



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

■第153回 伊豆歩倶楽部 7月例会

「伊豆の踊子」歩道ウォーキング 15 Km

《水生地下～浄蓮の滝～市山〔東京ラスク〕》

天城水生地下駐車場をスタートして、天城ゆうゆうの森、滑沢溪谷、昭和の森会館、浄蓮の滝と踊り子歩道を進む。天城遊歩道の水恋鳥広場で昼食をして、湯ヶ島温泉街の出会い橋、成就院から市川(東京ラスク)までコースは山道で木陰の中を歩く下り坂コースです。

ゴール地点からは、乗合バスで水生地下まで帰ります。

- 【日程】 2015年7月19日(日)
【集合場所】 天城水生地下駐車場
【集合時間】 午前 9時30分
【スタート】 午前 10時
【コース】 水生地下駐車場 →→→ 天城ゆうゆうの森 →→→ 滑沢溪谷 →→→
昭和の森会館 →→→ 浄蓮の滝 →→→ 水恋鳥広場 →→→ 出会い橋
→→→ 成就院 →→→ 東京ラスク
【交通手段】 河津駅発 午前8時40分 ⇒ 水生地下着 午前9時25分 運賃930円
修善寺発 午前8時15分 ⇒ 水生地下着 午前8時57分 運賃1090円
〔運賃〕 市山 ⇒ 水生地下 600円
市川 ⇒ 修善寺 630円
※時間・運賃は各自確認して下さい。

- 【連絡事項】 1) 下り坂の多いコースです。ストックの持参をお願いします。
2) 集合場所にトイレがないので、必ずトイレを済ませてから集合してください。

【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 笹本祀長 宛
TEL & FAX 0558-22-5465
携帯 090-2140-1717

■第154回 伊豆歩倶楽部 8月例会

大室山暑気払いウォーキング 13 Km

大室山は、およそ3700年前の噴火によりできたスコリア丘で、噴火のさなかに大量の溶岩が流れ出た。溶岩流は谷間や盆地を埋めて、伊豆高原が誕生した。

今回は伊豆高原の中、池、田園地区、さくらの里から眺望する大室山、やんもの里の桜並木など・・・伊豆高原の見所を周り、伊豆高原にゴールします。

歩いた後の疲れと日頃の疲れを癒すため、温泉に入浴した後、暑気払いをします。多くの参加者を期待しています。

【日程】 2015年8月23日(日)
【集合場所】 伊豆急 伊豆高原駅
【集合時間】 9時15分
【出発式】 9時20分 挨拶 コース説明 準備体操 檄
【スタート】 9時30分

【コース】 伊豆高原駅〔トイレ〕→ 池会館〔トイレ〕→ 池菖蒲畑 → さくらの里〔トイレ〕
→ 昼食 → 龍溪院 → H伊豆高原 → さくら並木 → 伊豆高原駅
(ゴール予定14時20分)

【交通手段】 伊豆急上り 下田：8時17分 稲取：8時38分 伊豆高原：9時00分
下り 熱海：8時24分 伊東：8時49分 伊豆高原：9時12分
※ダイヤ変更がある場合がありますので、事前に各自で確認して下さい。

【暑気払い】 会場：伊豆高原の湯
会費：男性5500円〔温泉入浴、飲食代含む〕
女性4500円〔温泉入浴、飲食代含む〕

【問合せ先】 〒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

■第155回 伊豆歩俱樂部 9月例会

しらす丼ウォーキング 12Km

JR吉原駅前の公園で出発式を行い、倉庫群と製紙工場地帯を通過して田子の浦市場に向かいます。
田子の浦市場では、今回メインの獲りたて「生しらす丼」の昼食となります。

食事の後は、長く続く田子の浦海岸線の防潮堤を富士川に向かって進みます。南には駿河湾、その先には伊豆半島の山々が見え、遠くには松崎の烏帽子山が見えます。東には沼津市の建物が小さく見え、さらに遠くには箱根山、十国峠が見えます。富士川に近くなると薩埵峠も見えます。富士川の左岸を少し上流に向かい道の駅「富士」から、ゴールの新富士駅です。

平たんな大変歩きやすいコースです。

【日程】 2015年9月27日(日)
【集合場所】 JR吉原駅前公園
【集合時間】 9時
【出発式】 9時05分 挨拶 コース説明 準備体操 檄
【スタート】 9時15分
【会費】 会員：5000円 非会員：5500円(昼食「生しらす丼」を含む)
※参加者の人数により多少の変更があります。
【募集人員】 25名(会員優先)
【締切】 2015年9月10日(木)

