

# 海風と歩こう

3月・4月  
2019年 第60号

当協会の行事は全て会員以外の方も予約なしで参加できます。受付時間までに直接お越しください。

★★★ ヨコスカ ウオーキング協会のホームページアドレスです。★★★

[http://outdoor.geocities.jp/yokosuka0904\\_wa/](http://outdoor.geocities.jp/yokosuka0904_wa/)

ヨコスカ ウオーキング協会の2018年度(2019年3月末までの)  
全行事は、横須賀市の「後援」を受けています。



ヨWA 協会旗

## ◆例会紹介

★★ 3月23日(土)「通研通りの桜と野比川」 自由歩行

☎046-842-6117 川島

日付・距離	集 合 場 所	解 散 場 所	参 加 費
3月23日(土) 11km	浅間神社(京急・津久井浜駅) 受付 8:50~9:20 出発式 9:30	京急・YRP野比駅 13:30 迄	ヨコスカ会員・KWA 200円 他協会 300円、一般 500円

(コース)集合地→長沢中学校→NTT研究開発センター→光の丘水辺公園(WC)→京急・YRP野比駅



【光の丘水辺公園】

集合地を出て津久井小学校、湘南長沢グリーンハイツを抜け、久里浜霊園入口の橋を渡り長沢川沿いを長沢中学校へ。ここからNTT研究開発センター迄の約1.7kmを桜が両側に続きます。ゆっくり桜を楽しんでいただきます。桜が途切れた所で振り返ると桜並木が壮観。もう1か所養護学校から岩戸団地までの往復 約1.4km立派な桜並木が待ち構えています。桜を満喫した後、横須賀リサーチパークの中を光の丘水辺公園を目指します。ここで休憩(トイレ)を取ってしばらく行くと野比川の遊歩道に出ます。この川の両側にユキヤナギが目につきます。また、運が良ければ色々な野鳥も見つけられるかも。桜や野鳥を楽しみながら皆さんと歩きましょう。

★★ 4月27日(土)「横須賀 太田和つつじの丘」 自由歩行

☎ 046-842-6117 小沢

日付・距離	集 合 場 所	解 散 場 所	参 加 費
4月27日(土) 10km	衣笠栄町公園(JR・衣笠駅歩5分) 受付 8:50~9:20 出発式 9:30	林バス停 13:30 迄	ヨコスカ会員・KWA 200円 他協会 300円、一般 500円

(コース)集合地→山科台公園(WC)→太田和つつじの丘(昼食・WC)→荻野川遊歩道→林バス停

衣笠から昨年開通した新道を経由し山科台を通り太田和つつじの丘に向かいます。衣笠山公園を通らずに迂回するので、楽なコースになっています。太田和つつじの丘では、4月下旬から5月上旬にかけて斜面に約5万本のつつじが開花します。つつじの丘に登ると天気の良い日は、大島も見渡せます。つつじに囲まれて昼食をとるのもいいでしょう。帰り道は、荻野川の遊歩道を通って横須賀市民病院前を通過、林バス停のゴールに向かいます。



【太田和つつじの丘】

◎ゆっくり悠遊ウオーク(ミニウオーク)

★★ 3月26日(火)「くりはま花の国(春の花を訪ねる)」

☎046-842-6117 川島

日付・距離	集合場所	解散場所	参加費
3月26日(火) 5km	京急久里浜駅改札前 受付 9:30~9:50 出発式 10:00	京急久里浜駅 12:30頃	ヨ WA100円、KWA200円 他協 300円、一般 500円

(コース) 集合地→八幡公園→くりはま花の国プール側入口→冒険ランド(WC)→ポピー園側入口→ゴール

駅で受付したのち八幡公園に移動。ここでストレッチを終えて出発します。「久里浜天神社」の前を通り用水脇をまっすぐ進み、JVC 技術研究所前の信号を右折、くりはま花の国入口(プール側)からいよいよ園内に入ります。周りには「四季の花畑」が皆さんをお待ちしています。ここからは、緩い上りになります。右手には久里浜港、房総半島が一望でき楽しみながら行きます。途中、「ハーブ園」では足湯(30分程時間を取ります。タオル持参)、つばき園では各地の200種300本の椿を楽しもうと思います。「冒険ランド」ゴジラの前で一休み。ここからは下りになります。眼下に「ポピー園」が広がり楽しめます。



