

	第047号	2020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

2020年度 ウォーク事業計画

(2020年4月～2021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04日(土)	第143回定例	見沼通船堀と桜回廊	東浦和駅	東浦和駅	12.0km
2	4月18日(土)	1回シリーズ	荒川区・文京区の坂道探索	西日暮里駅	田端駅	7.5km
3	5月09日(土)	第144回定例	新緑の秋川溪谷と瀬音の湯	武蔵五日市駅	武蔵五日市駅	8.0km
4	6月06日(土)	第145回定例	野火止用水を歩く	西武 清瀬駅	新座駅	10.0km
5	6月20日(土)	総会ウォーク	仙川散策と通常総会	東小金井駅	西久保コミセン	4.0km
6	7月04日(土)	カルチャー	羽田クロノゲートと国際線ターミナル	穴守稲荷駅	国際線ターミナル駅	3.0km
7	7月11日(土)	第146回定例	オリンピック会場とサントリービール工場見学	多磨駅	府中本町駅	7.0km
8	8月05日(水)	カルチャー	隅田川船上りとアサヒビールで納涼会	神谷町駅	アサヒビールピアホール	4.5km
9	9月12日(土)	第147回定例	妙正寺川を下る	西武 井荻駅	高田馬場駅	10.0km
10	10月10日(土)	第148回定例	観音崎から東京湾出入りの船展望	馬堀海岸駅	京急 浦賀駅	8.0km
11	10月24日(土)	2回シリーズ	新宿区の坂道探索	市ヶ谷駅	高田馬場駅	8.0km
12	11月14日(土)	カルチャー	佐倉散策とキノコ狩り	未定	未定	0.0km
13	11月28日(土)	第149回定例	甲州街道の銀杏並木・南浅川散策	八王子駅	高尾駅	10.0km
14	12月05日(土)	3回シリーズ	目黒区の坂道探索と忘年会	目黒駅	恵比寿駅	4.0km
15	12月19日(土)	第150回定例	シロガネーゼの庭園&自然探勝	恵比寿駅	JR 高輪ゲートウェイ駅	8.0km
16	1月09日(土)	第151回定例	池上本門寺と池上七福神めぐり	西馬込駅	池上駅	10.0km
17	1月23日(土)	カルチャー	目黒不動から勝海舟記念館見学	目黒駅	洗足駅	8.0km
18	2月06日(土)	4回シリーズ	港区の坂道探索	乃木坂駅	四谷三丁目駅	8.0km
19	3月06日(土)	5回シリーズ	文京区の坂道探索	飯田橋駅	上野駅	8.0km
20	3月20日(土)	第152回定例	武蔵野の路 野川コース	二子玉川駅	深大寺	12.0km

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。

2020年度ウォーク事業のポイント：

例会ウォークは、春は約20kmにも及ぶ見沼の桜回廊、新緑の秋川溪谷散策と瀬音の湯、夏には東京オリンピック会場とビール工場見学、秋は三浦半島の東京湾展望ウォークや八王子の甲州街道の銀杏並木散策、冬にはシロガネーゼの庭園散策等を企画しました。

カルチャーウォークは、7月 羽田クロノゲート見学、8月 隅田川の舟上り、11月 佐倉散策とキノコ狩り、1月 昨年オープンした勝海舟記念館見学、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、『都心の坂道100選』からピックアップして、おもに下り坂をメインに全5回開催します。

147kgだったころ

理事長 近藤 和義

私は生まれながらに体が大きく、誕生したときは4,500g、昭和22年の食糧事情劣悪の時代ですのに。それから順調に育ち、小学校卒業の時は60kgを超えており、中学高校と進むにつれ、体重は順調に増えていきました。その増え方は平均して1年に10kg超えであったため、20歳の時には147kgとなっていました。

このところの成人検診で、医者が「20歳時の体重にしてください」と言いますが、「喜んであと30kg以上増やさなければなりません…」というのと、「20歳の体重が望ましいのは一般的なことで、あなたの場合は当てはまらない」と言い訳。この野郎逃げるなど言いたい気持ちたっぷりです。

私は大学での専攻は土木工学で、コンクリートと測量を専門にしていました。大学3年の時始めて測量事務所でアルバイトをしました。当時の測量は今のよう光学機械が発展していなかったため、距離を測るには測量テープを使いました。そのテープを目的地にもっていくのはバイトの仕事です。俗にテープマンと言われていました。

