



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)

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法人埼玉県ウオーキング協会(NPO SWA)発行者 神山 則幸 編集責任者 吉村 照夫

感染症・熱中症予防対策を忘れずに気持ち良いウオーキングをしよう!

暑い・暑い・暑い夏 乗り切る体調管理を忘れずに!

8月3日(日) 荒川大麻生公園を歩く 10km

主 催	SWA 1085回 月例会	集合時間変更
認 定	202熊谷市 100 ⁺ IVV スネールパスポート	
受 付	9:20~9:40(9:40) グループ歩行	昼食持参(商店なし)
(出発式)	ひろせ野鳥の森入口(秩父鉄道)ひろせ野鳥の森駅10分	
ゴール	13:40頃 ひろせ野鳥の森入口	
コース	スタート~森内散策~昼食・WC~森内散策~ゴール	
参加費	(会員)300円 (会員外)500円	
担 当	(リーダー)本木 吉村 阿部	

「荒川大麻生公園を歩く」の集合時間を変更しています。電車の時間にご注意ください。

※役員集合時間:9:00 ※参加者集合時間:9:20~9:40

熊谷駅発(影森・三峯方面)ひろせ野鳥の森駅到着時間

熊谷駅発8:34 8:54 9:18 ひろせ野鳥の森駅着8:40 9:00 9:25

寄居駅発(羽生・熊谷方面)ひろせ野鳥の森駅到着時間

寄居駅発7:49 8:17 8:56 ひろせ野鳥の森駅着8:11 8:46 9:20

8月20日(水) 学校にある水族館を見学 12km

主 催	SWA 第405回 平日W	
認 定	219上尾市 231桶川市 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)	中妻第一公園(JR・高崎線)北上尾駅西口5分	
ゴール	14:15頃 桶川駅西口(JR・高崎線)	
コース	スタート~桶川西高校(30分水族館を見学)~道の駅「べにばなの郷おけがわ」~ゴール	
参加費	(会員)300円 (会員外)500円	
担 当	(リーダー)塩沢 細矢 佐藤	

9月3日(水) 武蔵国八十八所霊場巡り⑬ 11km

主 催	SWA 第406回 平日W	
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	軽食持参
(出発式)	川口西公園(JR・京浜東北線)川口駅西口1分	
ゴール	13:00頃 川口駅東口(JR・京浜東北線)	
コース	スタート~68番~69番~70番・71番・72番~73番~74番~75番~ゴール	
参加費	(会員)300円 (会員外)500円	
担 当	(リーダー)里舘 佐々木	

9月7日(日) 鎌倉街道中道③幸手~栗橋(リベンジ) 11km

主 催	SWA 第1087回 月例会	
認 定	240幸手市 232久喜市 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)	幸手駅西口(東武・日光線) 集合地トイレなし駅のトイレ利用	
ゴール	13:30頃 栗橋駅前(JR・宇都宮線/東武・日光線)	
コース	スタート~正福寺~権現堂公園~行幸公園~会津見返稲荷~栗橋関所址の碑~ゴール	
参加費	(会員)300円 (会員外)500円	
担 当	(リーダー)塩沢 本木	

9月17日(水) B級グルメ「千明だんご」 9km

主 催	SWA 第407回 平日W	
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	軽食持参
(出発式)	鴻巣宿おおとり公園(JR・高崎線)鴻巣駅東口5分	
ゴール	13:00頃 鴻巣宿おおとり公園	
コース	スタート~上谷総合公園親水広場(千明だんご)~元荒川土手道~せせらぎ公園~ゴール	
参加費	(会員)300円 (会員外)500円	
担 当	(リーダー)諏訪 佐々木 杉村	

9月20日(土)・21日(日) 第18回川口ソーデーマーチ

コース別受付、スタート、認定、受付場所等

日	コース名	受付時間	出発式	スタート時間	認定				受付場所	ゴール			
					彩の国	距離	500選	SAML					
20日 (土)	日光御成道	① 30 ^キ	7:30 ~	7:45	8:00 ~	8:30	203 川口市	32km	なし	○	戸塚中台公園	戸塚中台公園	
		② 10 ^キ	9:30 ~	9:45	10:00 ~	10:30		10km		○			
		③ 5 ^キ	9:30 ~	9:45	10:00 ~	10:30		7km		○			
		④ 20 ^キ	8:00 ~	8:15	8:30 ~	9:00		20km		○			
21日 (日)	安行	⑤ 30 ^キ	7:30 ~	7:45	8:00 ~	8:30	11-10	31km	なし	○	戸塚中台公園	12:00	
		⑥ 20 ^キ	8:30 ~	8:45	9:00 ~	9:30		20km		○		戸塚中台公園	16:00
		⑦ 10 ^キ	9:30 ~	9:45	10:00 ~	10:30		12km		○			
		⑧ 5 ^キ	9:30 ~	9:45	10:00 ~	10:30		7km		○			

