



第 146 号 平成 31 年 1 月 1 日

伊豆歩倶楽部会報

♪ 伊豆歩の歌 ♪ 詠み人知らず

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
歓歩で完歩

年頭の挨拶

～伊豆を歩く～

伊豆歩倶楽部会長 笹本祀長

新年明けましておめでとうございます。

今年も、会員の皆様に愛され、会員の皆様が誇れる伊豆歩倶楽部を目指して役員、関係者一同努力をいたしますので、会員の皆様にもご協力のほど、よろしくお願いいたします。

私たちにとって創立 17 年目を迎え、平成最後で新年号の記念する素晴らしい年です。ウォーキングを楽しむ行事も盛りたくさん計画されています。一例として、3 月例会は“みなと横浜 とっておきスポットを巡る”を計画しています。

昨年は平成 24 年 10 月 27 日から富士山本宮浅間神社をスタートした富士山麓一周ウォーキング（約 160Km）が 10 月 22 日富士山本宮浅間神社に 6 年をかけゴールすることができました。

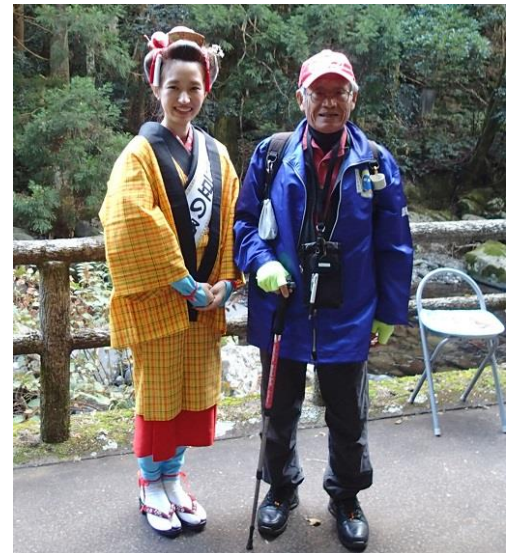
伊豆は海山のあらゆる風景の画廊である言うこともできる。伊豆半島全体がひとつの大きな公園である。一つの大きい遊歩道である。つまり伊豆半島のいたるところに自然の恵みがあり、美しさの変化がある。（川端康成「伊豆と私」）

私たちは、そんな伊豆半島に住んでいる。平成 30 年 4 月には、伊豆半島ジオパークが世界認定になりました。歩く、眺める、触れる、温泉、食と変化に富んだジオポイントを、みんなで歩いて伊豆半島の生立ちや、文化、歴史を学びながら楽しむ計画をしています。

最後になりましたが、会員数や例会参加者が高齢化の影響で減少しています。この現象は他団体も同じ悩みの種となっ

ています。そこで「短い距離をゆっくり歩くコース」を新規につくり、誰でも参加できる例会にしていきます。会員全員で新入会員の勧誘をお願いします。

会員の皆様が今年も健康で、ウォーキングを楽しむことができるようお祈りします。



11 月例会 第 22 回「伊豆の踊子」ウォーキング 河津七滝の初景滝前でミス伊豆の踊子と記念撮影

■第195回 伊豆歩倶楽部 1月例会

伊豆早春フラワーウォーキング 第21回 下田水仙ツーデーマーチ



- ・日本市民スポーツ連盟認定大会
- ・オールジャパンウォーキングカップ認定大会
- ・美しい日本の歩きたくなるみち500選認定大会(22-1)
対象コース 1月12日
- ・日本開国セブンハーバーズリーグ認定大会
- ・東海・北陸マーチングリーグ公認大会

- 【主催】 下田水仙ツーデーマーチ実行委員会(下田市観光交流課・伊豆歩倶楽部)
- 【後援】 (一社)日本ウォーキング協会、静岡県ウォーキング協会
静岡県ノルディック・ウォーク連盟、(株)朝日新聞社
- 【開催月日】 平成31年1月12日(土)・13日(日)
- 【集合会場】 道の駅「開国下田みなと」ウッドデッキ 伊豆急下田駅徒歩10分
JR伊東駅発6時55分 伊豆急下田駅着8時01分
各自確認をして下さい。
- 【参加費】 伊豆歩倶楽部会員 300円 一般参加者 事前申込1,500円(当日2,000円)
地元参加者 500円(下田市、河津町、松崎町、南伊豆町、東伊豆町、西伊豆町)
・1日間、2日間でも同額です。
- ※伊豆歩倶楽部会員は必ず伊豆歩倶楽部受付で2日間とも参加登録をして下さい。

1日目 1月12日(土)

