

	第043号	2019年4月1日
		☎180-0006 東京都武蔵野市中町 2-21-15 発行責任者 近藤 和義 TEL. 0422-53-5252 FAX. 0422-52-8100

2019年度 ウォーク事業計画

(2019年4月～2020年3月)

番号	月 日	種 別	事 業 名	集合駅・場所	解散駅・場所	距 離
1	4月06日(土)	1回シリーズ	都庁から東京マラソンコースを歩く	新宿中央公園	和田倉噴水公園	9.0km
2	4月27日(土)	133回定例	つつじの塩船観音寺散策	青梅駅	河辺駅	9.0km
3	5月11日(土)	カルチャー	横浜散策と日本郵船歴史博物館見学	桜木町駅	山下公園	5.0km
4	5月25日(土)	134回定例	鳩山会館のバラ鑑賞	メトロ江戸川橋	目白駅	8.0km
5	6月08日(土)	総会ウォーク	東伏見からグリーンパーク遊歩道	西武 東伏見駅	西久保コミセン	5.0km
6	6月29日(土)	135回定例	南沢あじさい山ハイキング	武蔵五日市駅	武蔵五日市駅	8.0km
7	7月13日(土)	2回シリーズ	木漏れ日の玉川上水	拝島駅	玉川上水駅	9.0km
8	8月03日(土)	カルチャー	国分寺の史跡巡りと納涼会	西国分寺駅	国分寺駅	4.0km
9	9月14日(土)	136回定例	荒川の下流を歩く	赤羽駅・赤羽公園	荒川遊園地駅(都電)	9.0km
10	9月28日(土)	137回定例	勝島運河・コスモスの品川花海道	JR 大井町駅	京急 立会川駅	9.0km
11	10月05日(土)	138回定例	神田川ウォーク (自由歩行)	吉祥寺駅・井の頭公園	江戸川公園	21.0km
12	10月19日(土)	カルチャー	小江戸川越散策と芋ほり体験ウォーク	西武 本川越駅	西武 南大塚駅	7.0km
13	11月09日(土)	3回シリーズ	夢の島公園からゲートブリッジを歩く	京葉線 潮見駅	若洲海浜公園	9.0km
14	11月22日(土)	139回定例	飛鳥山公園から六義園のモミジ鑑賞	JR 東十条駅	JR 駒込駅	6.0km
15	12月07日(土)	カルチャー	イチョウの外苑散策と絵画館見学	青山一丁目駅	新宿御苑前駅	4.0km
16	12月21日(土)	4回シリーズ	巨大再開発・複合施設の町並みを歩く	メトロ麻布十番駅	JR 浜松町駅	8.0km
17	1月04日(土)	140回定例	新春初詣 東海七福神めぐり	京急 新馬場駅	京急 大森海岸	6.0km
18	1月18日(土)	5回シリーズ	スカイツリーとたばこと塩の博物館見学	メトロ 浅草駅	木場公園	8.0km
19	2月22日(土)	141回定例	北沢川緑道と梅まつりの羽根木公園	京王 上北沢駅	小田急東北沢駅	8.0km
20	3月07日(土)	カルチャー	菜の花の浜離宮庭園から築地市場・豊洲市場	JR 新橋駅	ゆりかもめ市場前駅	6.0km
21	3月28日(土)	142回定例	多摩湖自転車道と桜の狭山公園	西武小平駅	西武遊園地	7.0km

注) 例会ウォークの日程・集合駅・解散駅・歩行距離は変更させていただく場合があります。

当会の例会案内 および 日本ウォーキング協会の「ウォーキングライフ」等でご確認ください。

2019年度ウォーク事業のポイント：例会ウォークは、今年度も4月つつじ、5月バラ、6月あじさい、9月コスモス、11月紅葉、12月イチョウ、2月梅、3月菜の花・桜等「花」をテーマにした企画としました。カルチャーウォークは5月横浜の日本郵船歴史博物館見学、8月国分寺の史跡めぐり、10月小江戸川越散策と『芋ほり体験』、12月聖徳記念絵画館見学、3月築地市場、豊洲市場見学 等歩行距離よりも見学・体験を重視しました。シリーズウォークは平成時代を偲んで、『平成の歴史を訪ねる』ウォークを全5回開催します。

