



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!

今年も、歩く楽しさ・歩ける喜び感じる日々に感謝して!

1月7日(水) 武州本庄七福神巡り 11km

2月18日(水) 豊かな自然に囲まれた美里町を歩く 10km

主催	SWA 第413回 平日W	主催	SWA 第416回 平日W
認定	385上里町 211本庄市 100 ^{キロ} IVV スネールバスポート	認定	381美里町 211本庄市 100 ^{キロ} IVV スネールバスポート
受付	9:00~9:15(9:15~) グループ歩行 昼食持参	受付	9:00~9:15(9:15~) グループ歩行 昼食持参
(出発式)	神保原駅南口(JR・高崎線)神保原駅南口2分	(出発式)	松久駅(JR・八高線)
ゴール	13:30頃 本庄駅(JR・高崎線)	ゴール	13:00頃 本庄駅(JR・高崎線)
コース	スタート～上里町体育馆～本庄市(金鑽神社、七福神巡りスタート)～若泉公園～ゴール	コース	スタート～農林公園～本庄早稻田駅～マリーゴーランドの丘公園～ゴール
参加費	(会員)300円 (会員外)500円	参加費	(会員)300円 (会員外)500円
担当	(リーダー)杉村 細矢	担当	(リーダー)塩沢 杉村

1月11日(日) 第33回初詣ウォーキング 箭弓稻荷神社 10km

2月22日(日) 総会 ウォーク 10km

主催	SWA 第1096回 月例会	主催	SWA 第1099回 月例会
認定	212東松山市 100 ^{キロ} IVV スネールバスポート	認定	209飯能市 100 ^{キロ} IVV スネールバスポート
受付	9:00~9:15(9:15~) グループ歩行 昼食持参	受付	9:00~9:15(9:15~) グループ歩行 昼食持参
(出発式)	東松山市ウォーキングセンター(東武・東上線)東松山駅東口15分	(出発式)	前田公園(JR・八高線)東飯能駅西口7分
ゴール	13:30頃 高坂駅(東武・東上線)	ゴール	12:30頃 飯能市役所(JR・八高線)東飯能駅5分
コース	スタート～箭弓稻荷神社～川風公園～ゴール	コース	スタート～中居観光公衆トイレ～飯能中央公園～飯能河原～ゴール
参加費	(会員)300円 (会員外)500円	参加費	(会員)300円 (会員外)500円
担当	(リーダー)高野 加藤 中村	担当	(リーダー)井上 坂井 中村

1月21日(水) 和光市の歴史を感じて歩く 11km

100^{キロ}表彰

距離	市町村名	会員番号	氏名
100Km	八潮市	SWA02198	内藤 初江
100Km	鶴ヶ島市	SWA02255	佐藤 修
200Km	鶴ヶ島市	SWA02255	佐藤 修
200Km	上里町	SWA02256	屋敷 桂子
300Km	ふじみ野市	SWA02186	神尾 忠和
400Km	桜区	SWA02145	桜井 研一
500Km	東京都	SWA02218	佐藤 和子
500Km	中央区	SWA02251	鈴木 なみ子
700Km	東京都	SWA02216	中西 昭文
700Km	川口市	SWA02237	成瀬 仁志
800Km	川口市	SWA02237	成瀬 仁志
800Km	北区	SWA02234	高野 賢一
2000Km	白岡市	SWA02155	鈴木 博
2000Km	川口市	SWA02224	土肥 智子
3000Km	滑川町	SWA01589	奥野 清
3000Km	川口市	SWA02204	新海 今朝巳
4000Km	久喜市	SWA02048	佐藤 芳枝
4000Km	蓮田市	SWA02172	小針 栄
5000Km	見沼区	SWA01265	加藤 恒三
5000Km	久喜市	SWA01529	諏訪 喜子