「おい近藤、その塀の向こう側の住宅の角へ付け」と言われ進みますが、狭くて入れません。何せ体重147kg。「すみません、入れません」「馬鹿野郎もぐれ」もぐれないですね。「役に立たねーな、登れ(塀)」登れないですね。大学3年、デスクワークもプロには程遠く、図面引くにしてもお金の取れるレベルではありません。3日で首になってしまいました。これまでの人生での黒歴史です。



昔の仲間は「学生の時お前は体を左右に振って歩いていた。歩く会の責任者。嘘だろ」と言われています。

会員皆様のおかげです。歩けるうちが花です。体重コントロールしながら(インターバル速歩はどうした?) 頑張ります。

2020年度もどうぞよろしくお願ひいたします。

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143回 定例ウォーク

見沼通船堀と見沼の田圃・桜回廊散策

開催日時 2020年4月4日(土) 午前9時集合
 集合場所 JR武蔵野線 東浦和駅 駅前広場
 解散場所 JR武蔵野線 東浦和駅 午後2時頃
 歩行距離 約12キロ
 歩行コース 東浦和駅/スタート～見沼通船堀～八丁橋～柴川～民家園/見学～園芸植物園～大崎公園～見沼代用水東縁(桜並木)～国昌寺～見沼大橋～敬助橋～見沼代用水西縁～女体神社～見沼氷川公園/昼食休憩～見沼代用水西縁(桜並木)～東浦和駅



(文:M・M)

第1回シリーズウォーク 都心の坂道100選

荒川区・文京区の坂道探索

開催日時 2020年4月18日(土) 午前9時集合
 集合場所 西日暮里公園
 JR西日暮里駅より徒歩1分
 解散場所 JR田端駅 午後1時30分頃
 歩行距離 約7キロ
 歩行コース 西日暮里公園/スタート～富士見坂～夕焼けだんだん～岡倉天心記念公園/WC～谷中霊園～異人坂～根津神社/昼食～森鷗外記念館～狸坂～道灌山通り～ひぐらし坂～田端台公園/WC～与楽寺坂～田端駅/ゴール
 ※根津神社つつじ苑 入場料200円が別途必要となります。



(文:A・S)



第144回定例ウォーク

新緑の秋川溪谷と秋川溪谷瀬音の湯

開催日時 2020年5月9日(土) 午前9時30分集合
 集合場所 JR五日市線 武蔵五日市駅 駅前広場
 解散場所 瀬音の湯前 西東京バス停
 (武蔵五日市駅まで 10～15分)

歩行距離 約8km
 歩行コース 武蔵五日市駅前広場/スタート～秋川橋～秋川橋河川公園～小庄の桜～小和田橋(上り)～広徳寺/見学～佳月橋～小中野～子生神社～沢戸橋～戸倉～星竹橋/昼食(上り)～落合橋～十里木～石船橋～瀬音の湯/ゴール

(文:M・M)

第145回定例ウォーク

野火止用水を歩く

開催日時 2020年6月6日(土) 午前9時集合
 集合場所 西武池袋線 清瀬駅 南口広場
 解散場所 JR武蔵野線 新座駅 午後2時頃
 歩行距離 約10キロ
 歩行コース 清瀬駅南口(スタート)～野火止橋～野火止用水(伊豆殿堀)～西堀・新堀コミセン～西堀公園～史跡公園(WC)～新座市民総合体育館～閉屋敷橋(閑越自動車道)～野火止用水(伊豆殿堀)～平林寺(昼食休憩)～平林寺 睡足軒の杜～平林寺大門通り～新座市役所～こもれば通り～ふるさと新座館(新鮮野菜の直売所)～武蔵野線・新座駅 南口(ゴール)



※「平林寺」入山料金 500円が別途必要です
 (文:T・Ko)

2020年度 総会ウォークと通常総会

開催日時 2020年6月20日(土) 午前10時集合
 集合場所 JR東小金井駅 北口ロータリー
 解散場所 総会会場(西久保コミュニティーセンター)
 (JR三鷹駅北口より徒歩10分)