2018年度 武蔵野市補助金対象事業

【今来るかも大地震・避難所と避難経路を知ろう】

今年もむさしの歩こう会では武蔵野市の補助金対象事業を行いました。NPOの社会貢献としてこれまでも何度か手掛けてまいりました。今年は上記表題を取り上げました。

このところ、日本列島はさまざまな災害に見舞われています。武蔵野地区においては、周辺に、川無く、海無く、山無くの位置状況のため、予想される大災害は地震になります。

そこで武蔵野市内の避難所を知ることと、避難所（一時避難所と言います）から、広域避難所への避難経路を知ろうという企画で、地図を作成する事としましたが、条件が合わず数か所でとどめました。

また東京都作成の防災地図武蔵野バージョンについて、もっと違った情報を伝えられないかと研究したところ、地図に加筆するには、所有権者に高額なライセンス料が必要と分かり、断念いたしました。

「3.11」では、武蔵野を含めた周辺地域に、会社から、学校から、など自宅に帰ろうとする人々の続々と歩く姿が目には焼き付いております。

東日本大震災の教訓から、このような事態に備えなければならないと感じた方も大勢いらっしゃると思われまます。

そこで災害に対応できる心構えや装備品の備えなどを記した、災害対策啓発チラシを作成し、配布いたしました。また、今年2月22日には『大震災の際など、あなたは20km以上歩けますか？』と題した講演会を開催、多くの方が参加されました。

大災害に遭遇すると、人々は思わぬ行動をとりがちになるといわれています。その時落ち着いてしっかり対応するためには、ある程度の準備が必要です。このチラシの内容では十分ではないかもしれませんが、一助になればと提示しました。

災害は来ない方が良いのは当たり前です。しかしいざという時は皆さんも落ち着いて行動しましょう。

(近藤 和義)

新年度 そして新しい元号を迎えて

理事長 近藤和義

会員皆様にはいつも各事業にご協力いただき誠にありがとうございます。

おかげさまで昨年度は予定通りの活動をしてまいりました。しかし花を愛でるウォークについては、亀戸天神の藤や世田谷のヒマワリなど、天候と時期により所期の目的が達成できませんでした。つくづく花の季節は難しいと感じました。

このような状況ですが、2019年度は再度「花」に挑戦したく計画を立てました。中でも「塩船観音寺（青梅市）つつじ鑑賞ウォーク」は、先日実施踏査の際には花は咲いておりませんでした。このつつじに花がついたら感激する眺めになると感じました。

もっとも実施踏査は1月17日でしたので、当然花はありませんでしたが、眼を閉じるとなぜか満開の花が見え、大変感激しました。ぜひ皆様に味わっていただきたいと思いました。

私共の会は、ご案内の際に西暦を使っています。この4月には今上天皇が退位され、現皇太子さまが新しい日本の象徴となられます。元号も新しくなり、4月1日に発表されるとあります。和暦についてはさまざまな意見がありますが、私も昭和を使います。「干支」も使っています。この事だけでつくづく日本人は器用だなと感心しています。

当会の大先輩「鹿子木孝男氏」は、今年90歳を迎えられます。昭和4年生まれ、巳年であります。大先輩を先頭に、会員全員が昭和、平成、さらに新しい元号を経験します。

当会の旗印、「老いは足から、社会との隔絶から」の実践者の一人 鹿子木大先輩のように健康で長寿を迎えられるよう、皆さんで歩きましょう。



例会案内

※詳細内容につきましては、毎月お送りしております「例会案内」をご覧ください。

第1回 シリーズウォーク

東京マラソンコース・都庁前から和田倉噴水公園

開催日時 2019年4月6日(土) 午前9時集合
 集合場所 新宿中央公園
 (新宿駅西口より徒歩10分 地下鉄 都庁前より徒歩4分)
 解散場所 和田倉噴水公園 午後2時頃
 (東京駅まで徒歩5分)