1月25日(日) 千支シリーズ【午】聖天山歓喜院 熊谷市 14km

距離	市町村名	会員番号	氏名
100Km	八潮市	SWA02198	内藤 初江
100Km	鶴ヶ島市	SWA02255	佐藤 修
200Km	鶴ヶ島市	SWA02255	佐藤 修
200Km	上里町	SWA02256	屋敷 桂子
300Km	ふじみ野市	SWA02186	神尾 忠和
400Km	桜区	SWA02145	桜井 研一
500Km	東京都	SWA02218	佐藤 和子
500Km	中央区	SWA02251	鈴木 なみ子
700Km	東京都	SWA02216	中西 昭文
700Km	川口市	SWA02237	成瀬 仁志
800Km	川口市	SWA02237	成瀬 仁志
800Km	北区	SWA02234	高野 賢一
2000Km	白岡市	SWA02155	鈴木 博
2000Km	川口市	SWA02224	土肥 智子
3000Km	滑川町	SWA01589	奥野 清
3000Km	川口市	SWA02204	新海 今朝巳
4000Km	久喜市	SWA02048	佐藤 芳枝
4000Km	蓮田市	SWA02172	小針 栄
5000Km	見沼区	SWA01265	加藤 恒三
5000Km	久喜市	SWA01529	諏訪 喜子

2月1日(日) 安行桜の並木道を歩こう 12km

距離	市町村名	会員番号	氏名
6000Km	鶴ヶ島市	SWA02018	三上 茂
6000Km	吉見町	SWA02032	大出 知司
8000Km	蕨市	SWA00455	奥田 盛二
8000Km	見沼区	SWA01606	大越 寿治
10000Km	越谷市	SWA00645	森島 隆子
10000Km	見沼区	SWA00939	吉見 秀文
10000Km	所沢市	SWA01093	芳川 光恵
12000Km	松伏町	SWA00659	神門 初美
12000Km	志木市	SWA01299	近藤 國雄
13000Km	加須市	SWA00635	餘多分 正敏
13000Km	川越市	SWA01157	内田 勝夫

