



# 埼玉あるけ通信



題字: 大野 元裕 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)

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

感染症予防対策を忘れずに気持ち良いウォーキングをしよう!

## 陽春の明るい陽射しまぶしい散歩道!

### 3月9日(日) 第39回武蔵野十里

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   | SAM |      |                               |
| 9日(日) | ① 浦和・チャレンジ十里コース 40% | 7:30 ~ 8:00       | 101 西区106桜区201川越市<br>212 東松山市346川島町 | 41km | 0   | 0    | 北浦和公園                         |
|       | ② 小江戸川越コース          | 20% 10:00 ~ 10:30 | 201川越市212東松山市<br>346川島町             | 20km | 0   | 0    | 13:00~17:00<br>東松山市ウォーキングセンター |
|       | ③ 高坂・カネコース          | 10% 12:00 ~ 12:30 | 212東松山市                             | 10km | 0   | 0    | 高坂小学校                         |

北原公園:北浦和駅西口3分 中央小学校:本川越駅5分 高坂小学校:高坂駅東口10分

### 3月19日(水) わが町再発見「小川町の花桃」 11km

|       |                               |
|-------|-------------------------------|
| 主催    | SWA 第398回 平日W                 |
| 認定    | 343小川町 100%。IVV スネールパスポート     |
| 受付    | 9:00~9:15(9:15) グループ歩行 昼食持参   |
| (出発式) | 東武竹沢駅前広場(東武・東上線)              |
| ゴール   | 13:30頃 小川町駅(東武・東上線)           |
| コース   | スタート~腰越公園~パトリア小川~桃源郷~松岡醸造~ゴール |
| 参加費   | (会員)300円 (会員外)500円            |
| 担当    | (リター)宇治田 佐藤 阿部                |

### 3月29日(土)・30日(日) 第13回さいたまマーチ~見沼ツテウォーク~

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                 |      |       | ゴール |
|--------|-----------|----|--------------------------|--------------------|------|-------|-----|
|        |           |    |                          | 彩の国                | 距離   | SAM   |     |
| 29日(土) | 見沼たんぼ北ルート |    | ① 30% 7:30 8:00 ~ 8:45   | 103大宮区104見沼区110岩槻区 | 32km | -     | 0   |
|        |           |    | ② 20% 8:30 9:00 ~ 9:45   | 103大宮区104見沼区       | 22km | -     | 0   |
|        |           |    | ③ 10% 9:30 10:00 ~ 10:45 | 103大宮区             | 10km | -     | 0   |
| 30日(日) | 見沼たんぼ南ルート |    | ④ 20% 8:30 9:00 ~ 9:45   | 107浦和区109緑区        | 20km | 11-05 | 0   |
|        |           |    | ⑤ 10% 9:30 10:00 ~ 10:45 | 107浦和区109緑区        | 12km | -     | 0   |
|        |           |    | ⑥ 5% 10:30 11:00 ~ 11:45 | 107浦和区             | 7km  | -     | 0   |

中央会場(受付・ゴール):さいたま新都心バスターミナル(JR・京浜東北線)さいたま新都心駅東口8分

### 100%表彰

#### 2025年1月 100%表彰 該当者

| 距離     | 市町村名 | 会員番号     | 氏名    | 累計(番目) |
|--------|------|----------|-------|--------|
| 300Km  | 東京都  | SWA02218 | 佐藤 和子 | 1339   |
| 500Km  | 北区   | SWA02234 | 高野 賢一 | 1238   |
| 900Km  | 朝霞市  | SWA02199 | 佐藤 弘安 | 1115   |
| 2000Km | 朝霞市  | SWA02122 | 野澤 静江 | 834    |
| 4000Km | 坂戸市  | SWA02003 | 小川 恵造 | 527    |
| 5000Km | 川越市  | SWA02037 | 大森 陽子 | 445    |