歩行距離 約9キロ

歩行コース 新宿中央公園/スタート～都庁～都庁通り～住友ビル～野村ビル～青梅街道～大ガード～靖国通り～新宿五～新宿東五～曙橋～合羽坂下～防衛省～市ヶ谷駅～外濠公園/WC～靖国神社(本殿・標本木・大村益次郎銅像)～田安門～日本武道館～北の丸公園/昼食休憩～吉田茂銅像～北桔橋門～皇居東御苑(天守閣・大奥・本丸・松の廊下・百人番所・大手門)～内堀通り～和田倉噴水公園/ゴール 約9キロ



(文：M・M)

第134回定例ウォーク

花と歴史の古刹・ツツジの塩船観音寺散策

開催日時 2019年4月27日(土) 午前9時30分集合
 集合場所 JR青梅線 青梅駅 駅前広場、
 解散場所 JR青梅線 河辺駅 午後2時頃
 歩行距離 約9キロ

歩行コース 青梅駅前広場/スタート～青梅鉄道公園～永山公園通り～成木街道～鉄道公園入口～しろまえ児童公園～城前東通り～城山通り～東青梅六～東青梅六東～吹上しょうぶ公園入口～吹上しょうぶ公園/見学・WC～宋泉寺・天然記念物かやの木～城山通り～観音寺通り～吹上中入口～塩船観音寺/昼食休憩(ツツジ祭り・夫婦杉・仁王門・薬師堂・阿弥陀堂・招福の鐘・塩船平和観音像・山王七社権現等)～神明社～吹上中入口～吹上小～旧青梅街道～霞台第二住宅前～青梅街道～河辺駅入口～河辺駅 ゴール9キロ



※塩船観音寺 入園料300円が別途必要となります。

(文：M・M)

第37回カルチャーウォーク

横浜散策と日本郵船歴史博物館・氷川丸

見学ウォーク

開催日時 2019年5月11日(土) 午前9時集合
 集合場所 JR根岸線 桜木町駅 東広場
 (横浜駅よりの北改札をでて右へ)
 解散場所 山下公園 12時頃
 (みなとみらい線 元町・中華街駅徒歩3分)
 歩行距離 約5km
 コース 桜木町駅 東広場(出発式)～さくら通り～カップヌードルミュージアム～日本郵船歴史博物館(見学・WC)～海岸通り～開港資料館～山下公園通り～マリンタワー～日本郵船氷川丸(見学・WC)～山下公園(ゴール) ※2施設セット入館料300円(シニア・団体割引)が別途必要となります。



(文：T・Ko)

第134回定例ウォーク

神田川からバラの鳩山会館ウォーク

開催日時 2019年5月25日(土) 午前9時集合
 集合場所 江戸川公園 (外 江戸川橋駅 1a 出口)
 解散場所 JR目白駅 午後1時30分頃
 歩行距離 約8キロ
 歩行コース 江戸川公園/出発～椿山荘～肥後細川庭園(新江戸川公園)/立ち寄り～胸突坂～関口芭蕉庵～東京カテドラル聖マリア大聖堂～鳩山会館/見学～護国寺/昼食～雑司ヶ谷霊園～都電荒川線沿い～目白通り～目白駅/解散
 ※鳩山会館入館料：団体割引 一般500円 シニア400円が別途必要となります



(文：A・S)

2019年度 総会ウォークと通常総会

開催日時 2019年6月8日(土) 午前9時30分集合
 集合場所 西武線 東伏見駅 南口
 (東伏見アイスアリーナ前広場)
 解散場所 総会会場 (西久保コミュニティセンター予定)
 (JR三鷹駅北口より徒歩10分)
 歩行距離 約5.0km

