)~中央区役所(WC)**参加費:**(会員)無料 (会員外)300円**連絡先:**TEL:090-4747-7047 細矢**8日(日) 武州川口七福神巡り(Ⅲ) 8km****主催・共催・区分:**川口市歩こう会**ご案内:**七福神の信仰は、古来より庶民の間に浸透し、現在の七福神が固定したのは江戸時代後期であると伝えられています。この地に現世利益を顕す新たな信仰として、その功德が語り継がれているのが「武州川口七福神霊場めぐり」です。計り知れない福運のあります事をお祈りいたします。密蔵院(大黒天・利益増長、五穀豊饒)、傑伝寺(恵比寿人・家内安全、商売繁盛)**ご注意:**マスク着用が原則です。歩行途中人との間隔が密でなければマスクを外すことは可能です。間隔を取り、地図を見て歩きます。トイレは駅で済ませて下さい。**歩行形態・認定・表彰:**団体歩行 IVV**受付(出発式):**9:00~9:20(9:30)戸塚安行駅前広場(埼玉高速鉄道)**ゴール:**14:00頃 傑伝寺(国際興業バス)新郷農協バス停から川口駅行バス**コース:**戸塚安行駅前広場~密蔵院(WC)~新郷貝塚(昼食・WC)~傑伝寺**参加費:**(会員)無料 (会員外)300円**連絡先:**TEL:048-266-0037 太田**9日(月・祝) 第41回 川越七福神巡り 10km****主催・共催・区分:**ふじみ野市上福岡歩こう会 月例会**ご案内:**蔵造りの町並み、時の鐘、菓子屋横丁に本丸御殿、喜多院などの名所旧跡と七福神を巡る観光コース、

地図を持参の自由歩行、お年玉プレゼントも、パスポート発行押印の楽しみと7回完歩の記念賞も!!

**歩行形態・認定・表彰:**自由歩行 どんぐり坊や 七福神パスポート IVV**受付:**10:00~10:15 ウェスタ川越交流広場(JR・川越線/東武・東上線)川越駅西口7分**ゴール:**13:00迄 連馨寺(JR・川越線/東武・東上線)川越駅東口20分**コース:**ウェスタ川越交流広場~妙善寺~天然寺~長徳寺~喜多院~成田山別院~川越本丸御殿~時の鐘~蔵造り町並み~菓子屋横丁~見立寺~妙昌寺~連馨寺**参加費:**(会員)無料 (会員外)300円**連絡先:**TEL:090-5504-0597 坂井**10日(火) 初詣ウォーク(早春の狭山ウォークコースを歩く) 10km****主催・共催・区分:**狭山あるこう会**ご案内:**2月に開催する早春の狭山ウォークのコースを先取りで歩きます。**ご注意:**ゴールが遅くなる可能性もありますので行動食(軽食)の携帯をお勧めいたします。**歩行形態・認定・表彰:**団体歩行 IVV パスポートシール**受付(出発式):**9:15~9:30(9:40)入間川小学校跡地公園(西武・新宿線)狭山市駅西口3分**ゴール:**12:30頃 狭山市駅西口市民広場(西武・新宿線)狭山市駅西口3分**コース:**入間川小学校跡地公園~昭代橋~入間川左岸~円光寺~植物園~こども動物園~智光山公園入口~影隠し地蔵~新富士見橋~狭山市駅西口市民広場**参加費:**(会員)無料 (会員外)300円**連絡先:**TEL:04-2957-9424 大澤**14日(土) 初詣ウォーク 11km****主催・共催・区分:**坂戸ウォーキングクラブ**ご案内:**坂戸市厚川にある大榮寺で新年の参拝をして、高麗川を左岸と右岸を順に歩いて冬の景色を楽しみます。大榮寺は境内に七福神が置かれ一巡する事で、一度に七つの幸福を授かることができると言われています。今年一年の幸せを祈り参拝しましょう。**歩行形態・認定・表彰:**グループ歩行 IVV 坂戸パスポート**受付:**8:45~9:00 雲が谷公園(東武・東上線)坂戸駅南口5分**ゴール:**12:15頃 北坂戸駅西口(東武・東上線)**コース:**雲が谷公園~大榮寺~大家児童センター(WC)~若宮橋~高麗川左岸~高麗川コミュニティセンター(WC)~高麗川右岸~北坂戸橋~北坂戸駅西口**参加費:**(会員)無料 (会員外)300円**連絡先:**TEL:090-8856-4226 加藤**15日(日) 初詣ウォーク(富岡八幡・深川不動) 11km****主催・共催・区分:**東松山歩こう会 月例会**ご案内:**築地本願寺、佃煮の佃島、隅田川に架かる2つの橋、深川えんま堂、木場公園大橋、黒船稲荷、伊能忠敬銅像や 富岡八幡、深川不動などを巡ります。**歩行形態・認定・表彰:**小G歩行 IVV 距離・回数表彰