#### 2025年1月 100%表彰 達成者

| 距離     | 市区町村名 | 会員番号     | 氏名    | 累計(番目) |
|--------|-------|----------|-------|--------|
| 9000Km | 毛呂山町  | SWA01778 | 高山 行雄 | 175    |

### 4月16日(水) 武蔵国八十八所霊場巡り⑫ 13km

|       |                                   |
|-------|-----------------------------------|
| 主催    | SWA 第400回 平日W ※8ヶ寺を巡ります           |
| 認定    | 203 川口市 100%。IVV スネールパスポート        |
| 受付    | 9:00~9:15(9:15) グループ歩行 昼食持参       |
| (出発式) | 戸塚複合公園(JR・武蔵野線/埼玉高速鉄道)東川口駅北口8分    |
| ゴール   | 14:20頃 新井宿駅(埼玉高速鉄道)               |
| コース   | スタート~西光院~東福寺~赤山歴史自然公園~宝蔵寺~多寶院~ゴール |
| 参加費   | (会員)300円 (会員外)500円                |
| 担当    | (リター)里館 佐々木                       |

### 4月27日(日) 県内中山道を歩く⑦吹上~鴻巣 11km

|       |                                     |
|-------|-------------------------------------|
| 主催    | SWA 第1079回 月例会 ※コース上WC少ない           |
| 認定    | 217 鴻巣市 100%。IVV スネールパスポート          |
| 受付    | 9:00~9:15(9:15) グループ歩行 昼食持参         |
| (出発式) | 本町せせらぎ公園(JR・高崎線)吹上駅北口10分            |
| ゴール   | 13:30頃 鴻巣駅(JR・高崎線)                  |
| コース   | スタート~北鴻巣駅~箕田公民館~すずかけ公園~鴻巣宿おとり公園~ゴール |
| 参加費   | (会員)300円 (会員外)500円                  |
| 担当    | (リター)吉村 佐藤 中村                       |

### 4月6日(日) 第31回大江戸~小江戸スプリングリバーウォーク 13km

|       |  |
|-------|--|
| 主催    | ふじみ野市上福岡歩こう会 SWA 指定例会 ※コース上WC少ない           |
| 認定    | 245ふじみ野市 201川越市 100%。IVV どんぶり坊や            |
| 受付    | 9:00~9:15(9:15) 福岡運動公園迄団体歩行 その後自由歩行        |
| (出発式) | 福岡中央公園(東武・東上線)上福岡駅東口7分                     |
| ゴール   | 12:00~14:00(アンカー到着迄)川越仙波東照宮(西武・新宿線)本川越駅20分 |
| コース   | スタート~江川緑道~福岡運動公園~新河岸川土手歩道~ゴール              |
| 参加費   | (会員)無料 (会員外)300円 ※中学生以下は100円               |
| 連絡先   | ふじみ野市上福岡歩こう会 090-1762-8914 餘多分             |

### 4月19日(土) 東上線偉人の足跡を訪ねる①足利基氏 10km

|       |                                  |
|-------|----------------------------------|
| 主催    | 鶴ヶ島ウォーキングクラブ 第288回月例会 SWA 指定例会   |
| 認定    | 212東松山市 100%。IVV 鶴ヶ島パスポート        |
| 受付    | 9:00~9:15 団体歩行 昼食持参              |
| (出発式) | 中通り公園(東武・東上線)高坂駅西口8分             |
| ゴール   | 13:00頃 高坂駅西口(東武・東上線)             |
| コース   | スタート~足利基氏館跡~鳴かずの池~岩殿観音~物見山公園~ゴール |
| 参加費   | (会員)無料 (会員外)300円                 |
| 連絡先   | 鶴ヶ島ウォーキングクラブ 070-4287-2263 三上    |