歩行コース

東伏見駅～武蔵関公園～石神井川～東伏見稲荷神社～伏見通り～武蔵野中央公園～グリーンパーク遊歩道～井の頭通り～西久保コミセン（総会会場）



★通常総会（会場は西久保コミュニティセンターの予定）
総会:12:00～終了後 懇親会（詳細は後日連絡）
（文：S・H）

第 135 回定例ウォーク

あきる野市 南沢あじさい山ハイキング

開催日時 2019年6月29日(土) 午前9時30分集合
集合場所 五日市線 武蔵五日市駅 南口広場
解散場所 武蔵五日市駅 午後1時30分頃
歩行距離 約8km

歩行コース 武蔵五日市駅(スタート)～深沢溪自然村～穴沢天神社～深沢林道・南沢林道分岐～柴原橋～深沢自治会館～白萩橋～真光院前(WC)～深澤家屋敷跡(見学)～(折り返し)～千年の契杉～深沢林道・南沢林道分岐～紫陽花橋～南沢あじさい山(昼食・有料見学)～武蔵五日市駅(ゴール)
※あじさい山 入山料 500 円が別途必要です。



（文：T・Ko）

例会ウォーク実施報告

2019年1月5日(土)

第 131 回定例ウォーク

新春八王子七福神(八福神)めぐり

今年の歩き初めは、八王子八福神巡りでした。天候にも恵まれ、会員 53 名、他協会員 1 名、一般の方 4 名の合計 58 名でスタート致しました。

西八王子駅前広場で出発式をし、不老長寿の神・寿老尊を祀った宗格院を参拝した後、一切の災いを転じて吉祥とすると言われる美と幸福の女神吉祥天を祀った吉祥院へと歩きました。この吉祥院は、高台にあり、歩くのに一苦労でしたが、境内からは遠くの間々や八王子の街並みが一望でき、とても清々しかったです。又、境内のあち



こちにトトロや猫バス、まっ黒クロスケ等のモニュメントがあり、微笑ましかったです。

了法寺、善龍寺を経て信松院には、大きなお腹の布袋尊が祀られ、お腹をなでて、ご利益を祈ってきました。その後、金剛院、伝法院、本立寺とお参りし、ゴールの八王子駅にそびえ立つ、多摩地域最高層のタワーマンション 3 階でランチをして帰って参りました。今回の七福神巡りはどこの寺院も広々していて感激でした。

（文：S・H）

2019年2月9日(土) →当日 中止

第 5 回シリーズウォーク 武蔵野の路

No17 野川コース 二子玉川緑地から深大寺

今回は悪天候を理由に中止を余儀なくされました。中止決定までの経緯を報告します。

太平洋南岸沿いに低気圧が東進し、また北から強力な寒気が南下して、天気予報も前日から関東地方の大雪の可能性を報じました。

今回のウォーク担当の私は、前日理事長にウォーキング実施の可否を打診しました。その結果、翌日現地での様子を見て最終決定することにしました。

当日の天候は予報通りの曇天と強い北風で冷え込みが厳しく、午前8時現在 未だ降雪がないものの頬を刺す風が極めて冷たく感じました、

殆んどの会員の方々も中止を予測されたものと見え、役員・会員合わせて、出席者は13名程度で、折しも世田谷在住の野口理事より、気象庁から世田谷方面に大雪警報が発令されたとの情報も寄せられ、午前9時過ぎ、中止を決定いたしました。

その後、シリーズウォーク完歩賞表彰式(一部の方)を行い、散会と致しました。

課題と致しましては、予め連絡網を完備し、不測の事態に対応する等の対策を考慮すべきかとも思いますが、昨今 個人情報問題等の事情もあり、このような結果となりました。以上ご報告申し上げます。

（文：平野 健）

2019年3月9日(土)

第 132 回定例ウォーク

鹿野大仏・秋留野台地の遺跡と早春の平井川
沿いをおく

雲ひとつ無い晴天で最高温度 16 度と 4 月上旬並みのウォーク日和。また、園児の参加で和やかな雰囲気の中、武蔵増戸駅をスタート。駅前大通りでは、女性参加者が「まあーキレイ！！」と思わずつぶやくほどの見事な 2 本の枝垂れ梅が今を盛りと咲き誇り、私たちを暖かく出迎えてくれました。

