



# 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 歓歩で完歩

平成22年度 伊豆歩倶楽部継続会員の手続き締切日が迫っています。下記内容を確認の上、お手続きをお願い致します。

## 平成22年度 伊豆歩倶楽部継続会員手続き及び新規会員募集開始

平成22年3月20日までに、各自所定の手続きをお願いします。それ以降の手続きは入会金(1,000円)が発生いたしますので、ご注意ください。

尚、日本ウォーキング協会の入会及び継続(維持会員)をご希望の方も伊豆歩倶楽部にて合わせて手続きを行いますので、その旨お知らせ下さい。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 までお気軽にお問合せ下さい。

【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 )  
維持会員 2,000円 /年

【納入方法】 郵便振替用紙にて「郵便番号10150-記号57680821 伊豆歩倶楽部」宛に納入して下さい。  
例会等へ現金を持参の方は、封筒にお名前・入金額を記入の上、伊豆歩倶楽部の受付へお渡しください。

## 第85回 伊豆歩倶楽部 3月例会

### 第12回 伊豆早春フラワーウォーキング「第10回記念大会 南伊豆菜の花ツーデーマーチ」

- ・日本市民スポーツ連盟認定大会
- ・元気に歩こう 1800 ウォーク認定大会

伊豆半島最南端の町、南伊豆町。断崖の石廊崎に白砂青松の弓ヶ浜、変化に富んだ海の景色。湯けむりの立ち上がる下賀茂温泉に美しく流れる青野川。自然を満喫できる、南国ムードたっぷりの町。伊豆は『南へ行くほど素晴らしい』を体感できます。

【日程】 2010年3月6日(土)・7日(日)

【集合場所】 青野川ふるさと公園

大会当日(3月6日・7日)伊豆急下田駅より会場までの無料シャトルバスを運行いたします。

【参加費】 100円 伊豆歩倶楽部会員の方は、必ず伊豆歩倶楽部受付で参加を登録して下さい。確認の為、2日間参加される方は2日間共登録して下さい。

【コース】 天候等諸条件により、時間が変更になることがあります。

日 程	コース名	コース	受付	出発式	スタート	ゴール
3月6日(土)	青野川	30Km	7:30	8:15	8:30	12:00
	せせらぎ	20Km	8:30	9:15	9:30	
	コース	10Km	9:30	10:15	10:30	
3月7日(日)	石廊崎	20・30Km	8:00	8:45	9:00	16:00
	潮騒コース	10Km	9:00	9:45	10:00	

**伊豆歩倶楽部会員は、必ず名札を着け、マイカップを持参して下さい。**

【お問合わせ】 伊豆早春フラワーウォーキング実行委員会

TEL: 0558-25-0055 FAX: 0558-25-0033

伊豆歩倶楽部事務局 TEL: 0558-22-5465 携帯 090-2140-1717 (笹本)

## 第86回 伊豆歩倶楽部 4月例会

### 第12回 伊豆早春フラワーウォーキング「第11回 伊豆松崎なまこ壁と桜のツーデーマーチ」

- ・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
- ・元気に歩こう1800ウォーク認定大会

『花とロマンの里』松崎町。重文岩科学校やなまこ壁通り、明治商家中瀬邸など文明開化の香りが残されている街並み。総延長6Kmにもおよぶ那賀川の桜や伊豆の長八美術館等、見所の多い街です。

【日程】 2010年4月3日(土)・4日(日)

【集合場所】 松崎町営総合運動場

伊豆急蓮台寺駅下車(特急列車でお越しの方は、河津駅で普通列車にお乗換え下さい。)

堂ヶ島・松崎方面バスで、松崎駅から八木山行きバスに乗換え「総合グランド」下車。

バス割引乗車券の販売

・4月2日(金)~4日有効の定期バス割引乗車券を販売します。(東海バス)

・修善寺駅 伊豆の長八美術館、片道大人1,500円・小人750円。

・蓮台寺駅 松崎、片道大人750円・小人380円。

【参加費】 100円 伊豆歩倶楽部会員の方は、必ず伊豆歩倶楽部受付で参加を登録して下さい。確認の為、2日間参加される方は2日間共登録して下さい。

【コース】 天候等諸条件により、時間が変更になることがあります。

日程	コース名	コース	受付	出発式	スタート	ゴール予定
4月3日(土)	なまこ壁 コース	20・30Km	8:30	9:15	9:30	12:00~ 16:00
		10Km	9:00	9:45	10:00	
4月4日(日)	那賀川 コース	20Km	8:00	8:45	9:00	13:00~ 16:00
		10Km	9:00	9:45	10:00	

