

# 海風と歩こう

11月・12月  
2019年 第64号

掲載の行事は全て会員以外の方も予約なしで参加できます。  
受付時間内に直接お越しください。

**2019年度の全行事は、横須賀市の後援を受けています。**

★★★ 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://yokosuka-wa.pepper.jp/>



ヨコスカ ウオーキング協会旗

## ◆例会紹介

★★ 11月9日(土) 「金田湾から小網代の森へ」 自由歩行 ☎ 046-852-5949 蓑島

日付・距離	集合場所	解散場所	参加費
11月9日(土) 12km	京急・三浦海岸駅前広場 受付 8:50~9:20 出発式 9:30	京急・三崎口駅 14:00 迄	ヨ WA・KWA 200円 他協 300円、一般 500円

(コース) 集合地→金田漁港(WC)→三浦合同庁舎→白髭神社→小網代の森(WC)→三崎口駅

集合地をスタート、間もなく金田湾を望む三浦海岸に入ります。海岸沿いに整備された遊歩道を歩き、途中県道215号線に上がり金田漁港へ。漁港から色付き始めた山道を上り、山上の道路に。両側に野菜畑が広がります。ここからは右に金田湾と左に遠く相模湾を望むことができます。やがて市街地へ下り、三崎警察署前の横断歩道を渡り、住宅街を経て、小網代の森公園へと向かいます。公園は関東、東海地方で唯一残されている源流のある森と干潟と海の生態系がつながっている貴重な場所です。コースは海から源流に上ります。自然豊かな秋の小網代の森をお楽しみください。森から上がるとゴールの三崎口駅へはもうすぐです。



【小網代の森】

★★ 12月7日(土) 「軍港を巡る(本港と予科練発祥の地)」 自由歩行 ☎ 046-842-6117 川島

日付・距離	集合場所	解散場所	参加費
12月7日(土) 12 km	ヴェルニー公園 (京急・汐入駅歩5分、JR 横須賀駅歩7分) 受付 8:50~9:20 出発式 9:30	京急・追浜駅 14:00 迄	ヨ WA・KWA 200円 他協 300円、一般 500円

(コース) 集合地→安針台公園→海上自衛隊自衛艦隊司令部→深浦ポートパーク(WC)→第三海堡遺構→ゴール



【横須賀港】

スタートして間もなく細い階段を上ります。安針台公園に至る上りですが、ここでほっと一息ついて見下ろすと、そこには横須賀本港が一望できる絶好のビューポイントがひろがります。さらに安針台公園からは、停泊中であれば全長333メートルの原子力空母の雄姿が望見できます。海上自衛隊第二術科学校を過ぎ、長浦港に出ます。そこには今建設中の自衛艦隊司令部があり、その前に浮かぶのは最新鋭の掃海艇群です。先に進むと貝山緑地に着きます。ここは予科練誕生碑がありさらに進むと東京湾第三海堡遺構施設に至ります。このコースは変化する現在の軍港の姿や歴史を物語る旧建物が残っています。ぜひ皆様の参加をお待ちしています。

◎ゆっくり悠遊ウォーク(ミニウォーク)

★★ 11月3日(日)「観音崎フェスタ(灯台・美術館巡り)」

☎ 046-842-6117 村上

日付・距離	集合場所	解散場所	参加費
11月3日(日) 6km	京急・馬堀海岸駅改札前 受付 9:30~9:50 出発式 10:00	横須賀美術館前 12:30 頃	ヨ WA100 円、KWA200 円 他協 300 円、一般 500 円

(コース)集合地→防大正門前→森のロッジ(WC)→観音崎灯台→観音崎フェスタ会場 →横須賀美術館前

神奈川県立観音崎公園は、かながわの景勝 50 選にも選ばれた公園です。三浦半島の東京湾に面した場所にあり、海や森などの豊かな自然を満喫できる上に、遊具やアスレチックもあって大人から子供まで楽しめる自然のテーマパークです。周りには横須賀美術館、観音崎自然博物館などがあり、横須賀の自然・文化に親しむことができます。日本最初の洋式灯台、観音崎灯台からは、東京湾を一望でき浦賀水道を通る様々な船を見ることができます。ゴールの横須賀美術館は、文化の日当日で無料観覧日になっています。ごゆっくりお楽しみください。



