



Walking

『伊豆歩倶楽部』会報

歩歩歩（ふふふ）の歩（ふ）
 緩歩で観歩
 歩歩歩（ほほほ）の歩（ほ）
 歩歩笑美（ほほえみ）
 伊豆歩は 歎歩で完歩

■平成27年度 伊豆歩倶楽部新規会員募集開始！！

伊豆歩倶楽部に入会して伊豆の自然を満喫しながら楽しくウォーキング！ 仲間と歩くと心も軽く笑顔もあふれます。多くの皆様の新規ご入会をお待ち申し上げます。お気軽にお問い合わせください。

日本ウォーキング協会の入会及び継続（正会員・維持会員）をご希望の方も伊豆歩倶楽部会員手続きに合わせて手続きを行いますので、その旨をお知らせください。退会予定の方も事務局または役員までご連絡をお願いします。詳しくは伊豆歩倶楽部事務局 笹本【0558-22-5465】までお気軽にお問い合わせください。

《平成27年4月1日～平成28年3月31日》

【会費】 継続会員 2,000円/年 家族会員 1,000円/年
 新規会員 3,000円（入会金 1,000円 年会費 2,000円/年）
 日本ウォーキング協会 正会員 10,000円/年 維持会員 2,000円/年

【納入方法】 郵便振替用紙にて『通帳番号10150-記号57680821 伊豆歩倶楽部』宛に納入して下さい。
 ※例会等へ現金をご持参の方は、封筒にお名前・入金額をご記入の上、伊豆歩倶楽部の受付へお渡し下さい。

■第150回 伊豆歩倶楽部 4月例会

緑豊かな富戸から、つつじが咲き誇る小室山ウォーキング 13Km

富戸海岸を見ながら北上し、小室山“つばき園”にて昼食を摂り。小室山山頂に登る。小室山山頂からの眺望は、北の富士山、東には白帆が浮かぶ相模湾、360度のパノラマ景色。伊豆随一の眺めです。山を降りると、そこには40種類10万本のつつじが、まるで絨毯を敷きつめたように咲き乱れ、日頃の疲れを癒してくれます。多くの皆様のご参加をお待ちしております。

【日程】 2015年4月29日（水）＜昭和の日＞
 【集合場所】 伊豆急 富戸駅
 【集合時間】 9時30分〔下田発8：20／河津発8：35／富戸着9：19〕
 ※電車の時間は各自で再度確認の上、ご参加お願いいたします。

【出発式】 9：30〔主催者挨拶、コース説明、準備体操、檄、他〕
 【スタート】 9：50

【コース】 スタート：富戸駅＜9：50＞ →→→ 富戸コミュニティセンター
 →→→（海岸線を北上途中左折）→→→（国道135号線手前を右折）
 →→→ 丸山公園＜11：35＞トイレ休憩 →→→ 小室山公園 →→→
 つばき園『富士見亭』：昼食＜12：00～12：40＞トイレ休憩 →→→
 小室山山頂＜13：20＞トイレ休憩 →→→ 小室山つつじ公園にてつつじ鑑賞
 ＜14：10～14：20＞トイレ休憩 →→→ 伊東商業高校前 →→→
 ゴール：川奈駅＜14：50＞解散

【ゴール】 14：50（予定）

◇◆◇帰路電車◇◆◇

・伊豆急 川奈駅発 15:05 河津駅着 15:56 下田駅着 16:11

・伊豆急 川奈駅発 15:41 河津駅着 16:28 下田駅着 16:42

※参考まで

※各自現地集合です。時間厳守をお願いいたします。

★今回はコース一部変更して、『**邊津会長追悼ウオーキング**』とさせていただきます。

■第151回 伊豆歩俱樂部 5月例会

第3回 富士山麓一周ウオーキング (精進湖民宿村～西湖～河口湖大石公園)

一日目は、残雪の雄大な富士山をバックに70万株の芝桜が咲き誇る芝桜公園を見て、前回ゴールした精進湖民宿村がスタートとなります。日本一の富士山の生命力が住まった神秘の青木ヶ原樹海の中を歩き野鳥に出会ったり、巨大な木の根や太古の噴火の名残りの溶岩を見ることが出来ます。風穴・氷穴を見て新緑の樹海遊歩道を進み「西湖いやしの里根場」がゴールとなります。