- 【下田水仙コース】 豊かな自然を満喫できる「須崎遊歩道」「300万輪の水仙」が一面に咲き誇るロマン溢れるコースです。
美しい日本の歩きたくなるみち500選認定コースです。
- ・20Kmコース
- 道の駅「開国下田みなと」⇒ハリスの小路⇒吉田松陰上陸の碑⇒
恵比須島⇒須崎遊歩道⇒爪木崎灯台⇒爪木崎駐車場(10Kmゴール)⇒須崎御用邸⇒外浦海岸⇒道の駅「開国下田みなと」
- ・10Kmコース
- 20Kmコースと同じで爪木崎駐車場がゴールとなります。

2 日 目 1 月 13 日 (日)

【開国コース】 吉田松陰先生踏海への海「伊豆東浦路」、白砂の海「白浜海岸」、下田の開国の歴史が刻まれた様々な地を巡るコースです。

・ 20Km コース

道の駅「開国下田みなと」⇒伊豆東浦路歩道⇒白浜海岸⇒アロエの里
⇒白濱神社⇒玉泉寺⇒弁天島⇒了仙寺⇒和歌の浦遊歩道⇒ペリー上陸記念
碑⇒安直楼⇒道の駅「開国下田みなと」

・ 10 Km コース

道の駅「開国下田みなと」⇒伊豆東浦路遊歩道⇒白浜海岸⇒白濱神社⇒
玉泉寺⇒弁天島⇒道の駅「開国下田みなと」

・ 6Km コース

道の駅「開国下田みなと」⇒宝福寺⇒了仙寺⇒和歌の浦遊歩道⇒ペリー上陸
記念碑⇒安直楼⇒道の駅「開国下田みなと」

【開催概要】

月 日	コース名	距 離	受 付	出発式	スタート	ゴール
1 月 12 日 (土)	下田水仙コース	20Km	8 : 00	9 : 15	9 : 30	13 : 00 15 : 30
		10Km	8 : 00	9 : 15	10 : 00	
1 月 13 日 (日)	開国コース	20Km	8 : 00	9 : 15	9 : 30	15 : 30
		10Km	8 : 00	9 : 15	10 : 00	
		6Km	8 : 00	9 : 15	10 : 00	

※伊豆歩倶楽部会員は、必ず名札を見えるところに付けて、マイカップを持参して下さい。

※この大会は、伊豆歩倶楽部と下田市と共同で開催しています、会員皆様の参加と御協力をお願いします。(標識取り付け、コーススタッフ等ご協力の出来る方は、事務局まで連絡を下さい)

【問合せ先】 伊豆歩倶楽部事務局 (笹本) TEL ・ FAX 0558-22-5465

携帯電話 090-2140-1717

下田市観光交流課 (村松) TEL 0558-22-3913

【初歩き新年会】 ・ 開催日 平成 31 年 1 月 12 日 (土)

・ 時 間 16 時 00 分

・ 会 場 きんめ屋 (とん亭)

・ 会 費 男性 5,000 円 女性 4,000 円

*参加希望者は、事務局に TEL・FAX で申し込むか、又は「下田水仙ツーデーマーチ」当日受付の時、参加の有無をお知らせください。たくさんの参加者を待っています。

新年会のみ参加者も大歓迎、お気軽に参加して下さい。

第196回 伊豆歩倶楽部 2月例会

伊豆早春フラワーウォーキング

第21回 河津桜ウォーク

・日本市民スポーツ連盟認定大会

【主催】 伊豆歩倶楽部

【後援】 静岡県ウォーキング協会、 朝日新聞社静岡総局

来宮神社の大楠は最大周囲 14m、高さ 24m、樹齢 1,000 年以上と推定されている巨木を廻り、河津川沿いの 800 本余りの河津桜並木通りから伊豆の踊子文学碑（「伊豆の踊子」の“私”が泊った宿「福田家」）、美しい柱状節理が見られる佐ヶ野溪谷遊歩道、河津桜原木（樹齢約 60 年）、白砂の今井浜海岸を廻る変化に富んだ楽しいコースです。



【開催月日】 平成 31 年 2 月 17 日（日）

雨天決行

【集合時間】 9 時 00 分 （当日現地受付）

【出発式・スタート】 9 時 15 分 ・スタート 9 時 30 分

【集合場所】 須佐乃男神社境内 （浜区公民館裏）

*伊豆急河津駅から海に向かって徒歩 3 分

【参加費】 伊豆歩倶楽部会員 無料 一般会員 500 円（保険代、マップ代等）

【交通機関】 JR 伊東駅発 7 時 50 分 伊豆急河津駅着 8 時 37 分

伊豆急下田駅発 8 時 08 分 伊豆急河津駅着 8 時 21 分

*各自確認をお願いします。

【コース】 17Km 団体歩行

須佐乃男神社⇒⇒来宮神社⇒⇒河津桜並木（河津川左岸）⇒⇒

伊豆の踊子文学碑「福田家」⇒⇒下佐ヶ野公園（昼食）⇒⇒

佐ヶ野溪谷遊歩道⇒⇒河津桜並木（河津川右岸）⇒⇒河津桜原木

⇒⇒今井浜海岸⇒⇒須佐乃男神社(ゴール)