【観音崎公園】

★★ 11月19日(火)「オレンジロードから津久井浜」

☎ 046-866-4103 又江

日付・距離	集合場所	解散場所	参加費
11月19日(火) 5km	京急長沢駅前広場 受付 9:30~9:50 出発式 10:00	京急・津久井浜駅 12:30 頃	ヨ WA100 円、KWA200 円 他協 300 円、一般 500 円

★(コース) 集合地→津久井小学校→農業用ため池→みかん畑→津久井公園(WC)・観光案内所→津久井川遊歩道→津久井浜駅



【観光農園のみかん畑】

津久井小を過ぎて、ハイキング道に入ると一転のどかな畑の景色に変わります。やがて、ため池辺りからみかん畑になり、頃は、晩期ですが、たわわなみかんが見られると思います。畑の間のゆるやかな坂を上り切った先は、三浦富士の「中の浅間神社」の脇です。尾根道で視界がひろがります。案内標識で右に折れるとほどなく津久井浜の観光農園です。いちごとみかん狩りで賑わう観光名所です。トイレ休憩を兼ねて、観光案内所(直売センター)で時間をとった後、津久井川の遊歩道を通してゴールの津久井浜駅へ向かいます。

★ 12月10日(火)「富士を見ながら三浦の台地を歩く」

☎ 046-852-5949 簗島

日付・距離	集合場所	解散場所	参加費
12月10日(火) 5km	京急・津久井浜駅改札前 受付 9:30~9:50 出発式 10:00	すかなごっそ 12:00 頃 (京急・三崎口駅バス 9 分)	ヨ WA100 円、KWA200 円 他協 300 円、一般 500 円

(コース)集合地→農道(庚申塔)→旭小学校入口→川名農園→すかなごっそ

津久井浜駅から丘に登るとのどかな農道が続きます。時折出会う軽トラに気を付けながら歩きます。天気がよければ富士山が大きく見えます。富士山を背景に相模湾の海と三浦の台地の風景がみられることもあります。畑で働く農家の人々の姿に頭が下がり、農道脇の庚申塔に歴史を感じながら進みます。やがて、県道を渡り、森林の小道を抜け、住宅地に下ります。高速道路建設現場の脇を通り、再び農地が広がる農道を歩きます。見晴らしの良い 360 度見渡せる台地の上から遠くにゴールの大型農産物直売所「すかなごっそ」の建物が見えてきます。



【遠くに富士を見る】

## ◆例会に参加して

### ☆☆7月 21日(日)「横浜 港の見える丘公園」

神奈川県新聞の記事に誘われて参加したが、自由歩行とある。最後までコースどおり歩けるのか心配だった。歩きだして直ぐ、心配していたのが杞憂であったことが分かった。ヤバリとチョークによる誘導、地図の適切な書き込みに迷うことなく歩けた。山手通りから外人墓地、港の見える丘公園、山下公園と歩くに従い、若かりし頃(50年程前か)の思い出が一気に蘇ってきた。これも自由に歩けたお蔭、楽しいウォーキングに感謝です。 M.M

### ☆☆8月 17日(土)「浦賀みなと祭へ GO! 2019」

超大型台風 10 号通過の影響が残る集合地の町内会祭会場は猛暑であったが浜からの風が強く、多少助かった。夕涼みウォークということで午後4時の出発であったが、未だ陽射しは強く、日陰が恋しかった。海岸通りまでは団体歩行。野比海岸公園から浦賀水道を行き交う大小の船を眺めながらのウォーキング。千駄ヶ崎隧道に入り、トンネルを吹き抜ける強い風にホッとする。解体工事が進む元東京電力横須賀火力発電所を見ながら歩き、ペリー公園前で中間チェックを受けた。船番所跡の花火大会会場は老若男女の人々でごった返していた。暑かったが浜風に助けられたウォークでした。 Y. M



