

新年号[第89号] 【2014年1月19日 日曜日】



# Walking

『伊豆歩倶楽部』会報

伊豆歩の歌 愛楽 歩友

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136回 伊豆歩倶楽部 2月例会

第16回 伊豆早春フラワーウォーキング

「第16回 河津桜ツーデーマーチ」

・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

\*「伊豆東浦路コース」 河津町の豊かな自然に囲まれた見高入谷高原温泉へ向かい、伊豆七島を眺めながら、今井浜海岸から河津桜並木を通ります。高低差250mですがアップダウン有りの健脚コースです。

\*「ジオサイトコース」 初景滝や佐ヶ野歩道では、火山活動によって作られた美しい柱状節理を見ることが出来ます。

【日程】 2014年2月8日（土）・9日（日）

【集合場所】 河津南小学校体育館（伊豆急河津駅下車徒歩 5分）

【参加費】 100円 \*伊豆歩倶楽部の会員は、必ず伊豆歩倶楽部受付で参加登録をお願いします。尚、参加確認の為、2日間参加される方は2日間共受付をして下さい。

【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
2月8日(土)	伊豆東浦路 コース	20・30Km	8:00	8:45	9:00	12:00 
		10Km	9:00	9:45	10:00	
2月9日(日)	ジオサイト コース	20Km	8:00	8:45	9:00	16:00
		10Km	9:00	9:45	10:00	

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

【問合わせ】 伊豆早春フラワーウォーキング実行委員会

TEL 0558-22-0118 FAX 0558-22-3910

(受付時間 AM9:00~PM5:00 平日 月~金、時間外留守番電話)

伊豆歩倶楽部事務局 TEL/FAX 0558-32-0043

## ■第137回 伊豆歩倶楽部 3月例会

第16回 伊豆早春フラワーウォーキング

「第14回 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

\*「白砂青松弓ヶ浜コース」 白い砂浜が弧を描く海岸線から、南伊豆町に広がる田畑や、エメラルドグリーンに輝く海原を眺めながらゴールへと向かいます。

\*「石廊崎潮騒コース」 自然の力で素晴らしい景観となった石廊崎、爽やかな風を感じる走雲峡を通るコースです。

【日程】 2014年3月1日(土)・2日(日)

【集合場所】 南伊豆役場 湯けむりホール

※伊豆急下田駅前よりバスにて20分「役場前」下車 徒歩1分  
 駐車場は旧中央公民館跡地<案内があります。>

【参加費】 会員は、100円+200円(おもてなし料)=300円

\*伊豆歩倶楽部の会員は、必ず伊豆歩倶楽部受付で参加登録をお願いします。  
 尚、参加確認の為、2日間参加される方は2日間共受付をして下さい。

【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
3月1日(土)	白砂青松弓ヶ浜 コース	20・30Km	8:00	8:45	9:00	12:00 
		10Km	8:30	9:15	9:30	
3月2日(日)	石廊崎潮騒 コース	20Km	8:00	8:45	9:00	16:00
		12Km★	8:00	8:45	9:00	

★石廊崎潮騒コース(12Km)は、スタート後、出発地点までバスで移動します。

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

【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 0558-22-0118 FAX 0558-22-3910

(受付時間 AM9:00~PM5:00 平日 月~金、時間外留守番電話)

伊豆歩倶楽部事務局 TEL/FAX 0558-32-0043

## ■第138回 伊豆歩倶楽部 4月例会

第16回 伊豆早春フラワーウォーキング

「第15回記念 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

・元気に歩こう 1800 ウォーク認定大会

\*「なまこ壁コース」 松崎を代表する芸術、なまこ壁を見ながら静岡県棚田十選に認定されている石部の棚田、国指定重要文化財の岩科学校を楽しむ。

\*「那賀川桜コース」 松崎海岸を通り那賀川沿いに咲くソメイヨシノと、水田の農閑期を利用した50,000m<sup>2</sup>の花畑を楽しむコースとなっています。

【日程】 2014年4月5日(土)・6日(日)

【集合場所】 松崎小学校体育館

【参加費】 100円 \*伊豆歩倶楽部の会員は、必ず伊豆歩倶楽部受付で参加登録をお願いします。  
 尚、参加確認の為、2日間参加される方は2日間共受付をして下さい。

【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5日(土)	なまこ壁 コース	20・30Km	8:00	8:45	9:00	13:00 
		10Km	9:00	9:45	10:00	
4月6日(日)	那賀川桜 コース	15・20Km	8:00	8:45	9:00	16:00
		10Km	9:00	9:45	10:00	