【行程】 松崎〔4時40分〕⇒ 伊豆急下田駅〔5時20分〕⇒ 道の駅「開国下田みなと」
〔5時25分〕⇒ 稲取〔5時50分〕⇒ JR伊東駅〔6時40分〕⇒ 道の駅
「伊東マリンタウン」〔6時45分〕⇒ JR吉原駅〔9時〕

【コース】 JR吉原駅前公園〔トイレ〕⇒ 田子の浦漁協協同組合<<「生しらす丼」>>〔トイレ〕
⇒ ふじのくに田子の浦みなと公園〔トイレ〕⇒ 田子の浦海岸 ⇒
富士川緑地〔トイレ〕 ⇒ 道の駅「富士」〔トイレ〕 ⇒ 新富士駅
(ゴール予定時間14時30分)

【帰り予定】 伊東駅 17時30分 下田駅 19時15分

【申込み方法】 会員番号、お名前、乗車希望場所、お電話を記入の上
ハガキまたは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

【その他】 9月27日(日)当日は『しらす祭り』が開催されております。
「生しらし丼」は朝獲れの生しらすが100グラムのりです。

◆◆例会報告◆◆

■第152回 6月例会 景勝西伊豆海岸「愛のスポット恋人岬」ウオーク

- ・開催日 2015年6月14日(日)
- ・集合場所 土肥 丸山スポーツ公園駐車場
- ・天候 薄曇り
- ・参加人数 14名
- ・距離 12Km
- ・出発式 開会挨拶 笹本会長
コース説明 清水政悦
ストレッチ体操 笹本会長
檄 徳田尚志
- ・コースリーダー トップ 清水政悦
ミドル 杉山 豊
アンカー 飯作勝治

家を出るときは、雨降りである。集合場所に近づくにつれて雨も上がる。丸山スポーツ公園駐車場を10時にスタートする。雲の間から富士山の頂上が顔を見せてくれている。10時40分最福寺に着く。住職の好意により郷土歴史資料館「夢の実現堂」を開けていただき説明を受ける。

おかる滝、不動の滝から米崎港に11時35着く。昼食、12時30分出発。山道を登り12時50分恋人岬展望台到着。小休止をして金の鐘「めがね記念碑」。富士山遊歩道を登りゴールの恋人岬駐車場に13時30分ゴールする。

事務局便り

◆「アプトの道と富岡製糸所」の開催日変更について

第156回 伊豆歩俱樂部10月例会「アプトの道と富岡製糸所」については、10月31日(土)・11月1日(日)の予定で事業計画しましたが、伊豆南部地区の秋祭りと重なりますので、一週間前寄せた10月24日(土)・25日(日)に実施しますのでご理解ご協力をお願いします。

【開催日変更の件】

☆変更前 10月31日(土)・11月1日(日)

☆変更後 10月24日(土)・25日(日)

◆伊豆歩倶楽部会報 8月号はお休みです

ウォーキング情報や投稿記事は受け付けております。お気軽に「伊豆歩倶楽部事務局」までご連絡下さいますようお願い申し上げます。

■第152回 伊豆歩倶楽部 6月例会

景勝西伊豆海岸 愛のスポット恋人岬ウオークに参加して

伊豆歩倶楽部会員 No. 413 木山恒宏

走れども、走れども集合場所の丸山スポーツ公園駐車場が見つからず行き過ぎたかと不安になり、途中で笹本会長、飯作氏に電話で確認をする。

僅か200m程度走った先で清水氏、飯作氏が旗を揚げて待っていてくれた。ありがとうございました。

曇天の下、時間通りスタートする。それまでまったく姿を現さなかった富士山が、ちょこっと顔を覗かせ「気をつけて行けよ」と声をかけてくれた。

通行車両の多い国道を棒状になって恋人岬を目指して歩く。道すがら寄った最福寺では御住職が居合わせ、資料館を見学させてもらい、寺の縁起や展示物の説明を聞く機会に恵まれた。



【住職から4月に新品種の桜「イズサイフクジシダレ」
[伊豆最福寺枝下れ]の満開の様子を写真により
説明を受けた。】



【ラブコールベル [好きな人の名を呼んで鐘を3回
鳴らすと愛が実る) 前で記念撮影】

米崎港(コメサキと読み)まで下り昼食をとる。途中で風情のある滝が流れており驚く。米崎港は小さな港で、潮の匂いとゆるやかな吹く風が心地良かった。

昼食後、山道を約30分登り下りして恋人岬に到着する。展望デッキにあるラブコールベルとポートウオーク入口の金の鐘では3名の会員が、愛の成就を願い・・・？鐘を鳴らすも、上手く鳴らず前途多難を感じさせた。そんなことをワイワイ言いながら14名全員ゴールである恋人岬駐車場に到着する。