完歩証 ボタンバッジ

**受付(出発式):** 10:00~10:15(10:15) 築地川公園(地下鉄・有楽町線)新富町駅5分

**ゴール:** 14:00頃 門前仲町駅(都営大江戸線/東西線)

**コース:** 築地川公園~築地本願寺~佃大橋~佃島~住吉神社~中央大橋~永代橋~深川えんま堂~仙台堀川~木場公園(昼食)~古石場親水公園~黒船稲荷~富岡八幡~深川不動~門前仲町駅

**参加費:**(会員)無料 (会員外)300円

**連絡先:** TEL:090-1615-5210 中村

**15日(日) 初詣ウオーク【白鬚神社】 10km**

**主催・共催・区分:** 鶴ヶ島ウオーキングクラブ 月例会

**ご案内:** 鶴ヶ島市の由緒ある神社、2か所へ令和5年度ウオーキング事業の安全をウオーカー全員で祈願します。

**ご注意:** ソーシャルディスタンスウオーク。一人ひとり参加記入申込書記入・検温・手指消毒を行います。

**歩行形態・認定・表彰:** グループ歩行 IVV 鶴ヶ島パスポート押印のみ

**受付(出発式):** 9:00~9:15(出発式なし)若葉駅西口広場(東武・東上線)

**ゴール:** 12:30頃 若葉駅西口(東武・東上線)

**コース:** 若葉駅西口広場~西入間警察署~脚折近隣公園(WC)~日枝神社~つるの里のんのん(WC)~白鬚神社~脚折月待戸歩道橋~若葉駅西口

**参加費:**(会員)無料 (会員外)300円

**鶴ヶ島 YRを歩こう! 1月のご案内**

- 1月5日 Gコース 9km: Cコース 17km
- 1月12日 Hコース 9km: Jコース 18km
- 1月19日 Dコース 13km: Iコース 17km