彩の国

巡目	市区町村名	会員番号	氏名
1	上尾市	SWA01624	塩沢 澄
2	大宮区	SWA01641	宇治田 仁子

1月3日(土) 初 詣 ウ オ 一 ク 13km		1月18日(日) 初 詣 ウ オ 一 ク 11km	
主 催 鴻巣市ウォーキングクラブ 例会	主 催 東松山歩こう会 月例会	認 定 IVV	認 定 IVV 距離・回数表彰 ポンパチ
受 付 8:00 団体歩行	受 付 9:30~9:45(9:45~) G歩行 昼食持参	(出発式) 鴻巣宿おおとり公園(JR・高崎線)鴻巣駅東口5分	(出発式) 清水谷公園(地下鉄有楽町線)麹町駅2番出口7分
ゴール 13:00頃 上尾宿愛宕神社(JR・高崎線)上尾駅15分	ゴール 14:30頃 高輪ゲートウェイ駅前(JR・山手線)	コース スタート~北本宿/東間浅間神社~桶川宿/中山道道標~上尾駅東口~ゴール(途中合流可)	コース スタート~日枝神社~赤坂氷川神社~芝大神宮~増上寺~芝公園~泉岳寺~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 鴻巣市ウォーキングクラブ 090-2335-3119 石川	連絡先 東松山歩こう会 090-5583-8948 服部
1月3日(土) 与 野 七 福 神 め ぐ り 10km		1月18日(日) 初 詣 ウ オ 一 ク 11km	
主 催 さいたま市与野歩こう会 例会 SWA 指定例会	主 催 鶴ヶ島ウォーキングクラブ 月例会(304)	認 定 105中央区 100% IVV バラカード ゴール受付は13:00以降	認 定 IVV 鶴ヶ島バスポート回数表彰
受 付 9:20~9:50(10:00~) グループ歩行 昼食なし(必要な方は軽食持参)	受 付 9:00~9:15 団体歩行 昼食持参	(出発式) 中央区役所前広場(JR・埼京線)与野本町駅5分	(出発式) 若葉駅西口広場(東武・東上線)
ゴール 13:00~14:00頃 中央区役所前広場	ゴール 13:00頃 若葉駅西口(東武・東上線)	コース スタート~鈴谷大堂~円福寺~円乗院~天祖神社~御嶽神社~一山神社~氷川神社~ゴール	コース スタート~高徳神社~白髭神社(初詣)~雷電池~ゴール
参加費 (会員)500円 (会員外)1,000円(事前800円、12/20まで)	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 鶴ヶ島ウォーキングクラブ 070-4287-2263 三上
1月4日(日) 武州川口七福神巡り(後半) 8km		1月24日(土) 新 春 の 川 越 を 歩 く 5km	
主 催 川口市歩こう会	主 催 さいたま市与野歩こう会 例会	認 定 IVV トイレは駅で ※団体歩行の為御朱印不可	認 定 IVV バラカード
受 付 9:30~9:50(10:00~) 団体歩行 昼食持参	受 付 8:30~8:50(9:00) 団体歩行 昼食なし(必要な方は軽食持参)	(出発式) 東川口駅前広場(JR・武蔵野線)	(出発式) 脇田本町公園(JR・川越線/東武・東上線)川越駅西口5分
ゴール 14:00頃 傑伝寺(西沼バス停から川口駅までバス移動)	ゴール 11:30頃 川越駅(JR・川越線/東武・東上線)	コース スタート~西光院(弁財天尊)~密蔵院(大黒天尊)~新郷貝塚~ゴール・傑伝寺(大黒天尊)	コース スタート~八幡神社~中院~仙波東照宮~喜多院~成田山川越別院~連馨寺~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 川口市歩こう会 080-6810-7330 太田	連絡先 さいたま市与野歩こう会 090-6047-4987 平澤
1月8日・15日・22日(木) 鶴ヶ島イヤーラウンドを歩こう!		1月27日(火) イヤーラウンドコースをあるこうin狭山 G 12km	
主 催 鶴ヶ島ウォーキングクラブ YR	主 催 狹山あるこう会	認 定 IVV	認 定 IVV Point Card コバトンALKOOマileyage
受 付 8:40~8:55(9:00~) 自由歩行	受 付 9:15~9:30(9:40~) 団体歩行 行動食(軽食)持参	(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) 狹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 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 狹山市駅西口市民広場(西武・新宿線)狭山市駅2分	コース 1/8 F:12km J:18km 1/15 G:9km C:17km 1/22 H:9km B:18km	コース スタート~未~午(今年の干支)~巳~辰~卯~寅~丑~子~亥~戌~酉~申~ゴール
参加費 全員各コース 200円	参加費 (会員)200円 (会員外)260円《JWA保険未加入者》	連絡先 鶴ヶ島ウォーキングクラブ 070-4287-2263 三上	連絡先 狹山あるこう会 04-2957-9424 大澤