歩行距離 約4km
 歩行コース JR東小金井駅 北口～梶野通り～東京電機大学中学校高等学校^{いちきしま}～市杵嶋神社～^{かじのぶんすい}梶野分水築樋～桜堤公園～桜堤商店街～桜堤団地～古瀬公園(松露庵)～都立武蔵高校～境山野緑地～高橋家稲荷～西久保公園～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ーセンター)

総会:11:30～

終了後 懇親会開催

(文:S・H)

例会ウォーク実施報告

2019年12月21日(土)

第4回シリーズウォーク

東京の巨大再開発・複合施設の町並み散策

令和元年最後のウォーク、46名(会員41名・他協会5名)で一橋公園をスタート。

急遽 都内最大のダイチョウがあり、都内では浅草寺、深大寺に次ぐ3番目の古刹である麻布山 善福寺を訪ねた。この逆さイチョウは、親鸞上人が旅の途中立ち寄り、杖を地面にさしたところに枝葉が繁茂したといわれているとのこと。幹回り10.4m、樹高20m、推定樹齢750年以上で、国指定天然記念物であるが、今後が心配な枝ぶりであった。

テレビ朝日、毛利庭園、六本木ヒルズを歩き、遠くにサントリーホール方面を眺めながら、日本人の大好きな12月のベートー・ベン「第九」、今日はこの交響楽団の演奏かな? と思いながら歩を進めた。

元防衛庁跡地に再開発された東京ミッドタウン、高級店が並ぶも、開店前でウィンドウ・ショッピングもできず休憩のみ。

TBSのある赤坂サカスから虎ノ門、霞が関官庁街を経て日比谷公園で昼食休憩。



今日最後の汐留シオサイトにある電通本社、アドミュージアム東京を見学。世界に類のない広告を展示した博物館はアナログとデジタルのハイブリッド。昭和初期の日用品広告でエキゾチックな女性が描かれている姿など、懐かしく面白かったです。

アドミュージアムを後に、電通の巨大ビルに驚きながら、浜松町駅へゴール・解散となりました。

大都会に変貌したビル群、ふと土に触りたくなり、緑の樹木を目にしたくなる気持ちが湧いてきました。
 (文:M・Ko)

2020年1月4日(土)

第140回定例ウォーク

新春初詣 東海七福神めぐり

令和2年1月4日、令和に入って最初の定例ウォーク。集合地点・京急 新馬場駅北口ガード下は日当たりが悪く、薄ら寒い日でしたが、近藤理事長を初めとし、47名の参加者がありました。

正月は七福神めぐりをおこなう団体も多く、最初の地点に参加者が集中するのを避けるため、地域の観光案内とは異なるコースをとり出発。

最初は目黒川沿いにある「荏原神社(恵比寿天)」を参詣、旧東海道へ出て 旧品川本陣跡の公園を横目に見ながら「一心寺(寿老人)」、「養願寺(布袋尊)」へ。この2つの寺は、お堂が近く 小さいため 10 人入ると境内は満員状態となるので、2組に分けてお参りした。

次は第一京浜国道沿いの「品川神社(大黒天)」です。ここは品川随一の高台にあり、境内には富士講の品川富士も設置されており、昔は坂上に登ると品川から大森にかけて海苔の生産地帯であった海岸が展望できたのですが、現在では見えるのはビルばかりでした。

1 km 足らずの間に 4ヶ所をお参りした後、旧東海道を下り品川寺へ。旧東海道の街並みは正月四日のこともあり、お休みのところが多く閑散としておりました。5番目の「品川寺(毘沙門天)」は室町時代からの古刹で由緒ある寺です。変わっているのは、寺の檀家さんがそれぞれ七福神を奉納していることです。

6ヶ所目の「天祖諏訪神社(福祿寿)」を参詣し、途中 鈴ヶ森の刑場跡を見学。この刑場の処刑第一号は、慶安太平記で有名な丸橋忠弥(磔)、第二号は前年の天和の大火の翌年、自宅に放火し 15 歳で処刑された、八百屋お七(火炙り)だそうです。

最終 7ヶ所目の磐井神社(弁財天)にお参りし、本日の全行程を神社近くの大森北公園で終了。

参加者全員が無事完歩したのは幸いでした。解散後、大森駅方面で新年会をおこなったグループもあったようです。

(文：T・H)



磐井神社で記念撮影

2020年1月18日(土)