**歩行形態・認定・表彰:** 自由歩行 IVV

**受付(出発式):** 8:40~8:55(9:00) 鶴ヶ島市役所若葉駅前出張所前(東武・東上線)若葉駅東口2分

**参加費:** 全員各コース 200円

**連絡先:** TEL:070-4287-2263 三上

**22日(日) 川越七福神めぐり 9km**

**主催・共催・区分:** 鴻巣市ウオーキングクラブ 例会

**ご案内:** 川越の名跡めぐり

**歩行形態・認定・表彰:** 団体歩行 IVV

**受付:** 7:20~7:30 鴻巣駅改札前(JR・高崎線)

**ゴール:** 13:50頃 川越駅前広場(JR・川越線)川越駅1分

**コース:** 鴻巣駅~JR・川越駅~クリアパーク~蓮馨寺(WC)~妙昌寺~見立寺~元町休憩所(WC)~時の鐘~成田山川越別院~喜多院(WC)~天然寺~妙善寺~川越駅前広場

**参加費:**(会員)無料 (会員外)300円

**連絡先:** TEL:048-542-1716 長島

**24日(火) YRコースをあるこう in狭山(G) 12km**

**主催・共催・区分:** 狭山あるこう会

**ご案内:** 団体では「狭山十二支をめぐるみち」を歩きます。

**ご注意:** ゴールが遅くなる可能性もありますので行動食(軽食)の携帯をお勧めいたします。

**歩行形態・認定・表彰:** 団体歩行 IVV Point Card

**受付(出発式):** 9:20~9:40(9:45) 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:** 13:30頃 狭山市駅西口市民広場(西武・新宿線)狭山市駅西口2分

**コース:** 狭山市産業労働センター~(出発式)入間川小学校跡地公園~西武新宿線脇~国道16号線~未~午~巳~辰~(今年の干支です)~寅~丑~子~亥~戌~酉~申~上奥富運動公園~国道16号線~狭山市駅西口市民広場

**参加費:**(会員)200円 (会員外)260円<<JWA保険未加入者>>

**連絡先:** TEL:04-2957-9424 大澤

**26日(木) 比企一族ゆかりの寺を歩く 14km**

**主催・共催・区分:** 鶴ヶ島ウオーキングクラブ 月例会

**ご案内:** 昨年のNHK大河ドラマにまつわる比企一族のお墓とお寺を見学します。ぜひ、ご参加下さい。

**ご注意:** ソーシャルディスタンスウオーク。一人ひとり参加記入申込書記入・検温・手指消毒を行います。

途中、休憩時、軽食を各自適当にお取り下さい。但し、特別、昼食時間は取りません。

**歩行形態・認定・表彰:** グループ歩行 IVV 鶴ヶ島パスポート押印のみ

**受付(出発式):** 9:00~9:15(出発式なし)高坂駅東口広場(東武・東上線)

**ゴール:** 13:00頃 北坂戸駅東口(東武・東上線)

**コース:** 高坂駅東口広場~折本公園(WC)~早俣橋~川島町立中山小~金剛寺・比企一族館跡(WC)~天神橋~坂戸運動公園(WC)~北坂戸駅東口

**参加費:**(会員)無料 (会員外)300円

**連絡先:** TEL:070-4287-2263 三上

**29日(日) 白鳥飛来地を訪ねる 13km**

**主催・共催・区分:** 坂戸ウオーキングクラブ

**ご案内:** 埼玉県真ん中に位置する川島町を流れる越辺川(おっぺがわ)の支流・飯盛川との合流点近くには、冬期にコハクチョウが飛来します。ここが川島町白鳥飛来地と呼ばれるエリアですが白鳥は餌探しに昼は田圃に居ります。11月中旬~3月上旬が観察時期です。田圃に餌探ししてる白鳥の姿をウオーキングをしながら観察しましょう。

**ご注意:** ゴールが遅くなりますので各自小腹を満たす軽食を持参ください。

**歩行形態・認定・表彰:** グループ歩行 IVV 坂戸パスポート

**受付:** 8:45~9:00 若葉ふれあい広場(東武・東上線)若葉駅東口7分

**ゴール:** 12:45頃 北坂戸駅東口(東武・東上線)

**コース:** 若葉ふれあい広場~三芳野公民館(WC)~田圃~飯盛川水門~ことぶき荘(WC)~勝呂公民館(WC)~芦山公園~北坂戸駅東口

**参加費:**(会員)無料 (会員外)300円

**連絡先:** TEL:090-8856-4226 加藤

2月28日(火)第10回早春の狭山ウォーク2023

A)14km B)10km

主催・共催・区分:狭山あるけ会 SWA指定例会

ご案内:早春の狭山ウォークも10回目となりました。今回はコースを変更し、自由歩行の14kmは地図持って歩くスタイルです。ぜひ挑戦してみてください。

ご注意:Aコースはコース地図を読みながらの歩行です。誘導看板は原則設置しませんので予めご承知おきください。

歩行形態・認定・表彰:A)自由歩行 B)グループ歩行、SWA会員(距離、215狭山市)、IVV、コハトマイルージ、狭山会員(ハスポートシール)

参加費:事前申込(~2/11まで)500円(プレゼント有り)当日受付500円(プレゼント無し:限定70名)