### 事務局 だより

- 第20回通常総会が2月16日(日)、日高市文化体育館・ひだかアリーナで行われました。総会での会長挨拶及び2025年度事業計画を埼玉あるけ通信3月号号外に掲載しました。  
総会資料は、総会ウォーク未参加者には今後実施予定の月例会、平日W及び武蔵野十里の会場で配布する予定です。
- 2025年度の会費未納者の方は、3月末をもって退会処理とさせていただきます。
- 第1回SWAウォーキングリーダー養成講習会を4月12日(土)、13日(日)に開催します。講習会の詳細はSWAホームページ(HP)に掲載しますので、HPにてご確認ください。
- 県外ウォークを8月24日(日)~25日(月)に開催します。3月19日(水)平日Wから仮参加受付を行います。
- 2025年度スネールパスポートを3月中旬頃から月例会、平日W

|                                       |   |   |   |
|---------------------------------------|---|---|---|
| <b>3月1日(土) YRを歩こう 野本緑陰コース 13/8km</b>  |   | <b>3月16日(日)「早春ウオーク」(安行桜)12km</b>          |   |
| 主催                                    | ふじみ野市上福岡歩こう会 第809回 例会                                 | 主催  | 東松山歩こう会 月例会 SWA指定例会                               |
| 認定                                    | IVV どんぐり坊やカード   | 認定  | 239坂戸市 100 <sup>キ</sup> 。IVV 距離・回数                |
| 受付                                    | 9:00~9:15 団体歩行 <b>13kmコース昼食持参</b>                     | 受付  | 9:00~9:15(9:15) G歩行 <b>昼食持参</b>                   |
| (出発式)                                 | 東松山市ウオーキングセンター(東武・東上線)東松山駅東口10分                       | (出発式)                                     | 北坂戸駅西口広場(東武・東上線)                                  |
| ゴール                                   | 13kmコース)13:20頃 8kmコース)11:30頃 東松山市ウオーキングセンター           | ゴール                                       | 14:00頃 北坂戸駅(東武・東上線)                               |
| コース                                   | スタート~柏崎緑地~薬師寺沼~萬松寺~野本市民活動センター~五領沼公園~ゴール               | コース                                       | スタート~サンテ酒殿~入西公園~北浅羽桜堤公園~万福寺(板碑)~龍福寺~ゴール           |
| 参加費                                   | (会員)無料 (会員外)300円                                      | 参加費                                       | (会員)無料 (会員外)300円                                  |
| 連絡先                                   | ふじみ野市上福岡歩こう会 090-9977-0521 滝浦                         | 連絡先                                       | 東松山歩こう会 090-5583-8948 服部                          |
| <b>3月2日(日) 高麗川ウオーク 11km</b>           |   | <b>3月16日(日) 昭和記念公園を訪ねる 10km</b>           |   |
| 主催                                    | 坂戸ウオーキングクラブ   | 主催  | 鴻巣市ウオーキングクラブ 例会                                   |
| 認定                                    | IVV 坂戸パスポート   | 認定  | IVV 昭和記念公園の入場券200円必要                              |
| 受付                                    | 9:00~9:15 団体歩行 <b>軽食持参</b>                            | 受付  | 7:50 鴻巣駅改札前(JR・高崎線) 団体歩行                          |
| (出発式)                                 | 溝端公園(東武・東上線)北坂戸駅西口5分                                  | (出発式)                                     | 鴻巣駅~大宮駅(むさしの号)~立川駅 昭和記念公園                         |
| ゴール                                   | 13:45 頃 西大家駅(東武・越生線)                                  | ゴール                                       | 14:00頃 昭和記念公園・総合案内所(JR・中央線)立川駅 18分                |
| コース                                   | スタート~北坂戸橋~高麗川コモン~ヒオトブ~大家活動センター~ゴール                    | コース                                       | スタート~ふれあい広場~水鳥の池~漂流広場~子供の森~日本庭園~ゴール               |
| 参加費                                   | (会員)無料 (会員外)300円                                      | 参加費                                       | (会員)無料 (会員外)300円                                  |
| 連絡先                                   | 坂戸ウオーキングクラブ 090-8856-4226 加藤                          | 連絡先                                       | 鴻巣市ウオーキングクラブ 090-2335-3119 石川                     |
| <b>3月6日・13日・20日(木) 鶴ヶ島イヤラウンドを歩こう!</b> |   | <b>3月16日(日) 見沼代用水を巡る 7km</b>              |   |