* 川7パーク(JR京浜東北/川口/西口/1)

10月8日(水) 平日特別バスウオーク 神奈川
三浦市三浦半島 10km

主催・共催・区分: SWA 第408回 大会

ご案内: 今年度も「平日特別バスウオーク」を実施します。今回は美しい日本の歩きたくなる道500選神奈川(14-04)を基本にしてコースを設定しました。帰りには道の駅【うらり】で買い物時間を設ける予定です。

歩行形態・認定・表彰: グループ歩行 100⁺ IVV

受付(出発式): 7:00(7:30) さいたま新都心けやき広場(JR・京浜東北線)

到着時間: 17:30頃 さいたま新都心けやき広場下

コース: 美しい日本の歩きたくなる道500選神奈川(14-04)城ヶ島・入り江の道

参加費: 6,000円/1人

募集人員: 50名(内役員15名)先着順

前売り販売・集金: ①7/2(水) 平日W「鉄道シリーズ」高崎線⑥

②7/13(日) 月例会「暑さに負けず健康ウオーク長瀬」

③8/3(日) 月例会「荒川大麻生公園を歩く」

④8/20(水) 平日W「学校にある水族館を見学」

担 当: (リーダー)佐々木 高野 宇治田 諏訪

(2) 第557号		埼玉あるけ通信8月号		2025年(令和7年)8月1日発行																															
8月9日(土) 鶴ヶ島100KMウオーク体験ウオーク④ 12km		SWAからのお知らせ「熱中症警戒アラート」対応について ①熱中症特別警戒アラート(黒表示)が発令された場合 例会等は中止する ※該当例会等の前日14時頃に発表される:SWA・HPに掲載告知 ②熱中症警戒アラート(赤紫)が発令された場合 例会等は実施する ※開催地のアラート発令状況を確認しつつ実施 ※コース短縮等の安全に配慮したウオーキングを実施(午前中にゴール)																																	
主 催	鶴ヶ島ウオーキングクラブ 月例会(296)																																		
認 定	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)	一本松駅広場(東武・越生線)																																		
ゴール	13:00頃 東毛呂駅(東武・越生線)																																		
コース	スタート~日高市体育館~第6エド・毛呂山町中央公民館~ゴール																																		
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																																		
※8月の「鶴ヶ島イヤーラウンドを歩こう!」は熱中症対応で案内誘導は行いません。案内誘導は9月から行います。																																			
8月10日(日) 夏を楽しむ(生ビールを飲む)ウオーク 10km		100 ⁺ 表彰																																	
主 催 ふじみ野市上福岡歩こう会 例会 認 定 IVV どんぐりぼうや ゴール後、会費制親睦会あり 受 付 9:00~9:15(9:30) 団体歩行 (出発式) みずほ台中央公園(東武・東上線)みずほ台駅東口10分 ゴール 12:30頃 コスモスホール(東武・東上線)上福岡駅5分 コース スタート~山崎公園~富士見文化の杜~榛名神社~江川緑道~ゴール 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		100 ⁺ 表彰 該当者には月例会・平日WIにて距離バッジをお渡しします。																																	
		2025年6月 100 ⁺ 表彰 該当者																																	
		<table><tr><th>距離</th><th>市町村名</th><th>会員番号</th><th>氏 名</th><th>累計(番目)</th></tr><tr><td>300Km</td><td>中央区</td><td>SWA02251</td><td>鈴木 なみ子</td><td>1340</td></tr><tr><td>400Km</td><td>東京都</td><td>SWA02218</td><td>佐藤 和子</td><td>1280</td></tr><tr><td>5000Km</td><td>東京都</td><td>SWA01903</td><td>阿部 志津恵</td><td>446</td></tr></table>				距離	市町村名	会員番号	氏 名	累計(番目)	300Km	中央区	SWA02251	鈴木 なみ子	1340	400Km	東京都	SWA02218	佐藤 和子	1280	5000Km	東京都	SWA01903	阿部 志津恵	446										
		距離	市町村名	会員番号	氏 名	累計(番目)																													
		300Km	中央区	SWA02251	鈴木 なみ子	1340																													
400Km	東京都	SWA02218	佐藤 和子	1280																															
5000Km	東京都	SWA01903	阿部 志津恵	446																															
6,000 ⁺ 以上達成者 第21回総会(2026年度)表彰対象者です。																																			
2025年6月 100 ⁺ 表彰 達成者																																			