第5回シリーズウォーク

東京スカイツリーから たばこと塩の博物館

今回は雨のスタートとなり、雪の予報も出ているのでコースをショートカットして、総勢 29 名で歩き出しました。

今回唯一の見学場所となる「たばこと塩の博物館」へと歩くうちに、雨からみぞれへと変わってきまし

た。その為あつというまに着きました。今回は会費から見学代を支払うということで、受付を済ませ いざ見学スタートとなりました。

色々な塩の作り方や岩塩(塩の塊)等見て塩の大切さや必要性を学びました。また たばこについては昔の宣伝ポスターやたばこ屋さんの模型・世界各国のパイプたばこが展示してあり、パイプの彫刻のすごさに驚きました。自分は喫いませんが小さいころ父に頼まれて、買いに行っていた時の、たばこのパッケージが展示してあり懐かしく感じました。タバコは喫わない自分からすると、何がおいしいのかと考えてしまうばかりでした。



見学も終わり外に出てみると、みぞれから雪へと変わっていました。スカイツリーも展望台の部分が、雲に隠れて見えなくなっていました。

また大横川親水公園ではシリーズ完歩表彰を行い素敵な景品をいただきました。

今回は雨雪の影響を考慮して事故・ケガの無いようにゴールを猿江恩賜公園として終了することになりました。

今日参加された方には、物足りなさを感じる 1 日となりました。

(文：伊東 大輔)

2020年2月22日(土)

第141回定例ウォーク

北沢川緑道から羽根木公園の梅祭り

朝は、風が冷たく手がかじかむ程の寒さでしたが、空は青く「今日は天候にめぐまれて良かった」と思いながら上北沢駅に向かいました。

当日 新入会員が 1 名あり、会員 29 名、他協会 3 名、計 32 名で上北沢公園をスタートして将軍池公園に立ち寄る。北沢川の湧水でできたといわれる将軍池は水が綺麗で真っ白な羽に黄色いくちばしのガチョウが 5, 6 羽群れを作り、空気が澄んで清々しい気持がしました。北沢川緑道は小川のような水の流れがあり、その小川の流れに沿って遊歩道が設置され、水は透き通っていて整備されており、所々に濃いピンクの寒緋桜が咲き、いろんな雑木類が植えられて目を楽しませてくれました。

山下公園で小休憩。この頃から汗ばむ様な気温になり衣服の調整をする人もいました。更に緑道を進み、ユリの木公園の案内板があったが、私は球根のユリの花の群生を想像していたので、高くそびえる並木に<ユリの木>と書いた名札があり、びっくりしました。その葉もすっかり落ちて寒々としていた。

その後 2 両編成の電車が通過する東急世田谷線の山下駅を通り抜け、羽根木公園で昼食。公園内は白やピンクの梅の花がほぼ満開で、「世田谷梅祭り」

計 報

が開催されていて大勢の人で賑わっていた。最近の新型コロナウイルス感染拡大で、もしかしたら模擬店など自粛しているかも…と内心思っていたが、植木市、物産展、模擬店にも大勢の人々が集まっていた。私も、梅大福を買ったり甘酒を飲んだりした。世田谷区の防災備蓄品の期限切れになるビスケットを味見としていただき、防災クイズに答えてツナ缶1缶プレゼントしていただいた。公園は高台にあるせいにか強い突風が吹き砂煙が舞っており、気象庁は関東地方で春一番が吹いたと発表した。



昼食後は駒場野公園へと進み小休憩。東京大学駒場キャンパスを通り抜け、東北沢駅で解散しました。皆様お疲れさまでした。

(文：A・S)

2020年3月7日(土)

第41回カルチャーウォーク

浜離宮庭園の菜の花鑑賞と築地場外市場

新橋駅SL広場より31名でスタート。20分ほど歩いて浜離宮庭園へ。1時間各々で散策。

樹齢300年の「松」が圧巻のお出迎えしてくれた。その先には菜の花が曇り空に咲き誇っていました。6代将軍家宣が植えた300年の黒松、盆栽がそのまま巨大化したような幹の太さ、堂々たる姿を誇っていました。

潮入の池は海水を導き、潮の満ち引きによって池の趣を変えるもので、海辺の庭園で用いられた様式とのこと。庭園の真ん中に浮かぶようにあるお茶屋さんは改装中で、抹茶をいただけなくて残念でした。