| 主催                                    | 鶴ヶ島ウオーキングクラブ YR                                       | 主催  | 川口市歩こう会   |
| 認定                                    | IVV   | 認定  | IVV   |
| 受付                                    | 8:40~8:55(9:00) 自由歩行                                  | 受付  | 9:30~9:50(10:00) 団体歩行 <b>昼食持参 集合地WCなし</b>         |
| (出発式)                                 | 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                         | (出発式)                                     | 見沼通船堀公園(JR・武蔵野線)東浦和駅3分                            |
| ゴール                                   | 鶴ヶ島市役所若葉駅前出張所前 ※ゴール時間は参加コースで異なる                       | ゴール                                       | 13:30頃 見沼通船堀公園                                    |
| コース                                   | 3/6 F:12km J:18km 3/13 G:9km I:17km 3/20 H:9km K:16km | コース                                       | スタート~見沼代用水西縁~民家園~見沼代用水東縁~川口自然公園~ゴール               |
| 参加費                                   | :全員各コース200円   | 参加費                                       | (会員)無料 (会員外)300円                                  |
| 連絡先                                   | 鶴ヶ島ウオーキングクラブ 070-4287-2263 三上                         | 連絡先                                       | 川口市歩こう会 080-6810-7330 太田                          |
| <b>3月8日(土) 河津桜を見に行こう 10km/5km</b>     |   | <b>3月22日(土) 嵐山溪谷の桜並木 13/7km</b>           |   |
| 主催                                    | さいたま市与野歩こう会 例会  | 主催  | ふじみ野市上福岡歩こう会 第810回 例会                             |
| 認定                                    | IVV ハラカート   | 認定  | IVV どんぐり坊やカード                                     |
| 受付                                    | 9:15~9:45(9:50) 団体歩行 <b>昼食持参</b>                      | 受付  | 9:00~9:15 団体歩行 <b>13kmコース昼食持参</b>                 |
| (出発式)                                 | 東鷲宮駅(JR・宇都宮線)   | (出発式)                                     | 駅西公園(東武・東上線)武蔵嵐山駅西口3分                             |
| ゴール                                   | 14:20頃 花崎駅(東武・伊勢崎線)                                   | ゴール                                       | (13kmコース)12:00頃(7kmコース)11:00頃 菅谷公園(東武・東上線)武蔵嵐山駅9分 |
| コース                                   | スタート~青毛堀川(河津桜散策)~鷲宮神社~平成国際大学~花崎水上公園~ゴール               | コース                                       | スタート~学校橋~桜堤~冠水橋~展望台~センジュウ構造改善センター~ゴール             |
| 参加費                                   | (会員)無料 (会員外)300円                                      | 参加費                                       | (会員)無料 (会員外)300円                                  |
| 連絡先                                   | さいたま市与野歩こう会 090-6047-4987 平澤                          | 連絡先                                       | ふじみ野市上福岡歩こう会 090-4061-5812 吉見                     |
| <b>3月8日(土) ストロベリーウオーク 15km</b>        |   | <b>3月23日(日) 安行桜を見に行こう 12km</b>            |   |
| 主催                                    | 鶴ヶ島ウオーキングクラブ 第286回 月例会                                | 主催  | 坂戸ウオーキングクラブ                                       |
| 認定                                    | IVV 鶴ヶ島パスポート  | 認定  | IVV 坂戸パスポート                                       |
| 受付                                    | 9:00~9:15 団体歩行 <b>昼食持参</b>                            | 受付  | 9:00~9:15 団体歩行 <b>軽食持参</b>                        |
| (出発式)                                 | 芦山公園(東武・東上線)北坂戸駅東口6分                                  | (出発式)                                     | 北坂戸駅2F広場(東武・東上線)北坂戸駅西口1分                          |