**伊豆歩倶楽部会員は、必ず名札を着け、マイカップを持参して下さい。**

【お問い合わせ】 伊豆早春フラワーウォーキング実行委員会

TEL: 0558-25-0055 FAX: 0558-25-0033

伊豆歩倶楽部事務局 TEL: 0558-22-5465 携帯 090-2140-1717(笹本)

## 例会報告

### 第84回 伊豆歩倶楽部 2月例会 「第12回河津桜ツーデーマーチ」

2010年2月13日(土) 天候 雪のち曇り / 2月14日(日) 天気 晴れ

【参加者数】

	30Km	23Km	10Km	合計
踊り子コース	163名	234名	164名	561名
河津桜コース	118名	203名	277名	598名
計	281名	437名	441名	1159名
伊豆歩倶楽部会員 (全体参加者の内)				
踊り子コース	37名	河津桜コース	33名	計70名

1日目踊り子コースの20km 30kmは、天城トンネルの前後の区間が雪化粧の中でのウォーキングになった。

伊豆ではめったに見られない雪景色を眺めながら、小雪の舞う踊り子街道を歩くのは新鮮な感じでした。豚汁のおもてなしがあたたかくて具たくさんでとてもおいしかった。

2日目は快晴の好天でした。満開の河津桜に見とれながらも、露店の品ぞろえが気になります。今井浜の海もキラキラと輝いていました。雪と桜に巡り合えて、満足のいくツーデーマーチでした。

## 事務局便り

### コース案内看板取付け作業の協力依頼について

下田水仙・河津桜ツーデーマーチでは、多くのご協力をいただきありがとうございました。引き続き、伊豆早春フラワーウォーキング残り2大会のコース案内看板を市町職員と共同で取付ける作業の協力依頼がありました。

－大会職員2名、伊豆歩4名で、3人1組2班に別れて作業する事となります。  
参加協力していただける方は、事務局まで連絡ください(弁当は用意します)。

作業予定日 南伊豆菜の花ツーデーマーチ 3月3日(水)・4日(木)の一日

伊豆松崎なまこ壁ツーデーマーチ 3月31日(水)・4月1日(木)の一日

皆様のご協力をお願いいたします。0558-22-5465 笹本まで

南伊豆菜の花ツーデーマーチ(3月6日・7日)大会に NHK-BS『街道てくてく旅』プロジェクトによるロケが行われる予定です。協力依頼がありましたら宜しくお願いいたします。