二日目は、民宿「やまか荘」から前日ゴールした「西湖いやしの里根場」までバスで行きます。雄大な富士山を一日中仰ぎながら西湖、河口湖の北側の湖畔を歩きます。ゴールは河口湖の大石公園です。

コースは誰でも歩ける優しいコースです。神秘の「青木ヶ原樹海」と湖に映る富士山を見ながらみんなで歩いてみませんか！

【日程】 2015年5月9日(土)・10日(日) 【1泊4食】

【集合場所】 精進湖民宿村〔民宿『やまか荘』前〕

【集合時間】 11:00〔出発式〕 11:15〔スタート〕

【距離】 1日目〔9日〕13Km／ 2日目〔10日〕12Km

【宿泊施設】 精進湖民宿村 民宿「やまか荘」 ☎0555-87-2817

【会費】 会員 22,000円 非会員 23,000円

【募集人員】 15名〔会員優先〕

【締切】 4月15日(水)

【行程】 松崎<4:35> ⇒ 伊豆急下田駅<5:20> ⇒ JR伊東駅<6:40> ⇒ マリントウン<6:45> ⇒ JR富士宮駅<8:40> ⇒ 道の駅「朝霧公園」 ⇒ 富士本栖湖リゾート〔芝桜公園〕<9:30> 見学<10:30>⇒ 精進湖民宿村

【コース】 <<1日目(5月9日)>> 13Km
精進湖民宿村 →→→ 富士山登山口 →→→ 富岳風穴 →→→ 鳴沢氷穴
→→→ 樹海遊歩道 →→→ 西湖いやしの里根場 …… 精進湖民宿村

【ゴール予定時間 15:30】

<<2日目(5月10日)>> 12Km
精進湖民宿村 →→→ 西湖いやしの里根場 →→→ いずみの湯 →→→
貴船神社 →→→ さくらの里公園 →→→ 大石公園

【ゴール予定時間 14:00】

【帰りの予定】 伊東駅17:30 下田駅19:15

【申込み方法】 会員番号・お名前・お電話・乗車希望場所を記入の上、ハガキ・FAXにて下記にお申込みください。

〒415-0038 静岡県下田市大賀茂301
伊豆歩俱樂部事務局 笹本祀長 宛
TEL & FAX 0558-22-5465
携帯 090-2140-1717

※お気軽にお問い合わせください。

■静岡県ウォーキング協会 第14回合同ウォーキング大会 開催

歩くという、誰でもどこでも取り組める基本的な運動を通して、環境への配慮、地球の活性化、健康増進、国土の資源再発見、食の見直しなど、世代を越えた地域社会の活性化を伴った、明るい健全な社会づくりのウォーキング協会加盟団体の会員相互の親睦を図ることを目的とする。

- 【大会名】 日本平山麓ウォーク
【主催】 静岡県ウォーキング協会
【後援】 日本ウォーキング協会
【認定大会】 日本市民スポーツ連盟
【開催日】 平成27年5月10日(日) 雨天決行
【集合場所】 東静岡駅 北口広場
【受付時間】 9時～9時30分
【出発式】 9時40分
【出発時間】 10時
【参加費】 静岡県ウォーキング協会加盟団体 無料
一般参加者 500円≪傷害保険、地図などを含む≫
中学生以下 無料
【参加申込】 事前申込不要。一般参加者は当日集合場所で受付時間に申込みを済ませる。
- 【コース】 <21Km>
東静岡駅北口(スタート) ⇒ 日本平動物園 ⇒ 東名日本平PA(WC) ⇒ 舞台芸術公園 ⇒ 平沢寺 ⇒ 県立美術館(芝生公園) ⇒ 草薙神社 ⇒ イオン清水店 ⇒ エスパレスドリームプラザ(WC) ⇒ 清水駅東口(ゴール)
<18Km>
※一部上り坂を避けたコースを歩き芝生公園で合流する
東静岡駅北口(スタート) ⇒ 日本平動物園 ⇒ 東名日本平PA(WC) ⇒ 県立美術館(芝生公園) ⇒ 草薙神社 ⇒ イオン清水店 ⇒ エスパレスドリームプラザ(WC) ⇒ 清水駅東口(ゴール)
【歩行形態】 団体歩行 [トップ、ミドル、アンカーに各団体を配置]