【花壇】

★★ 4月9日(火)「春の小網代の森散策」

☎046-842-6117 村上

日付・距離	集合場所	解散場所	参加費
4月9日(火) 6km	京急・三崎口駅改札前 受付 9:30~9:50 出発式 10:00	京急・三崎口駅 12:30頃	ヨ WA100円、KWA200円 他協 300円、一般 500円

(コース) 集合地→飯盛仲田公園→北尾根入口→WC・白髭神社→えのきテラス→引橋入口→京急・三崎口駅



【小網代の森・干潟】

御用邸道路を左折して野菜畑の高台に上がると相模湾に浮かぶ富士山が望めます。北尾根入口より一気に小網代湾に降りると引き潮時には干潟で無数の蟹達が求愛ダンスを踊る様子に心が弾みます。小網代の森は浦の川の集水域として森林、湿地、干潟及び海までが連続して丸ごと残されている東海、関東地方で唯一の自然環境と言われています。アカテガニや日本最大級の蝶モンキアゲハなど2000種以上の貴重な動植物が生息しています。湿地帯には歩きやすい散策木道があり小さい尾瀬ヶ原を歩いている感じで数多くの珍しい植物を観察しながらえのきテラス、白髭神社、やなぎテラスを巡り引橋入口よりゴールの三崎口駅を目指します。

★★ 4月25日(木)「大塚古墳と総会ウオーク」

☎046-842-6117 小沢

日付・距離	集合場所	解散場所	参加費
4月25日(木) 6km	京急久里浜駅改札前 受付 9:30~9:50 出発式 10:00	京急大津駅 12:00頃	ヨ WA100円、KWA200円 他協 300円、一般 500円

(コース) 集合地→大塚復元古墳→山手中央公園(WC)→諏訪神社→京急大津駅

大塚古墳は三浦半島最大の前方後円墳で、標高77m前後の山頂部にありました。土地区画整理事業により姿を消してしまいましたがその姿を後世に伝えるためここに復元しました。あずま屋には近くの遺跡等の説明もあり、昔のことを考えてみるのはいかがでしょうか？

この後、横横道路の上にある山手中央公園を歩いていきます。安房口神社の前を通り、下りていきます。諏訪神社を通過して、京急大津駅前解散です。総会参加の方には、会場の大津コミュニティーセンターをご案内します



【大塚復元古墳】

## ◆例会に参加して

### ☆☆1月13日(日)「走水から望む冠雪の富士」

防大への長い坂道を上ると体が温まってきた。坂の途中で振り返ると見えるはずの富士山が見えない。防大のグラウンドを横目で見ながら森を抜け、坂を下ると走水の海が見えてきた。破崎緑地の展望台から見えるはずの富士山が見えない。天気は晴れていたが遠くはもやっていてクッキリ見えないのである。ヴェルニーの水に立ち寄り、馬堀海岸プロムナードを海を見ながら歩く。やがて、大型店舗やモールが並ぶ町中へ。富士山は見えなかったが天気がよかったのでウォーキングを楽しめた。



【馬堀海岸プロムナード】

## ◆ゆっくり悠遊ウォークに参加して

### ☆☆1月15日(火)「三戸海岸から富士を望む」



【野菜畑】

白銀の富士山を期待して参加しました。集合場所の京急・三崎口駅に着くとハッキリしない空模様、ダメかと思いつつ野菜畑に向かったがやはり富士は見えず残念。大根畑を通り過ぎ、三戸海岸に降り立つと新春にふさわしい波おだやかな相模湾が出迎えてくれた。富士山が見えず、残念だったが5kmのウォーキングを楽しんで帰路につきました。(Y.M)

### ☆☆2月9日(土)「ウォーキングサインを探して歩こう」

前日の天気予報は、朝7時ごろから雪が降るということで不安でしたが、寒い中スタートしました。ウォーキングサインを見つけながらすすみ、うみかぜの路を雨や風に吹かれ進んで行くと、降っていた雨も止み、身体も温かくなり海を眺める余裕も出てきました。海はうねりがあったが意外と見晴らしが良く、ゴールでは市民活動センターで「のたろんフェア 2019」が開催され、入口にはのたろんが迎えてくれ思わず顔がほころびました。

予報の雪も降られず無事にウォーキングが出来て良かったです。(C. M)