12Km 団体歩行

スタートから河津桜原木まで 17Km コースと同じ⇒⇒須佐乃男神社(ゴール)

【ゴール】 15 時 30 分予定

【備考】

- ・駐車場は各自で見つけて下さい。
- ・荷物の受付保管場所がありません、伊豆急河津駅のコインロッカーを利用して下さい。
- ・トイレがありません、伊豆急河津駅を利用して下さい。

・弁当、飲料水、雨具等は各自持参して下さい。

【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)
TEL・FAX 0558-22-5465 携帯電話 090-2140-1717

我がウオーキングライフを振り返って

伊豆歩倶楽部会員番号 No605 徳田尚志



6年かけて完歩した富士山麓一周ウオーキングのなかでも記憶に残る美しい富士山でした。H29.4.16

私がウオーキングを意識して始めたのは、今から20年ほど前に新潟の支店へ転勤した頃になる。それまでは入社以来30数年、東京以外での勤務は皆無であった。単身での赴任であり、加えて住まいは支店から歩いて3分程のところにあった。全く運動不足となることを絵に描いたような環境にあった。その対策として朝の散歩と夕方のジム通いを日課とすることにした。住まいの近くには、大河信濃川が滔々と

流れており、多くの市民ランナー市民ウオーカーが集まる場所であった。朝のウオーキングはこの信濃川の遊歩道を悪天候の日を除き、1時間弱4kmほどのコースを歩いた。桜、柳、銀杏など四季折々の風情が楽しめ、多くの顔見知りも出来た。

そんなことをしているうちに支店内にハイキングを作ろうという気運が出てきて、結成の運びとなった。年に2~3回県内の弥彦山・角田山・八海山などの里山を歩いた。

まる1日がかりのウオーキングライフの始まりであった。そんな生活が8年ほど続き平成18年現役を退き東京に戻った。東京では、顧問という立場でおおいに暇となった。そこで日本ウオーキング協会の会員となり、東松山・飯能・小金井・小田原等のマーチに参加し始めた。歩く楽しさを、感じ始めることとなった。

平成 20 年の早春フラワーウォーク下田のツーデーマーチに始めて参加し、伊豆歩倶楽部の存在を知り直ちに入会した。当時の辺津会長さん、笹本事務局長さん等のお人柄に魅かれての即断であった。以来、出来る限りの参加することが会員の義務と心得て積極的に参加して来た。



声高々に檄!! いざ出発 箱根旧街道 H30.7.22

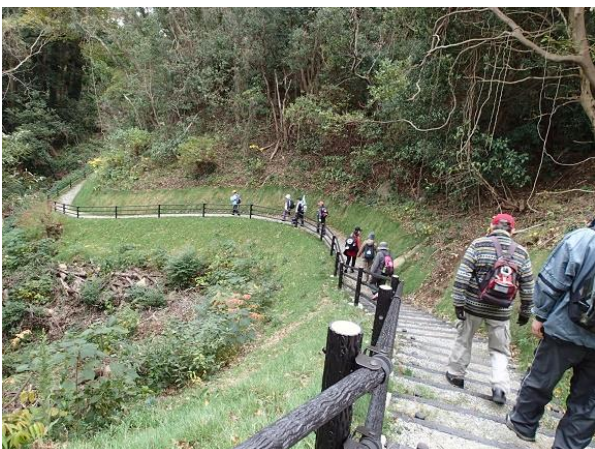
この間、東浦路・伊豆踊り子・伊豆西海岸等のシリーズ企画、一泊のバスでのウォーク等楽しい思い出が

浮かぶが、中でも際立っているのは、今年完歩した富士山麓一周シリーズである。今後、二回目の富士山麓一周シリーズが企画されることを待ちたい。

入会以来十年経過したが、この間亡くなられた方々、事情により退会された方々の姿が懐かしく思い出される。80 歳に手が届く身となったが、まだ頑張っている先輩のいる中で、新しく入会された方々共々ウォーキングライフを楽しみたいと思う

ロープウェイで行く、寝姿山“つわぶき”忘年ウォーキングに参加して

伊豆歩倶楽部会員番号 No1508 小川 広美



避難路として整備された春日山遊歩道を歩く

12 月 9 日（日）、前日までの暖かさとは違い冷たい寒い日になりました。

“おはようございます。今日は寒いねえ” そんな挨拶になりました。道の駅「開国下田みなと」のウッドデッキをかけ声とともに出発です。みなと橋を渡り漁船の浮かぶ河岸を行くと、ここから伊豆の踊子の踊子が船に乗ったと説明を受け、遠い昔を思いました。