1月12日(月・祝) 第44回成人式ウォーク(川越七福神巡り) 13km		1月29日(木) 東上線偉人の足跡を訪ねる⑥田部井淳子 11km	
主 催 ふじみ野市上福岡歩こう会 例会	主 催 鶴ヶ島ウォーキングクラブ 月例会(305)	認 定 IVV どんぐり坊や 小江戸川越七福神巡りバスポート	認 定 IVV 鶴ヶ島バスポート回数表彰
受 付 10:00~10:15(10:30~)	受 付 9:00~9:15 団体歩行 昼食持参	(出発式) ウエスタ川越交流広場(JR・川越線/東武・東上線)川越駅5分	(出発式) 上の台公園(JR・川越線)高麗川駅3分
ゴール 14:30迄 ウエスタ川越交流広場 ※ゴールにて先着100名様に"ちよっぴりお年玉"	ゴール 13:00頃 高麗川駅(JR・川越線)	コース スタート~妙善寺~天然寺~喜多院~成田山別院~見立寺~妙昌寺~連馨寺~ゴール	コース スタート~日和田山登山口~田部井淳子顕彰碑~旧新井家住宅~高麗神社~ゴール
参加費 (会員)無料 (会員外)300円 ※中学生以下は100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 090-1762-8914 餘多分	連絡先 鶴ヶ島ウォーキングクラブ 070-4287-2263 三上
1月13日(火) 初 詣 ウ オ 一 ク (川越七福神巡り) 10km		1月31日(土) 小川町の里山歩き(武田氏ゆかりの地) 12km	
主 催 狹山あるこう会	主 催 坂戸ウォーキングクラブ ※コースを変更	認 定 IVV バスポートシール	認 定 IVV 坂戸バスポート
受 付 9:15~9:30(9:40~) 団体歩行 昼食持参	受 付 9:00~9:15 団体歩行 昼食持参	(出発式) 小江戸戸蔵里広場(西武・新宿線)本川越駅5分	(出発式) リリックおがわ(東武・東上線)小川町駅5分
ゴール 13:30頃 連馨寺境内(西武・新宿線)本川越駅10分	ゴール 13:30頃 小川町駅(東武・東上線)	コース スタート~妙善寺~天然寺~喜多院~成田山別院~元町休憩所~見立寺~妙昌寺~ゴール	コース スタート~鬼が谷津沼~能満寺~輪禪寺~養昌寺~普光寺~道の駅おがわ~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 狹山あるこう会 04-2957-9424 大澤	連絡先 坂戸ウォーキングクラブ 090-8856-4226 加藤
1月17日(土) 坂 戸 初 歩 き 12km		2月24日(火) 第13回早春の狭山ウォーク2026 A)14km B)8km	
主 催 坂戸ウォーキングクラブ	主 催 狹山あるこう会 SWA 指定例会	認 定 IVV 坂戸バスポート	認 定 215狭山市 100% IVV コバトンALKOOマileyage 狹山会員(バスポートシール)
受 付 9:00~9:15 団体歩行 昼食持参	受 付 A) 8:45~9:15(9:20~)自由歩行 昼食持参 B) 9:20~9:45(9:50~)グループ歩行 行動食持参	(出発式) 永源寺(東武・東上線)坂戸駅北口7分	(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 13:30頃 若葉駅東口(東武・東上線)	ゴール 入間川小学校跡地公園 A)14:00迄 B)13:00頃	コース スタート~勝呂交流センター~勝呂神社~住吉神社~ゴール	コース A) 広瀬神社~智光山公園をめぐるコース B) 狹山一万歩・田園コース
参加費 (会員)無料 (会員外)300円	参加費 事前申込(~2/10まで):700円(プレゼント有り) 当日受付:700円(プレゼント無し:限定50名)	連絡先 坂戸ウォーキングクラブ 090-8856-4226 加藤	連絡先 狹山あるこう会 04-2957-9424 大澤
1月18日(日) 井伊家ゆかりの世田谷沿線を歩く 8km		第40武蔵野十里、第14回さいたまマーチの参加券販売について 2026年3月8日(日) 第40回武蔵野十里 2026年3月28日(土)・29日(日) 第14回さいたまマーチ SWAの月例会及び平日Wの会場にて2大会の参加券の事前販売を行っています。 事前販売は、武蔵野十里が1月31日迄、さいたまマーチが2月27日迄となっています。	
主 催 鴻巣市ウォーキングクラブ 例会	認 定 IVV	受 付 7:40 鴻巣駅改札前(JR・高崎線) 団体歩行 昼食持参	受 付 豪徳寺(出発式) ※小田急線豪徳寺駅迄電車移動
受 付 豪徳寺(出発式) ※小田急線豪徳寺駅迄電車移動	受 付 15:00頃 三軒茶屋駅(東急・田園都市線)	ゴール 15:00頃 三軒茶屋駅(東急・田園都市線)	コース スタート~世田谷八幡宮~世田谷城址公園~世田谷代官屋敷~松陰神社~駒留八幡~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 鴻巣市ウォーキングクラブ 090-2335-3119 石川	連絡先 鴻巣市ウォーキングクラブ 090-2335-3119 石川