平井川から参道の階段を上り塩澤山寶光寺で参拝。霊園管理事務所にて小休憩後、鹿野大仏西参道入口からよく整備されたスギ林の参道を上り、凛々しい

顔のイケメン大仏・鹿野大仏前に到着。鹿野大仏は青銅製 山形鑄造で有名な山形市内の鑄造業者が1000年前の技術を用い、数多くの匠たちの手により 2018 年に完成しました。坐像の大仏では奈良の大仏に次ぐ 2 番目の大きさですが、



周りが広いせいか何故かあまり大きさを感じませんでした。また、鹿野山から見下ろす風景は、日ノ出町の町並みが一望でき、遠くにはサマーランドや、雪化粧した富士山等素晴らしい景観でした。

参拝後、平井川を下り、古代人の住居跡の石器や縄文時代の遺跡等が発掘された瀬戸岡古墳群へ。古墳群は南武蔵地域においては類例が少ない横穴式石室を構築する高塚古墳のみからなる古墳群で、50 基の古墳が密集し、後期古墳群の中で最大級群集状況を有しており評価されていますが、大部分は個人所有地域に散在し、見学可能な 2 基のみの石室を見学、平井川沿いの草花公園にて昼食休憩としました。

午後、のどかに流れる平井川を下り、満開の河津さくら数本を観ながら草花大橋からファーマーズセンターに立ち寄り地場産の野菜等を購入後、二宮考古館へ。二宮考古館ではガイドさんから発掘された石器や古墳を前に石器時代・縄文時代・弥生時代の説明を受け、今日のウォークに花絵を添え二宮神社で解散としました。

日ノ出町、あきる野市の里山ウォーク 堪能していただけたでしょうか？

今回、地元の稲川さんに下見、実踏を 5 回もしていただきました。ご協力に感謝いたします。ありがとうございました。

最後に、今回初参加の佐藤さん、ホームページを見て参加申し込みをされたとのこと、ありがとうございます。役員として大変うれしく思います。

(文：M・M)

2019 年 3 月 23 日 (土)

第36回カルチャーウォーク

武者小路実篤記念館と若葉町雑木林の道

実施日の 3 月 23 日は前日までの暖かさから真冬に逆戻りしたような寒さで、一時曇りがぱらつく天候状態であった。

京王線つつじヶ丘駅南口は、受付業務を早々に切り上げ、9 時 50 分 実篤記念館に向けて出発した。

実篤記念館では学芸員の方から、実篤の生い立ち、業績、何故調布に屋敷を構えたか等についての解説がありました。展示物の鑑賞や隣接する実篤公園にある実篤私邸の見学等を行い、11 時 20 分実篤記念館を後にする。

若葉町雑木林の道とタイトルになっているが、雑木林のあった地区は殆ど開発され、残っているのは

市街化調整地域に指定されている所くらいである。

これらをしのびながら野川大橋まで歩いた。ここから東京都が定める「武蔵野の路」野川コースを歩いた。桜の開花宣言が出ていたので、一枝でも咲いているところがあるか探したが、残念ながら桜はまだ一枝も咲いていなかった。

小金橋を右折し、神代団地の中を通り抜け神代団地北広場で 12 時 20 分解散した。参加人員 38 名 (スタッフ共)。歩行距離 約 5 km

(文：T・H)

投 稿

2019 年 3 月 9 日(土)

第 132 回定例ウォーク

日の出 鹿谷大仏と早春の平井川を歩く

3 月 9 日(土)早朝から久しぶりの晴天で、新宿発 8 : 19 分ホリデー快速秋川 5 号で「品川組」4 名出発。小一時間で武蔵増戸着

前回、第 5 回シリーズウォーク No.17 野川コースが雪のため中止となり、久々の再開で皆さん楽しみに 44 名 元気でスタートしました。「東風吹かば匂いおこせよ梅の花…」にあるように、満開を過ぎた梅の花の残り香を楽しみつつ平井川沿いを歩き、鹿谷大仏が鎮座する塩澤山寶光寺に到着。