### 平成22年度静岡県マーチングリーグとウォーク日本1800大会実施計画(案)

(参加者は各担当員に確認をしてください)。

W日本=ウォーク日本1800・M=静岡県マーチングリーグ

開催日程	W日本	M	担当団体	事業名	主催地	距離(Km)
1月10日(日)			伊豆歩俱樂部	湯流ウォーク	伊東市	10
1月10日(日)			伊豆歩俱樂部	下田水仙2ツーデーマーチ(1日目)	下田市	30・20・10
1月24日(日)			東静歩こう会	イヤラウンド・ウォーク	沼津市	13
1月24日(日)			掛川歩こう会	遠州掛川戦国伝説ツーデーマーチ	掛川市	18
2月14日(日)			伊豆歩俱樂部	第12回河津桜ツーデーマーチ	河津町	30・20・10
2月27日(土)			富士歩っ人クラブ	芝川町合併メモリアルウォーク	芝川町	23・10
3月7日(日)			伊豆歩俱樂部	第10回伊豆菜の花ツーデーマーチ	南伊豆町	30・20・10
3月7日(日)			静岡県ウォーキング俱樂部	春の風を感じて日東海道	静岡市	14
4月4日(日)			伊豆歩俱樂部	第11回伊豆松崎なまこ壁と桜ツーデーマーチ(2日目)	松崎町	30・20・10
4月25日(日)			東静歩こう会	御前崎ウォーク	御前崎市	14
5月9日(日)			掛川歩こう会	秘境大河内 かかせみ湖ウォーク	森町	30
6月6日(日)			東静歩こう会	アルコロジー大会	富士市	12
6月6日(日)			静岡県ウォーキング俱樂部	小笠山と新コースで法多山	袋井市	16
7月11日(日)			伊豆歩俱樂部	江川沢庵を訪ねて	伊豆の国市	18
7月17日(土)			富士歩っ人クラブ	新生富士宮市の歩く博物館めぐり	富士宮市	
8月28日(土)			静岡県ウォーキング俱樂部	サッポロビール見学と焼津古道	焼津市	
9月12日(日)			掛川歩こう会	富士山静岡空港開港一周年記念ウォーク	島田市	25・15
9月26日(日)			伊豆歩俱樂部	浪漫薫る名邸を訪ねて	熱海市	15
9月26日(日)			東静歩こう会	トンボの里 桶ヶ谷沼	磐田市	20
10月3日(日)			県生きがいづくり協会	第17回県民スポーツレクリエーション祭ウォーキング	富士宮市	
10月17日(日)			伊豆歩俱樂部	すすきが招く三筋山ウォーク	東伊豆町	20
11月6日(土)			県生きがいづくり協会	全国レクリエーション大会 in 静岡	御殿場市	30・20・10
11月6日(土)			県生きがいづくり協会	富士山微笑みツーデーマーチ	裾野市	30・20・10
11月14or21日(日)			袋井実行委員会	東海道とまん中ツーデーウォーク	袋井市	
11月23日(祝)			県ウォーキング協会	鶯の細道	静岡市	
11月28日(日)			東静歩こう会	旧東海道・薩つた峠	静岡市	15
12月12日(日)			静岡県ウォーキング俱樂部	焼津の浜よりの富士山	焼津市	16

- ・伊豆歩俱樂部(笹本 昭長 0558-22-5465) ・東静歩こう会(大嶽 信久 055-951-1172) ・静岡県生きがいづくり協会(佐藤 青 055-986-9635)
- ・富士歩っ人クラブ(味岡 和子 0545-61-5420) ・掛川歩こう会(松浦 茂 0537-22-7989)
- ・旧東海道歴史と真ん中実行委員会(杉山 重好 0538-23-5371)
- ・静岡ウォーキング俱樂部(服部 芳雄 0538-44-6170)

## 静岡県ウォーキング協会総会が、1月30日沼津市で開催されました。

邊津芳次伊豆歩俱樂部会長が県ウォーキング協会会長に、理事・笹本和長、幹事・杉本育男の3名が再選されました。

## 静岡県ウォーキング協会合同研修会報告

指導者部会主催のウォーキング研修会が富士市で開催されました。伊豆歩俱樂部から6名が参加(全員23名)して熱心な座学と、雄大な富士山を望みながらの実技が実施されました。

## 会員ウォーキング記録

おめでとうございます！

- ・IVV回数記録認定 175達成 本田 勇
- ・IVV距離記録認定 3,000Km 本田 勇

## 新入会員紹介

No.704	久保田静代	伊東市	No.705	村田いせ子	南伊豆町	No.706	八嶋敏子	南伊豆町
--------	-------	-----	--------	-------	------	--------	------	------

みんなで楽しく歩きましょう ~

## 「ウォーキング・アンカーについて」

伊豆歩俱樂部会員 207 味岡 照介

伊豆早春フラワーウォーキング下田と河津大会のアンカーを務めていた。何時も<危>機管理を持って行動する事がある。歩行大会では、一番重い責任のある仕事であると考えて何時も出発する。

消防署での研修も行い、自分なりに勉強もしている。ある時に歩行途中で思わぬ事が起り、結果として事なきをえた。初めての事で冷汗をかいた。今思えば、いい経験をしたなあと思っています。ウォーカーに注意するにも、やさしい気持ちを持って話し掛ける事である。誰も初めからうまく話す様な事は出来ない。又、相手からの話を聴く事もあり、返す言葉も相手の顔を見て話す事が良いと思う。

我々(アンカー)がお願いしたい事は、役員が話す行程の中で特に注意事項をわかりやすく説明していただきたい。アンカーもその説明を聴き実行する事も出来る。例えば、時間までに到着できない場合は歩行を続けるか、巡回車に乗車してゴール近くで下車し、その後歩行するか、アンカーの指示に従う様なかたちの説明をしていただきたい。