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

【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 0558-22-0118 FAX 0558-22-3910

(受付時間 AM9:00~PM5:00 平日 月~金、時間外留守番電話)

伊豆歩倶楽部事務局 TEL/FAX 0558-32-0043

## 第134回伊豆歩俱樂部12月例会 薩埵峠に広重を訪ねる 11.5Km

伊豆歩俱樂部会員No.528 東海林 宏安

12月15日(日) 天気になるように祈る。雨が曇りになると富士山が見られない。薩埵峠へ行って富士山が見えなかったら残念に思う。変化する天気予報をテレビで見ながら祈る。当日天気は晴天。我々に幸運が来た、チャンスだ!!今日は一日楽しめると思ふ。

バスは沼津より国道一号線を走る。バスの窓からは富士山の裾野から頂上まで良く見え、最高の日本晴れだ。大型バスに楽々の14名と現地参加の3名の計17名、いつもより少なかった。

JR興津駅近くの清見寺(創設 奈良時代)から、午前9時30分スタート。旧東海道を通り薩埵峠11時00分着。富士山が良く見えみんなが最高の「バンザイ!」と叫び下山する。

望岳亭11時30分着(明治元年3月7日幕臣精銳隊長 山岡鉄太郎32歳を隠し逃した宿)。JR由比駅に12時00分着。井筒屋(昼食)12時30分着、靴を脱いでサッパリ、3階の座敷へ食事へありつける。会費5,000円で昼食付き心配なし・・・お腹すいた。ビール代は個人負担。食事は桜エビ定食1,600円、桜エビごはんに大きい厚い桜エビでんぷら・小鉢・刺身・お吸い物・漬物・デザート。みんな大満足でした。1時間30分休憩。

由比本陣14時15分(広重美術館)、14時30分由比桜エビ会館。ここで土産等を買う(たくさん試食有り)。

15時00分降りバスに乗り、清水インターへ戻り新東名高速で昨年のウォーキングで歩いた高速道路をバスの中から確認しながら走る。バスの窓から富士山が我々を暗くなるまで見送ってくれた。

我々はウォーキングによって食事が美味しく食べられる。草木花を見て四季を感じ頭の体操となる。新しい友達が出来て話し合いが出来から痴呆になりにくい、つまりボケないと思う。生活の上で色々情報が入る、物事をプラス思考にさせてくれる。足腰が強くなり予防医療となる。だから歩く。決して無理せずこ!

◆歩くこと・・・ウォーキングをすることの良いことだらけですね。無理せず楽しく永くウォーキングを楽しみたいですね。

### 事務局便り

◆伊豆早春フラワーウォーキング開催中!!

・2014年2月8日(土)・9日(日)

「第16回 河津桜ツーデーマーチ」(詳細掲載中)

・2014年3月1日(土)・2日(日)

「第14回 南伊豆菜の花ツーデーマーチ」(詳細掲載中)

・2014年4月5日(土)・6日(日)

「第15回記念 伊豆松崎なまこ壁と桜のツーデーマーチ」(詳細掲載中)

※全国から多くの方が参加する大会となっております。早春の伊豆を盛り上げるためにも伊豆歩俱樂部会員様の参加をよろしくお願い致します。家族・友人・グループでの参加大歓迎!!

【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

〒415-8501 下田市東本郷1丁目5-18 下田市役所内

TEL 0558-22-0118/FAX 0558-22-3910

伊豆歩俱樂部事務局 0558-32-0043





## ■平成26年度 伊豆歩俱樂部継続会員手続き及び新規会員募集開始！！

平成26年3月20日までに、各自所定の手続きをお願い致します。それ以降の手続きは、再入会扱いとなり入会(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(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いたします。

詳しくは伊豆歩俱樂部事務局 増田【0558-32-0043】までお気軽にお問い合わせ下さい。

<平成26年4月1日～平成27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。  
※例会等へ現金を持参の方は、封筒にお名前・入金額を記入の上、伊豆歩俱樂部の受付へお渡しください。

・ホームページアドレス <http://www.wizuhorclub.com>

・メールアドレス [info@wizuhorclub.com](mailto:info@wizuhorclub.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」・「いずみ歌留多」・「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日までをお願い致します。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。

・伊豆歩俱樂部部 〒413-0511 静岡県賀茂郡河津町峰486-6 増田為雄

電話：0558-32-0043 (FAX共用)

**【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。

伊豆早春フラワーウォーキング参加者を応援致します！！

GW・夏休みのご予約も承り中。

大人数でのご利用などお気軽にお問い合わせください。

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)



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！！