一休み後、2018 年 4 月に開眼したばかりの「鹿谷大仏」を目指した。この大仏は、鎌倉大仏より大きく(総高 18m、像高 12m)見事でありました。山道を 10 分ほど登ると到着。ホッとする表情のお顔立ちを拝顔、参拝しながら建立者の思いを感じました。

再び静かな平井川沿いを歩き、瀬戸岡古墳群の一部を見学し、美しい名の草花公園でいつもより少し遅い昼食。一休み後、秋川ファーマーズセンターで特産の新鮮野菜等を夫々購入、リュックに詰めて、出発。「二宮考古館」で遺跡から出土した土器や石器類の展示品の説明を受け丁寧な復元に感心しました。



そして最後の二宮神社のお池へ、解散。次回を約し帰路に。

電車が 1 時間に 2 本の時刻表を見て、東京とはいえやはり遠くへ来たものだ！！とつくづく思いつつ…。

(会員：川端^{かわはげ}下よしみ)



お知らせ

この度 当会会員、林家カレー子（沼田啓子）さんが**環境大臣賞**を受けられる事になりました。誠にめでたいことです。林家カレー子さんは、亡くなられた林家ライスさんと夫婦漫才を行ってまいりました。漫才は、主に環境問題をとらえ、難しい問題を笑いで訴えるという独特な方法で活動されてまいりました。また、さまざまな活動が評価されたものでした。このたびの受賞は林家ライス・カレー子ペアの集大成と言えましょう。またNPOむさしの歩こう会としても名誉なことです。これまでの林家カレー子さんの活動を高く評価し、祝意を表したいと存じます。

（金子 恵一）

2019年度 年会費納入のお願い

2019年度(2019年4月1日～2020年3月)の年会費**未納の方は**、早急に納入くださるようお願いいたします。

年会費 2,000円（家族会員=1,000円）
 銀行振込 三井住友銀行 三鷹支店 店番 247
 普通 7211530
 郵便振替 口座番号 00110-3-615299
 連絡先 NPO法人 むさしの歩こう会
 180-0006
 武蔵野市中町2-21-15 近藤 和義
 TEL. 090-3595-6595

ホームページ情報

- [1]2019年度 年間ウォーク事業計画を4月初旬に掲載します。
- [2]5月度 例会案内を3月末掲載いたしました。
 - 5月11日(土)第37回カルチャーウォーク 『日本郵船歴史博物館と氷川丸見学』
 - 5月25日(土)第137回定例ウォーク 『神田川からバラの鳩山会館ウォーク』
- [3]会報第43号を4月初旬に掲載します。
- [4]ギャラリーを4月初旬に掲載します。

会員ニュース

2019年3月28日現在、入会された新たな仲間をご紹介します。(敬称略)

武蔵野市	300	久保寺	和美
西東京市	301	北村	スミ子
杉並区	302	佐藤	弘子
武蔵野市	303	木下	三重子

2018年度 シリーズウォーク表彰

「2018年度シリーズウォーク」で全4回完歩(残り1回は荒天により中止)を達成された13名の皆様です。
 おめでとうございます。

秋元 美恵子・佐川 通利・佐藤 修悦・田村 和美
 林 ますみ・保科 勝彦・松村 忠幸・森田 秀雄・
 小泉 昌子・小松 巧・須藤 昭枝・平野 健・
 元木 満生

(敬称略)

会員募集中！

当日例会ウォーキングに参加し、その場で入会、その日から会員になることができます

会費 入会金(個人会員) … 1,000円/1名
 年会費(個人会員) … 2,000円/年間

詳細は、下記までお問合せください

NPO法人 むさしの歩こう会

TEL.090-3595-6595(昼間)

※会員の皆様も新入会員募集にご協力ください

ウォーキングマナーをまもりましょう！

1. 隊列を乱さないこと
2. 横に広がらないこと