◎多くの方のご参加をお待ち申し上げます。

■第5次 21世紀の朝鮮通信使

ソウル—東京 日韓友情ウォーク

日本人、韓国人と在日韓国人が一緒になって「韓国通信使の道 ソウル—東京 2000キロ」旅するイベントです。公募したメンバーで2年おきに実施。第5次の今回は2015年4月1日ソウル・景福宮を出発します。東京には5月22日に皇居・日比谷公園ゴールする予定です。

朝鮮通信使は江戸時代、12回にわたって日本へ派遣された朝鮮からの公式使節団です。「鎖国」といわれた日本に学問、文化、芸術などの分野で影響を及ぼし、260年もの長きにわたって両国の平和と友好の「善隣関係」を築いたシンボルです。

日韓友情ウォークには、伊豆歩倶楽部会員【No. 6】の遠藤靖夫さんが隊長で「ソウル—東京間」を歩きます。

☆静岡県ウォーキング協会では、毎回各団体が県内の道先案内をして歓迎しています。

伊豆歩倶楽部の案内区間は『箱根芦ノ湖—JR小田原駅』までです。

多くの会員が参加して、盛大に支援・歓迎をしましょう！！

◇伊豆歩倶楽部担当区間『箱根芦ノ湖—J R小田原駅』 参加者募集！

【日程】 2015年5月19日(火)
【参加費】 会員 無料／一般 500円

今回は集合場所を「箱根芦ノ湖(大学駅伝ゴール地点)」と「J R熱海」の2ヶ所を設定しました。
どちらか都合の良い方で参加ください。

【J R熱海の場合】 集合時間 9:00《時間厳守》
集合場所 J R熱海駅改札口
交通機関 伊豆箱根バス 熱海発9:18 元箱根着10:26
<運賃 1,180円(各自)>

【箱根芦ノ湖(大学駅伝ゴール地点)の場合】 集合時間 11:00
※11:00の集合時間までに昼食は済ませておいてください。

【コース】 元箱根(大学駅伝ゴール地点) 12:00 → 箱根湯本 → J R小田原駅 17:00

◇◆電車◇◆

伊豆急下田駅発7:13 → J R伊東駅発8:16 → J R熱海着8:42
※参考まで

【申込み・お問合せ】 〒415-0038 静岡県下田市大賀茂301
伊豆歩倶楽部事務局 笹本祀長 宛
TEL & FAX 0558-22-5465
携帯 090-2140-1717

一緒に歩いて「日韓交流」しませんか！！

訃 報

邊津芳次 会長 (77歳) 逝去

〔静岡県ウオーキング協会顧問、伊豆歩倶楽部会長、歩歩笑美会会長〕

3月4日 午前2時19分、脳梗塞(のうこうそく)の治療中にご自宅で永眠されました。

ここに生前のご厚誼を深謝し、謹んでお知らせいたします。

葬儀は喪主：知子(妻)さんにより親族のみで営まれました。

伊豆早春フラワーウオーキング大会、伊豆歩倶楽部、歩歩笑美会の創設にご尽力をされ、伊豆歩倶楽部会報の題字横の「伊豆歩の歌」を愛楽歩友の名前で詠まれました

心からのご冥福をお祈りいたします。



★ 4月例会についてのお知らせ

第150回伊豆歩倶楽部4月例会「緑豊かな富戸から、つつじ咲き誇る小室山」ウォーキングを『邊津会長追悼ウォーキング』とし、コースを一部変更いたします。

邊津会長宅を回り、お悔やみと最後のお別れをしたいと思います。多くの皆様の参加をお願いします。

尚、邊津会長との思い出、エピソード等の投稿をお願いします。

◆◆例会報告◆◆

第17回伊豆早春フラワーウォーキング 第17回河津桜ツーデーマーチ

2015年2月14日(土)・15日(日)

河津桜は、ふっくらとピンクのつぼみがふくらみ一輪二輪と咲き始めている。原木は一分咲きである。昨年の猛吹雪の大会を思い出す。今年は2日間とも天候に恵まれ、今井浜では静かな海に伊豆七島を望みながら砂浜を歩くコースが人気でした。

1日目〔2月14日(土)〕

・2日目〔2月15日(日)〕

距離	地元参加者	一般参加者	合計
30km	30	110	140
20km	12	82	92
10km	40	56	96
合計	82	248	330
内	伊豆歩倶楽部会員		28