連絡先:TEL:04-2957-9424 大澤

A)広瀬神社~智光山公園をめぐるコース

受付(出発式):9:00~9:20(9:30)入間川小学校跡地公園(西武・新宿線)狭山市駅西口3分

ゴール:14:00迄 入間川小学校跡地公園(西武・新宿線)狭山市駅西口3分

コース:入間川小学校跡地公園~本富士見橋~広瀬神社~浅間神社~武蔵野学院大学~智光山公園入口~こども動物園~植物園~狭山大橋~サンパーク奥富~奥富公民館~瑞光寺~埼玉石心会病院~入間川小学校跡地公園

B)智光山公園をめぐるコース

受付(出発式):9:30~9:45(9:50)入間川小学校跡地公園(西武・新宿線)狭山市駅西口3分

ゴール:13:00頃 入間川小学校跡地公園(西武・新宿線)狭山市駅西口3分

コース:入間川小学校跡地公園~昭代橋~入間川左岸~円光寺~植物園~こども動物園~智光山公園入口~影隠し地蔵~新富士見橋~入間川小学校跡地公園

\*\*\*\*\* 事務局だよりの \*\*\*\*\*

1 SWA事務所の年末年始休業のお知らせ

2022年12月28日(水)から2023年1月5日(木)まで、SWA事務所の業務を年末年始休業とさせていただきます。ご迷惑をお掛け致しますが、ご理解、ご協力のほどお願い申し上げます。

2 2023年度 Member's Card、手帳について

12月16日までに会費を振込まれた方へ、「埼玉あるけ通信」1月号に2023年度 Member's Card 及び手帳を同封いたしました。ご確認ください。振込みがまだの方は至急振り込まれるようお願いいたします。

3 第18回総会報告会・総会表彰者表彰式について

新型コロナの感染拡大防止の観点から、総会報告会及び総会表彰者表彰式は中止とさせていただきます。総会資料につきましては、「埼玉あるけ通信」3月号に同封しお送りする予定です。また総会表彰者の方への表彰記念品につきましては、2月26日(日)開催の月例

会「NPOSWA 第18回総会報告表彰ウォーク」修了時、ゴール手前の公園でお渡しする予定です。(雨天中止)

4 第37回武蔵野十里の開催について

2023年3月12日(日)、「第37回武蔵野十里」を開催いたします。SWAの例会、平日W及びSWA事務所にて参加券を販売しております。大会の詳細は「埼玉あるけ通信」1月号に大会のチラシを同封いたしましたのでご確認ください。

5 第11回さいたまーチー~見沼ツデーウォーク~について

2023年3月25日(土)・26日(日)に大会を開催する旨の発表がありましたのでお知らせいたします。なお、事前申込みは1月10日(火)~2月28日(火)迄となっております。大会の詳細は「埼玉あるけ通信」1月号に大会のチラシを同封いたしましたのでご確認ください。

みんなの広場

会員の状況

Table with 4 columns: 区分, 会員数(名), 増減(対前月), 氏名, 市区町村. Includes rows for 正会員, 賛助会員, 家族会員, and 合計.

教室の状況

Table with 5 columns: 教室名, 回数, 開催日, 天候, 参加数. Includes rows for 浦和 and 川越.

2022年11月 ウォーキング教室 終了・回数表彰者

Table with 4 columns: 教室名, 修了(回), 氏名, 市町村名. Note: 該当者なし

平日W表彰

※会場での表彰式を見合わせております。該当者には「埼玉あるけ通信」に回数バッジを同封しお送りしています。

2022年11月 平日ウォーク 回数表彰者

Table with 5 columns: 表彰回数, 市区町村名, 会員番号, 氏名, 累計(番目). Includes rows for 10回, 30回, 40回, 120回, and 170回.

彩の国巡り
2022年11月 彩の国巡り 達成者

Table with 5 columns: 巡目, 市区町村名, 会員番号, 氏名, 累計(番目). Lists members who completed the 'Colorful Country Tour' in November 2022.