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 受 付 9:15~9:30(9:40) 団体歩行 (出発式) 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 入曽駅(西武・新宿線) コース スタート~狭山台中央公園~狭山台第6号公園~北入曽公園~七曲り井~ゴール 参加費 (会員)無料 (会員外)300円 連絡先 狭山あるこう会 04-2957-9424 大澤		<table><tr><th>距離</th><th>市区町村名</th><th>会員番号</th><th>氏 名</th><th>累計(番目)</th></tr><tr><td>7000Km</td><td>川口市</td><td>SWA02016</td><td>神山 則幸</td><td>293</td></tr><tr><td>9000Km</td><td>浦和区</td><td>SWA01738</td><td>揚妻 憲一</td><td>180</td></tr><tr><td>10000Km</td><td>熊谷市</td><td>SWA00131</td><td>与川 浩</td><td>131</td></tr><tr><td>10000Km</td><td>東京都</td><td>SWA01560</td><td>片山 勇</td><td>132</td></tr><tr><td>13000Km</td><td>ふじみ野市</td><td>SWA01343</td><td>向田 守男</td><td>55</td></tr></table>				距離	市区町村名	会員番号	氏 名	累計(番目)	7000Km	川口市	SWA02016	神山 則幸	293	9000Km	浦和区	SWA01738	揚妻 憲一	180	10000Km	熊谷市	SWA00131	与川 浩	131	10000Km	東京都	SWA01560	片山 勇	132	13000Km	ふじみ野市	SWA01343	向田 守男	55
		距離	市区町村名	会員番号	氏 名	累計(番目)																													
		7000Km	川口市	SWA02016	神山 則幸	293																													
		9000Km	浦和区	SWA01738	揚妻 憲一	180																													
		10000Km	熊谷市	SWA00131	与川 浩	131																													
		10000Km	東京都	SWA01560	片山 勇	132																													
13000Km	ふじみ野市	SWA01343	向田 守男	55																															
8月12日(火) のんびりウオーク(池原・童絵を楽しむ) 7km																																			
8月23日(土) 納涼ウオーク 9km		今年も暑い夏がやってきます。 こまめに水分補給 熱中症対策忘れずにウオーキング!																																	
主 催 坂戸ウオーキングクラブ 認 定 IVV 坂戸パスポート 受 付 9:00~9:15 団体歩行 軽食持参 (出発式) 若葉ふれあい広場(東武・東上線)若葉駅東口駅8分 ゴール 13:00頃 若葉駅東口(東武・東上線) コース スタート~千代田公園~住吉神社~聖天宮~ゴール 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		埼玉・群馬・栃木 三県境を訪ねる 20250629月例会「埼玉・群馬・栃木 三県境を訪ねる」にて																																	
		さいたま市 三県境 三県境スタンプ 三県境またぎに挑戦!																																	
		三県境スタンプ																																	
		三県境またぎに挑戦!																																	
		8月26日(火) イヤーラウンドコースをあるこうin狭山 E 6km																																	
主 催 狭山あるこう会 認 定 IVV Point Card コハトンALKOOマイレージ 受 付 9:20~9:40(9:45) 団体歩行 (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 狭山市駅西口広場(西武・新宿線)狭山市駅2分 コース スタート~瑞光寺~上奥富運動公園~上奥富用水堰~昭代橋~徳林寺~ゴール 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		県外ウオーク(山梨県・長野県)の中止について 8月24日(日)・25日(月)に開催予定の県外ウオークは、目標の参加希望者が集まらないため、誠に残念ですが催行中止とさせていただきます。 なお、参加申込みされ、参加費をお支払いいただいた方には、9月の月例会・平日W等で全額返金させていただきます。																																	
		8月30日(土) 原市沼・上尾運動公園を訪ねる 10/6km																																	
		主 催 さいたま市与野歩こう会 例会 認 定 IVV バカード 集合時間注意(1時間早い) 受 付 8:00~8:20(8:30) 団体歩行 軽食持参 (出発式) 見沼通船堀公園「たけのこ公園」(JR・武蔵野線)東浦和駅5分 ゴール 【6km】12:00頃 東浦和駅 【10km】13:00頃 浦和博物館 コース スタート~見沼通船堀~浦和くらしの博物館民家園~6km/10kmコース分岐 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																																	