| ゴール                                   | 14:00頃 高坂駅(東武・東上線)                                    | ゴール                                       | 12:30頃 北坂戸駅西口(東武・東上線)                             |
| コース                                   | スタート~坂戸市総合運動公園~天神橋~川島町農産物直売所~折本山公園~ゴール                | コース                                       | スタート~高麗川右岸~入西公園~浅羽桜堤公園~越辺川右岸~ゴール                  |
| 参加費                                   | (会員)無料 (会員外)300円                                      | 参加費                                       | (会員)無料 (会員外)300円                                  |
| 連絡先                                   | 鶴ヶ島ウオーキングクラブ 070-4287-2263 三上                         | 連絡先                                       | 坂戸ウオーキングクラブ 090-8856-4226 加藤                      |
| <b>3月11日(火) 小金井公園周辺を歩く 8km</b>        |   | <b>3月25日(火) イヤラウンドコースをあるこうin狭山 F 10km</b> |   |
| 主催                                    | 狭山あるこう会   | 主催  | 狭山あるこう会   |
| 認定                                    | IVV パスポートシール コハトンALKOOマイレージ                           | 認定  | IVV Point Card コハトンALKOOマイレージ                     |
| 受付                                    | 9:15~9:30(9:40) 団体歩行                                  | 受付  | 9:20~9:40(9:45) 団体歩行 <b>行動食持参</b>                 |
| (出発式)                                 | あじさい公園(西武・新宿線)小平駅西口7分                                 | (出発式)                                     | 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 田無駅(西武・新宿線)                                    | 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2分                   |
| コース                                   | スタート~小平グリーンロード~小平ふるさと村~小平グリーンロード~小金井公園~ゴール            | コース                                       | スタート~上奥富運動公園~いるまがわ大橋~上奥富用水堰~入間川にこにこテラス~ゴール        |
| 参加費                                   | (会員)無料 (会員外)300円                                      | 参加費                                       | (会員)200円 (会員外)260円 <<JWA保険未加入者>>                  |
| 連絡先                                   | 狭山あるこう会 04-2957-9424 大澤                               | 連絡先                                       | 狭山あるこう会 04-2957-9424 大澤                           |
| <b>3月15日(土) 中山道を歩く⑩磯部~横川 13km/8km</b> |   | <b>3月27日(木) 東上線城跡めぐり⑩川越城跡 10km</b>        |   |
| 主催                                    | さいたま市与野歩こう会 例会  | 主催  | 鶴ヶ島ウオーキングクラブ 第287回 月例会                            |
| 認定                                    | IVV ハラカート   | 認定  | IVV 鶴ヶ島パスポート                                      |
| 受付                                    | 9:20~9:50(10:00) グループ歩行 <b>昼食持参</b>                   | 受付  | 9:00~9:15 団体歩行 <b>昼食持参 記念写真撮影</b>                 |
| (出発式)                                 | 磯部駅(JR・信越本線)  | (出発式)                                     | 連誓寺境内 (東武・東上線)川越駅12分(西武・新宿線)本川越駅10分               |
| ゴール                                   | 15:00頃 横川駅前(JR・信越本線)                                  | ゴール                                       | 14:00頃 川越駅(東武・東上線)                                |
| コース                                   | スタート~日枝神社~西松井田駅前~五科~五科平~御所平~下横川~ゴール                   | コース                                       | スタート~仙波東照宮~喜多院~富士見橋跡~本丸御殿見学~三芳野神社~ゴール             |
| 参加費                                   | (会員)無料 (会員外)500円                                      | 参加費                                       | (会員)無料 (会員外)300円                                  |
| 連絡先                                   | さいたま市与野歩こう会 090-4747-7047 細矢                          | 連絡先                                       | 鶴ヶ島ウオーキングクラブ 070-4287-2263 三上                     |