【ペリー公園前】

### ☆☆9月 14日(土)「子安の里と葉山の海」



秋を感じる気候となったこの日、コースは衣笠から三浦半島中央部を横断し相模湾沿いの海岸を逗子まで北上するルート。先ず起伏のある道を通り、27号線に出て大沢橋入り口より湘南国際村へ向かう。途中心地よい風に吹かれるも、台風15号の爪痕の倒木に心を痛める。では倒れた稲を収穫する秋の情景に出会う。チェックポイントのコース最高地点では、相模湾の雄大な景色が目に入ってくる。その後一気に海岸まで下り、相模湾沿いに北上。葉山公園で昼食休憩後、浜辺で過ぎゆく夏を楽しむ家族を見ながら逗子のゴールに到着した。 T.I

【上山口の棚田】

## ◆ゆっくり悠遊ウォークに参加して

### ☆☆9月 10日(火)「鷹取山と南郷公園」 コース担当(後記)

猛烈台風 15 号の翌日のウォークとなりました。鷹取公園を出発して直ぐ目に付いたのは台風でえぐられた家屋でした。屋根と横の壁が吹き飛ばされて家の中が丸見えになっていました。台風のもの凄さを目にしました。そして、鷹取山の登り口に着くと立入禁止の立て看板が道をふさいでいました。朝5時に起きて、人ひとり通れるように鋸と剪定鋏で整備してきたので、強行突破も考えましたが、やはり断念しました。冷静に考えると止めても良かったです。今年一番の熱さの中、倒木などで危険な道を歩くのは無謀なことでした。後日、確認に行ってみたら写真のように大きな木が何十本も倒れ道をふさいでおりました。参加者の皆様には、鷹取山にも南郷公園にも行けず、本当に申し訳ありませんでした。安全で快適なウォーキングをしてもらおうことを目指していますので、ご理解ください。



【道をふさぐ倒木】

### ☆☆9月24日(火)「相模湾一望のソレイユの丘」



【相模湾一望のソレイユの丘】

初めて参加してみた“ゆっくり悠遊ウォーク”。暑すぎた日も落ち着き、ソレイユは行ってるけど、三崎口から歩いた事はなかったので、とても楽しみでした。のどかな景色の中を、とても清々しく、また、協会の方々もとても優しく、またとても博識で、専門知識を教えてください、歩きながらとても勉強になりました。ただ、家路に着いた頃にはすっかり忘れてしまったので、また参加して、教えて欲しいなって思ってます。(S)

◆◎◆次回 案内◆◎◆

例 会	ゆっくり悠遊ウオーク
1月 8日(水) 横須賀 パワースポットを巡る	1月 7日(火) 開運 横浜金澤七福神(パート1)
2月22日(土) 河津桜と菜の花	1月14日(火) 開運 横浜金澤七福神(パート2)
	2月 8日(土) のたろんウオーク(横須賀港の景勝を巡る)

◆ 新会員紹介◆ 皆さんよろしくお願ひします。

8月入会・・・ 蛭田幸男さん  
 9月入会・・・ 梅沢なみよさん

《《《 2019年 ウオーキング教室のお知らせ 》》》 (雨天中止)

開 講 日	10月26日(土)	11月30日(土)	12月14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(12:00)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

ウオーキングは、手軽で簡単な運動です。運動の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。



【歩行チェック】



【歩幅測定】



【クールダウン・ストレッチ】

《 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。  
 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くか、例会又はウオ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 …… 1-0080 1-1181 1-1147 1-1148
- ☆ 11月更新の方 …… 1-0081 1-0083 1-1182 1-1197 1-1198
- ☆ 12月更新の方 …… 1-0028 1-0054 1-0058 1-0088 1-0127 1-1162 1-1199 1-1200



(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。”**  
 (例会のお手伝いをさせていただける方)

★★

発 行	ヨコスカ ウオーキング協会
事 務 局	☎・Fax 046-842-6117 川島
広 報 担 当	☎ 046-804-9876 小沢