街並みを見ながら折戸へと向かいます。折戸の坂を登り最近下田市が整備したという春日山遊歩道に入ります。登り下りのちょっときつい所もありましたが、いくつかの観音様にも出会い、手

を合わせ頑張りました。この頃には体も暖まり、上着を脱ぐ人もいました。そのまま城山公園（下田公園）に出ると、つばきの花がかわいく咲いて綺麗でした。

下田城跡をみながら、蓮杖公園を通り、ちょっと旧沢村邸により道をしながら、ペリーロード、了仙寺、マイマイ通りを進みロープウェイです。この日は、下田市、賀



遥か彼方の伊豆七島の島影を眺めながら、かつて船をチャーターして訪れた時の話しで盛り上がる。

茂郡下5町と伊東市の人は無料ということでラッキーでした。山頂に着くと、天気があまり良くないわりに景色はすばらしく、下田湾、伊豆七島が良く見えました、最高でした、みなさん感激でした。昼食をとり、寝姿山林道に入ります。途中つわぶきが群生しているつわぶき園があり、ピークは過ぎていましたが、黄色の小さな花は見応えがありました。水仙もきれいに咲いていました。そこから下りになりになり、上の山に出て、玉泉寺に着きました。そこでの話で弁天島に足を延ばしていただくことになり向いました、しばし散策、そこから海沿いの遊歩道を通り、道の駅「開国下田みなと」ゴールです。

今回、箱根につづき二回目の参加でした、まだ皆様とあまり親しくない中、一人での参加で不安もありましたが、よくしていただき楽しい日を過ごすことが出来ました。

また、“まだまだ下田を知らないな”と痛感しました、忘年ウオークありがとうございました。



寒い中、元気な黄色で足元に力をもらう

◆◆◆例会報告◆◆◆

■第 194 回 伊豆歩倶楽部 12 月例会

ロープウェイで行く、寝姿山“つわぶき”忘年ウォーキング

- ・開催月日 平成 30 年 12 月 9 日（日）
- ・集合時間 9 時 00 分 ・スタート 9 時 30 分
- ・集合場所 道の駅「開国下田みなと」
- ・距離 12Km
- ・天 候 曇り、晴れ
- ・参加者 11 名
- ・出発式 開会挨拶 笹本会長
コース説明 笹本 祀長
ストレッチ 笹本 祀長
檄 徳田 尚志
- ・コーススタッフ トップ 笹本 祀長、 徳田 尚志
アンカー 飯作 勝治



薄曇りの寒い日です。9 時 30 分スタートして、山善河岸から大横町通りを進み、折戸春日山避難遊歩道入口に 10 時 10 分着く、整備された起伏の多い遊歩道を進み下田公園椿園に 11 時、旧沢村邸で小休止してロープウェイ下田駅に 11 時 50 分、寝姿山自然公園に 12 時 15 分着く（ロープウェイ料金は無料）、昼食をして 13 時 00 分スタートする。つわぶき群生地から寝姿山林道を下り玉泉寺に 14 時 15 分着き、小休止をして弁天島を廻り道の駅「開国下田みなと」に 15 時 5 分無事ゴールする。忘年会は、6 名と少人数でしたが今年の例会の思い出や、来年の例会の話で大いに盛りあがりました。

事務局便り

※第 21 回 下田水仙ツーデーマーチ 役割分担変更のお知らせ

会員担当者の都合により以下の通り変更いたします。

・1 月 12 日（土）コーススタッフ

下田水仙コース 20Km 吉田 克二 から 徳田 尚志 に変更

下田水仙コース 10Km 保坂 泰子 から 吉田 克二 に変更

・1 月 13 日（日）コーススタッフ

開国コース 10Km 清水 悦政 から 保坂 泰子 に変更

以上、よろしくお願いいたします。

※伊豆歩倶楽部会員の継続手続きをお願いします。

手続きは、封筒に名前と会員番号を記載して会費 3,000 円、家族会員は 1,500 円を同封して、例会の受付に提出するか郵便振替でお願いします。

郵便振替用紙にて『通帳番号 10150 - 記号 57680821 伊豆歩倶楽部』宛てに納入して下さい。

伊豆歩俳壇

寒空に風吹き抜ける猪の檻

徳田尚志

ひと入らぬ山につわぶき群生す

徳田尚志

寝姿やゴンドラ休養冬籠り

清水政悦

じふにがつ酒と肴と下田節

清水政悦



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」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日までにお願ひ致します。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

・ 発行者 〒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

TEL & FAX 0558-22-546

■平成30年度 伊豆歩倶楽部新規会員募集中！！

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30年4月1日～平成31年3月31日》

【会 費】 継続会員 3,000円/年 家族会員 1,500円/年
新規会員 4,000円（入会金 1,000円 年会費 3,000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『記号10150通帳番号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。