2月13日(土)天気も悪く、天城トンネルを早く通過しないと寒くなるだろうとウォーカー達が思っているのか、禱長って歩行している姿を見た。我々も声を掛けて元気づける。昼食場所でも、立ち食い、コンクリート基礎に腰掛けている人にも午後のコース説明をし、初めての人には地図を出し注意点を教える。

我々も思っていた時間に到着した。

## 「東京さすらい人」の伝言(11) 京さん

久しぶりに東京に戻って来ました。東京の空気が懐かしい。この人波はやはり東京です。

東京駅八重洲口から有楽町へと向かい、銀座の町中を昔の記憶を呼び起こしつつさすらって行きます。日曜日の歩行者天国、老若男女の元気な声、華やかなファッションと目を楽しませてくれます。東京都庁は、今は新宿に聳え立っています。この界隈には15県がアンテナショップを構えており「京さん」は中継ショップで購入しました。沖縄までの旅費が浮き、得した感があります。余談ですが、新宿に宮崎県、広島県のアンテナショップがありますが、客足の多さから東京原簿事に軍配です。

今は、阪急・マリオンとなっていますが、かつては日劇ミュージックホールがあり、ここからもスターが数多く生まれました。晴毎通りに「みゆき族」が出ましたがすぐ消えました。数寄屋橋の柳、三愛、和光、鳩居堂、歌舞伎座などが有名スポットでした。歌舞伎座と言えば、老朽のため建直すとのこと。左脇こうまい立喰いそば「歌舞伎」と「茶寮」があり、館内での提供品と同じ材料で打ったものが、舌代も安く、そばのみですが歌舞伎座の味がしました。かき揚げがグッドです。残念ながら従業員の言によれば「新築時には、この店はないでしょう。4月一杯で閉店です」。皆さんに愛されて来た味が消えています。本当に残念。

東京の「食の台所」築地中央御売市場を一周し、「月島もんじゃ街」に立ち寄って新橋駅を目指す。築地本願寺近くのアルバイト先で汗を流した日々もありました。

今日は「京さん」の楽しい青春懐古となりました。

一句 『わがままに からむ銀座の 柳かな』

「次回 御徒町・隅田川」

### 【 伊豆歩俳壇 】

[河津桜ツデーマーチ]

降ってよし さくらの里に 傘の花	邊津 芳次
乳呑児の 手よりも紅し 花六分	掘崎 龍夫
赤児の手 ふれるもうれし 河津桜	掘崎 龍夫
小雪舞う 天城を越えて 春の色	笹本 祀長
春浅し お国訛りの 顔あわせ	大窪 正幸
廃屋に 誰待つポスト 春愁	大窪 正幸
降る雪は 山風に舞う ハレリーナ	先崎 初枝
咲くために 光あつめて 花三部	先崎 初枝

### 【 いずほ歌留多<sup>かるた</sup> 】

<p>オリ ンピック</p> <p>ボク の 目 標</p> <p>筋 メ ダ ル</p> <p>邊 津 芳 次</p>	<p>・ホームページアドレス <a href="http://www.izuhorclub.com">http://www.izuhorclub.com</a></p> <p>・メールアドレス <a href="mailto:info@izuhorclub.com">info@izuhorclub.com</a></p>	<p>・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」・「いずほ歌留多」・「伊豆歩歌壇」にも一句・・・皆様のご参加をお待ちしています。</p> <p>・伊豆歩倶楽部事務局 TEL&amp;FAX 0558-22-5465 〒415-0038 下田市大賀茂301 笹本祀長 宛まで</p> <p>発行者：伊豆歩倶楽部事務局</p>
--	---	--

### 下田市吉佐美 ペンション ゲストハウス アーヴァン

「早春フラワーウォーキングを歩こうプラン」3月5日(金)～7日(日)限定!

伊豆菜の花ツデーマーチに合わせて

1泊2食付8400円【税込】～休前日も平日料金でご案内!

『河津桜まつり』・『みなみの桜と菜の花まつり』【2月初旬～3月10日】のご予約も承り中!

『雛のつるし飾りまつり』【1月20日～3月31日】<稲取>開催中!!

春休み・GWのご宿泊にもどうぞ!!

「Walkingを見て」とご予約下さい。

静岡県下田市吉佐美2620 0558-23-2635

<http://www.e-urvan.com> [info@e-urvan.com](mailto:info@e-urvan.com)



早咲きの河津桜