100キロ表彰

※会場での表彰式を見合わせております。該当者には「埼玉あるけ通信」にスネールバッジを同封しお送りしています。

2022年11月 100キロ表彰 該当者

Table with 5 columns: 距離, 市町村名, 会員番号, 氏名, 累計(番目). Lists members who achieved 100km or more in November 2022.

2022年11月 100キロ表彰 達成者

Table with 5 columns: 距離, 市区町村名, 会員番号, 氏名, 累計(番目). Lists members who achieved 100km or more in November 2022.

【例会(月例会、大会、特別例会、指定例会)】【平日W】

Table with columns: 区分, 回数, 開催日, 例会名, 天候, 距離(km), 参加者数 (会員, 会員外, 合計). Lists meeting details for November 2022.

2023年 総会表彰の表彰者候補について

総会表彰の表彰候補者は次頁のとおりとなります。
なお、総会表彰は2022年12月31日までに2023年度の新年度会費を納入された方が対象となります。

彩の国巡り 完歩達成者 (2022.1.1~12.31)

巡目	氏名	市町村名
1	大出 知司	吉見町
1	三田地 ヤス子	川口市
1	高木 誠治	西区
1	神山 則幸	川口市
2	小林 光政	加須市
2	中山 イセ子	桶川市
3	野辺 貞雄	久喜市
3	戸口 晴夫	日高市

(候補者 4名 2名 2名)

規程距離 達成者 (2022.1.1~12.31)

距離	氏名	市町村名
6000Km	渡辺 貞善	緑区
6000Km	新井 みつ子	所沢市
6000Km	出浦 信行	和光市
6000Km	大越 寿治	見沼区
6000Km	本木 ひとみ	春日部市
6000Km	伊藤 きく江	鶴ヶ島市
6000Km	及川 峰子	東松山市
6000Km	山木 茂雄	草加市
6000Km	阿部 秀政	群馬県

(候補者 9名)

距離	氏名	市町村名
7000Km	大沢 正	群馬県
7000Km	揚妻 憲一	浦和区
7000Km	宇治田 仁子	大宮区
7000Km	高橋 忠子	春日部市
7000Km	渡辺 トメ子	坂戸市
7000Km	秋森 新一	川口市

(候補者 6名)

距離	氏名	市町村名
8000Km	鈴木 幸雄	飯能市
8000Km	安齋 善男	川口市
8000Km	与川 浩	熊谷市
8000Km	木下 ちえ子	南区
8000Km	三森 かおる	戸田市
8000Km	安達 正弘	深谷市
8000Km	田中 健一	坂戸市
8000Km	片山 雅子	東京都

(候補者 8名)

距離	氏名	市町村名
9000Km	大野 卓	西区
9000Km	中島 茂則	北本市
9000Km	浅野 啓次	久喜市
9000Km	田中 敏雄	桜区
9000Km	深野 勇	草加市
9000Km	阪田 耕一	中央区
9000Km	服部 豊治	東松山市

(候補者 7名)

距離	氏名	市町村名
10000Km	岡 キミ子	見沼区
10000Km	武田 義男	北本市
10000Km	小林 光政	加須市
10000Km	高橋 雍昌	南区
10000Km	近藤 國雄	志木市

(候補者 5名)

距離	氏名	市町村名
11000Km	加藤 展宏	坂戸市
11000Km	西片 雅子	坂戸市
11000Km	向田 守男	ふじみ野市
11000Km	餘多分 正敏	加須市
11000Km	和田 貞雄	所沢市
11000Km	神門 初美	松伏町
11000Km	岩崎 広守	蓮田市

(候補者 7名)

距離	氏名	市町村名
12000Km	大澤 公好	毛呂山町
12000Km	小林 孝	川越市
12000Km	小泉 弘子	所沢市
12000Km	長澤 康英	南区
12000Km	土居 義紀	草加市

(候補者 5名)

距離	氏名	市町村名
13000Km	野辺 貞雄	久喜市
13000Km	岡本 昭義	南区

(候補者 2名)