ダウンストレッチで体をほぐした後解散となる。皆さん、お疲れ様でした。

■先人の想いが駆け抜けた、伊豆を歩く



伊豆歩倶楽部会員 No.606 杉山 豊

数年前、知人夫婦より北海道サロマ湖100kmマラソン参加の話聞き、私は、遠いけど1回は参加して見たいと思いつつ数年が過ぎた。昨年から南伊豆でウルトラマラソン70kmが開催され、本年度(平成27年度)100kmも追加種目となった。

2~3年前からは、ホームグラウンドとしている天城高原~八丁池往復登山を脚力アップするため開始した。また、100kmの距離感をつかむ為、伊豆一周、沼津駅~松崎~石廊崎~伊東~熱海~函南~沼津駅の251.6kmを計画した。

最初、一発完歩途中休憩のみ4日間連続歩行を計画し、平成26年8月4日、沼津駅を午前0時出発し午後0時15分に土肥港に到着、距離は57.8km、夜中の道路摩耗熱で熱中症となりダウンし計画を断念した。

今年度(平成27年度)は、半日ずつ4回に分けて実施する計画し、平成27年5月9日、土肥港を正午に出発し午後8時に妻良港に到着、距離は47.2km、途中の西伊豆海岸線は景色良く、富士山もスッキリ眺められ、紺碧の駿河湾の海を見ることができた。この道をテント背負って伊豆一周又は日本一周に挑戦した人達の話も度々聞いた。堂ヶ島のトンボロ現象を初めて見て、景観の良さに歩き疲れも忘れた。

平成27年5月24日、妻良港を午前7時35分出发し午後5時20分に稲取に到着、距離は54.6km、入間、仲木地区の左手の山頂に風力発電の風車を見ながら石廊崎へ、小稲の立行司初代式守伊之助生家前を進み下田駅~白浜~河津~稲取へ、この辺はソーデーマーチなどで歩いているし伊豆半島を半周過ぎたので気持ち的に楽になった。

平成27年5月28日、稲取を午前6時40分出发し午後5時40分に来宮駅到着、距離は61.8km、熱川~川奈~宇佐美~熱海~来宮駅、車の量も増し右側歩行、車と対峙しないと咄嗟の場合に行動が出来なくなる事を実感した。

車の内カーブによる路肩寄りの風圧、側溝のふたの穴、トンネル内のぬかるみ、歩道の石車、歩行帯の雑草のはみ出しなど危険へのリスクは大きく慎重な歩行に集中した。幕末の頃、東浦路を江戸から下田へ吉田松陰ほどのような気持ちで、今の道路より過酷な山坂の道を歩いたのかな?など思いながら来宮駅に到着した。

平成27年5月30日、来宮駅を午前6時30分出发し午前11時35分に沼津駅到着、距離は30.2km、笹原を登り熱函道路へ1.26kmのトンネルを抜け丹那盆地に富士山もきれいに見え、かすか遠方にゴールの沼津も見えた。あと少しでゴールとの気持ち、歩行も速くなり、自問自答を繰り返す挫折しそうな時に、沿道で「がんばれよ」との応援して下さった人達のおかげで達成出来るのだと思うと感謝の気持ちで一杯でした。函南町役場~国道136号~国道1号~清水町~(旧国道)県道386号~沼津駅に到着、バンザイ、達成

笹本会長を始め会員の皆様には、普段行事に参加もあまり出来なく申し訳ありませんが、目標のウルトラマラソン100kmを何としても完走したいと思っています。

最後に、朝4時起きをして、毎回、黙って送りだしてくれた妻に頭が上がらない昨今です。

※歩行距離はバイクによる測定のため、多少の誤差があるかもしれません。

■平成27年度 伊豆歩俱樂部新規会員募集中！！

伊豆歩俱樂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俱樂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。詳しくは伊豆歩俱樂部事務局 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 伊豆歩俱樂部』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、伊豆歩俱樂部の受付へお渡し下さい。

- ・ホームページアドレス <http://www.izuhorclub.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。『伊豆歩俳壇』・『いずろ歌留多』・『伊豆歩歌壇』にも一句・・・皆様の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。

・伊豆歩俱樂部広報 飯作 勝治
〒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
『伊豆歩俱樂部事務局』笹本 社長 宛
TEL & FAX 0558-22-5465

【発行 伊豆歩俱樂部事務局】

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。お気軽にお問い合わせください。

大人数でのご利用などお気軽にお問い合わせください。

☆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！！