## 【2019年通常総会のお知らせ】

通常総会を開催します。会員の皆様は、是非ご出席ください。

日時 2019年4月25日(木) 「大塚古墳と総会ウォーク」終了後 13:00～

場所 大津コミュニティセンター(大津行政センター内) 京急大津駅から2分

住所:239-0808 横須賀市大津町 3-34-40 ☎046-835-2872

議題 ①第10期事業報告、会計報告 ②第11期事業計画、予算報告 ③役員改選 ④その他

## 【2018年度パスポート完歩者】

### ★ヨコスカ WA パスポート完歩者(順不同・敬称略)

(12回) 平野 勇、福本悦哉、吉田雅敏、小坂井桂子、簗島義之、門松淑子、又江正治、川島憲雄

(11回) 菅野憲治、小宮善徳、樋渡佑三郎、平田博文、立石栄男、金川善英、村上良二、  
岩崎春代、佐藤泰彦、福田 忍、石川 勝、永塚正彦、吉田 忠

(10回) 横木康夫、近藤廣實、飯塚一郎、清水達哉、鈴木哲夫、佐藤孝子、河合久嗣、梅崎淳次、  
藤井 誠、高原 展、

### ★KWAパスポート完歩者(順不同・敬称略)

100～149回 高橋伸和、福本悦哉

50～ 99回 新田 滋、佐藤泰彦、小沢一智、桑田康治、金川善英

25～ 49回 門松淑子、栗山幸三、松川 熙

◆◎◆次回 案内◆◎◆

例 会	ゆっくり悠遊ウオーク
5月31日(金) 八景島のアジサイ	5月14日(火) 伊藤博文別邸と明治憲法ゆかりの地
6月 9日(日) KWA パスポートシリーズ⑥ 三浦台地と和田義盛の旧里を征く	6月11日(火) 妙音寺のヤマユリと水間様 6月28日(金) 半夏生と光の丘水辺公園

◆ 新会員紹介 ◆ 皆さんよろしくお願ひします。

1月入会……魚住佳子さん 小山扶美さん

《《《 2019年 ウォーキング教室のお知らせ 》》》 (雨天中止)

開 講 日	2月23日(土)	3月30日(土)	4月20日(土)
-------	----------	----------	----------

- 集合時間・場所… 9:30～10:00 京急・横須賀中央駅 改札前 Y デッキ
- 終了時間・場所… 14:00 頃 京急・横須賀中央駅付近
- 受 講 料……… 500円
- 持 ち 物 …… 弁当・飲料・大きめの敷物  
歩きやすい服装・帽子・履き慣れた靴でご参加ください。

プログラムの内容 (雨天中止)	
10:10 ~ 12:00	実技
12:00 ~ 12:30	昼食
12:30 ~ 14:00 頃	
	約4kmのミニウオーク

受講者募集

ウォーキングは、手軽で簡単な運動ですが効果を上げるには長く継続することが大切です。良い姿勢・歩く速さ・歩幅等を心掛け美しく効果的な歩き方を身につけましょう。ご参加お待ちしております。



【歩き方チェック】



【クールダウンストレッチ】



【歩幅の測定】

《 年会費の更新のお願い 》

下記の方は、間もなく年会費の更新時期を迎えます。該当の会員様は、継続の手続きをお願い致します。年会費は正会員2,000円家族会員1,000円です。同封の用紙でお振込み頂るか、例会又はウォーキング教室で受付いたします。 ※ 会員の有効期限は会員証に記入されています。

- ☆ 早急に納入の方 ……1-0058 1-0090 1-0132 1-1150 1-1155 1-1160 1-1161 1-1167 1-1173 1-1182
- ☆ 3月更新の方 ……1-0002 1-0004 1-0005 1-0006 1-0007 1-0014 1-0029 1-0030 1-0135 1-0136 2-0137  
1-0142 1-0143 1-0144 1-1154 1-1168 1-1187 2-1188 1-1189 1-1190 1-1191 1-1192  
1-1193
- ☆ 4月更新の方 ……1-0032 1-0145 1-1157 1-1176 1-1194

Asahi アサヒビール  
洗練された  
クリアな味、辛口。  
SUPER  
“DRY”  
ビール 飲酒は20歳になってから。飲酒運転は法律で禁止されています。ほどよく、楽しく、いいお酒。 アサヒビール株式会社 お酒

(アサヒビール株式会社様から後援を戴いております)

★★★ 会員募集中 ★★★  
一緒に歩きましょう。参加お待ちしております。  
スタッフ募集 “ご連絡ください。”  
(例会のお手伝いをしていただける方)

★★★★★★★★★★★★★★★★★★

発 行	ヨコスカ	ウォーキング協会
事務局	☎・Fax	046-842-6117 川島
広報担当	☎	046-804-9876 小沢