距離	地元参加者	一般参加者	合計
20km	24	161	185
10km	16	131	147
合計	40	292	332
内	伊豆歩倶楽部会員		14

殿の心得(統率)

伊豆歩倶楽部会員 No.618 清水政悦

1. スタート時前の概要

① コース内容の確認

- ・コースの難易度
- ・休憩地点(トイレ等)
- ・参加者人数(団体)

② 気象による状況の変化

- ・降雨、強風、降雪
- ・熱暑等何処まで続行
- ・現地の判断が大切

③ スタッフの構成

- ・名簿作成(メモでよし)
- ・トップ、アンカーに補助がいるか
- ・安全要員はどうするか

2. 本部との連絡体制

① 何時でも連絡はとれるか

- ・アンカーと本部(どこで、どのように、どうする)

② トップ及び要員との連絡

- ・参加者がコース外に入った時
- ・休憩時、トイレ等の確認(忘れ物)

③ 緊急時の対策

- ・現地まで車両が入れるか
- ・どこまで、どのように来られるか

3. 安全運行とその対応

- ① 現状速度と時間の調整
 - ・各地点の通過予定時間をコースマップに記入する
- ② コース内交通事情の把握
 - ・緊急車両が入らない場合の対応
 - ・電車やバスはどこまで利用できるか(マップに記入)
- ③ 歩行中不適格者の発生措置
 - ・過剰なる自由行動
 - ・危険な歩行の仕方
 - ・トップ、先行者との距離の差
 - ・措置は本部に連絡

事務局便り

◆平成 27 年度 伊豆歩倶楽部総会

会員の皆様は、万障お繰り合わせの上、ご出席をお願いいたします。

【日程】 平成 27 年 4 月 25 日 (土)

【時間】 午後 3 時～4 時 30 分

【場所】 道の駅「開国下田みなと」 4 階 会議室

【主な内容】 1、事業報告 2、決算報告 3、事業計画 (案)
4、収支予算 (案) 5、役員改選 その他

総会終了後、午後 5 時より「とん亭」にて懇親会を予定しております。

多数の参加をお待ち申し上げます。

(懇親会のみ参加の方も歓迎いたします。)

【会費】 男性：5000 円 女性：3000 円

◆新入会員紹介

- ・ No.1021 井出 まさ江 下田市
- ・ No.1022 千葉 としえ 伊東市
- ・ No.1023 毛塚 雅子 伊東市

よろしく申し上げます♪

◆会員ウォーキング記録

- ・ IVV 距離記録認定 6000 Km
本田章恵【No.102】 本田幸美【No.103】
- ・ 年間完歩 2014
社本真一【No.501】 社本峰子【No.502】
本田章恵【No.102】 本田幸美【No.103】

おめでとうございます

- ・ホームページアドレス <http://www.wizuhorclub.com>
- ・メールアドレス info@izuhorclub.com
- ・投稿記事その他ご意見・ご感想をお寄せ下さい。『伊豆歩非壇』・『いず歩歌留多』・『伊豆歩歌壇』にも一句・・・皆様のご参加をお待ちしています。
※会報への投稿は、毎月20日までお願い致します。それ以降に届いた原稿は次号にてご案内させていただきます。

・伊豆歩倶楽部広報 飯作 勝台
〒410-3611 静岡県賀茂郡松崎町松崎85-2 TEL:0558-42-0864
携 帯:090-7675-8682
nisikaze25fuke@yahoo.co.jp

・問合せ先 〒415-0038 静岡県下田市大賀茂301
『伊豆歩倶楽部事務局』笹本 祝長 宛
TEL & FAX 0558-22-5465

【発行 伊豆歩倶楽部事務局】

下田市吉佐美 ペンション ゲストハウス アーヴァン

吉佐美大浜駐車場目の前の好立地☆ 『海洋浴』で心も体もリフレッシュ!!
サーフィン・ボディボードなど海を楽しみたい方や、ウォーキングライフを応援します☆
カップル・家族・グループ旅行にご利用下さい。お気軽にお問合わせください。
大人数でのご利用などお気軽にお問合わせください。

☆GW・夏のご予約はお早目に・・・

☆合宿・サークルなど大人数でのご宿泊歓迎!

静岡県下田市吉佐美2620 0558-23-2635

<http://www.e-urvan.com> info@e-urvan.com



風光明媚な吉佐美大浜☆
一緒にウォーキングを楽しみましょう!!