当初徳川将軍家の鷹狩り場であったのが別邸となり、歴代将軍に愛された大名庭園。お正月には放鷹術の実演があり、日本の伝統と近代的なビル群のコントラストが日本的であるとして、外国人の来園が多いようです。

庭園を後にして豊洲市場へ向かう予定が、コロナウイルス感染防止のため見学中止となっており、変更して築地場外市場へ。

築地大橋、勝鬨橋を渡り、「かちどき 橋の資料館」前で解散となりました。美味しいお寿司をいただく方、買い物をする方と場外市場へと向かっていきました。

移転したのは場内市場だけ、場外市場は移転しないので、まだまだこれからも楽しむことが出来そうです。

(M・Ko)

鹿子木孝男 初代理事長を偲んで

2代目理事長 金子恵一

当会初代理事長の鹿子木孝男さんが、2月28日に91歳でご逝去されました。ここに謹んでご冥福をお祈りいたします。

私と鹿子木さんとの出会いは、平成8年第一回東京国際スリーデーマーチが武蔵野市中央公園で開催されたおり、ともに参加したのが始まりでした。

鹿子木さんは幼少時代から地図に関心があり、社会人になってからもその気持ちを持ち続け、仕事の関係もあって鉄道路線図や道路地図など、各種地図を手元に常時携帯するようになりました。

TV、新聞などで景色や事件などの報道があると、即座に地図を広げ、場所を確認する習慣が身についたそうです。

退職後はウォーキング活動で出会った日本ウォーキング協会 木谷専務理事に請われ、各種企画会議に参画したそうです。この会議で鹿子木さんの提案が採用され、実行に移されたものも数多くあったと聞いています。

またスリーデーマーチが武蔵野中央公園から小金井公園に移された際は、鹿子木さんの企画が多く採用され、その後日本ウォーキング協会メンバーと共にいろいろなウォーキングをするようになりました。

鹿子木さんはこの機会に、毎月例会、研究活動や講演会、会報の発行などを行う新たな組織「むさしの歩こう会」を立ち上げました。

その後歩きやすく安全な道を人々に取りもどし、組織の充実した活動を図ることを考え、NPOの資格を取得しました。会名を『NPO法人 むさしの歩こう会』に改名しました。日本全国に安全な歩行道路を作りたいとの壮大な考えの第一歩でした。

ウォーキングは健康増進、社会参加、歴史深訪など、豊かな生活を送る上の大きな支えとなる要素であります。

その鹿子木さんがお亡くなり、人生に必ず訪れる別れ、それが現実となりました。

私は鹿子木さんと共に歩み、多くの体験を共に過ごしました。鹿子木さんの知識の豊富さ、深さ、特に橋や河川の知識は大変なもので、東京都の専門機関も鹿子木さんと情報のやり取りを行っていたほどでした。

いくつになっても道半ばと常に探求心を持ち続け、少年のように「道」を追い続けた偉人 鹿子木さん。楽しい思い出がありすぎるのに、大変寂しく胸を締め付けられる思いでお別れの文章といたしました。鹿子木さんありがとうございました。

ホームページ情報

- [1]2020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9日(土)第144回定例ウォーク
『新緑の秋川溪谷と瀬音の湯』
- [3]会報第47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。

2019年度 シリーズウォーク表彰

「2019年度シリーズウォーク」で全5回完歩を達成された10名の皆様です。
おめでとうございます。

伊東 大輔・佐川 道利・下之園 久・田村 和美
鳥羽 昭・小泉 昌子・小松 巧・須藤 昭枝
平野 健・元木 満生

(敬称略)

『例会ウォーク』I V Vの記録

会員番号 222 埼玉県所沢市 ^{しちのその ひさし} 下之園 久

2018年6月9日 第125回定例ウォーク
「菖蒲の水元公園から柴又帝釈天」から
2020年3月7日 第41回カルチャーウォーク
「浜離宮庭園と築地市場」まで
参加回数 30回 歩行距離 276.5km

上記記録を達成されたことをここに証し、
その榮譽を称えます

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



2020年度 年会費納入のお願い

2020年度(2020年4月1日~2021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

会員ニュース

2020年3月24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 311 ^{しかその} 鹿園 みどり

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

