

海風と歩こう

5月・6月
2021年 第70号



ヨコスカ ウオーキング協会旗

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。
ホームページ等で例会開催確認の上、受付時間内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://yokosuka-wa.pepper.jp/>

◆例会紹介

★★ 5月4日(火・祝)「太田和つつじの丘」 自由歩行 ☎ 046-804-9876 小沢

日付・距離	集 合 場 所	解 散 場 所	参 加 費
5月4日(火・祝) 11km	衣笠栄町公園(JR・衣笠駅歩5分) 受付9:45~10:15 受付後随時出発	JR・衣笠駅 13:30迄	ヨWA・KWA 200円 他協300円、一般500円

(コース)集合地→太田和街道入口→太田和つつじの丘(WC)→山科台公園(WC)→衣笠十字路→ゴール



【太田和つつじの丘】

衣笠から平作トンネル、太田和街道を經由し、太田和つつじの丘に向かいます。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5万本のツツジが開花します。あずま屋付近はクルメツツジ、中腹から頂上付近は、ヒラドツツジが主となっています。今年は、コロナ禍の影響で、ツツジフェスタ 2021 は中止ですが、周遊路を自由に楽しんでください。頂上に登ると天気の良い日は、大島も見渡せます。帰り道は、山科台公園から北武に下り、三崎街道をまっすぐ衣笠十字路まで進みます。

★★ 6月6日(日)「八景島のアジサイ」 自由歩行 ☎ 046-866-4103 又江

日付・距離	集 合 場 所	解 散 場 所	参 加 費
6月6日(日) 10km	谷津公園(京急・金沢文庫駅歩5分) 受付9:45~10:15 受付後随時出発	八景公園付近(京急・シーサイドライン 金沢八景駅数分) 13:30迄	ヨWA・KWA 200円 他協300円、一般500円

(コース) 集合地→松風公園→柴町→八景島→海の公園→夕照橋→金沢八景駅

八景島は、四季おりおり、花の楽しめるスポットです。この時季は、アジサイの島となります。原種に近いガクアジサイ18,000株を中心に、華やかな西洋アジサイも数多く咲き誇ります。当日が、アジサイの花の盛りに合うことを願っています。

今回のウォークは、金沢文庫駅から、金沢プロムナードを一部歩き八景島に至り、八景島大橋を経て、野島公園、金沢八景駅に至る10kmのコースです。



【八景島のガクアジサイ】

◆ゆっくり悠遊ウォーク(ミニウォーク)

★★ 5月11日(火)「春の小網代の森」

☎ 080-3545-7022 村上

日付・距離	集合場所	解散場所	参加費
5月11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→北尾根入口→えのきテラス→WC→白髭神社→やなぎテラス→引橋入口→ゴール

小網代の森は、河川流域全体の生態系が保たれた、関東・東海地方で唯一の自然の公園です。

貴重な絶滅危惧種を含む 2,000 種以上の動植物が生息しています、小網代の森には全長 1.3 kmのまるで尾瀬を想わせる木製の遊歩道があり、歩きやすく、ゆっくり周りの動植物を観察できる、大人気の散策コースです。御用邸道路を左にとり、紺碧の相模湾に浮かぶ江の島、富士山の絶景大パノラマを、眺めながら高台の野菜畑を進みます、北尾根入口より一気に小網代湾に降ります、砂浜では無数のチゴガニが求愛ダンスをしています。咲き誇る数多くの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。



【小網代の森】

★★ 6月8日(火)「14万株のハナショウブ(横須賀しょうぶ園)」

☎ 080-3545-7022 村上

日付・距離	集合場所	解散場所	参加費
6月8日(火) 5km	東逸見2丁目公園(京急・逸見駅歩2分) 受付 9:30~9:50 出発式 10:00	横須賀しょうぶ園 12:00 頃	ヨ WA 100 円、KWA200 円 他協会 300 円、一般 500 円

(コース) 集合地→京急・逸見駅→坂本公園・WC→平作住宅入口→栄地谷公園・WC→ゴール



【カキツバタ、ハナショウブ、アヤマの花の違い】

412 品種、14 万株のハナショウブの競演を堪能しましょう、落ち着いた青紫色のすっとした草姿は清楚で古風な万葉の雰囲気を醸し出す“花しょうぶ”は初夏を告げる花です。横須賀しょうぶ園には先ず大きな「すいれん池」があり、神聖で清純な睡蓮が出迎えてくれます、「しょうぶ苑」の他に「しゃくなげ苑」や「ふじ苑」があり残り花が見られるかも知れません、6月に見られる

花はアジサイ、ギボウシ、ヘメロカリスなどです。

逸見駅そばの東逸見2丁目公園を出て逸見駅のガードを潜り、坂本隧道を抜けると坂本公園に出ます、緑に囲まれた裏道を通り平作住宅に入り、栄地谷公園前からゴールの横須賀しょうぶ園に向かいます。尚、花の観察はできますが、新型コロナウイルス感染症拡大防止の為、今年も花しょうぶ祭りのイベントや模擬店はありません。入園される方は大人 320 円です。

◆ゆっくり悠遊ウォークに参加して

☆☆4月 13日(火)「水辺公園のニリンソウ」

今日はみごとに曇雨の天気予報がはずれて 最高のニリンソウ ウォークになりました。ニリンソウや フリンソウもあり とても楽しいウォーキングでした。又 M さんの 素晴らしい花ばなし とても 楽しかったです。
傘の出番もなく 風も気持ち良くて 最高でした。感謝です。
“コロナでも 見て楽し ニリンソウ” S.S



【ニリンソウを観察する参加者】

【2020年度パスポート完歩者】

★ヨコスカウォーキング協会では、コロナ禍で例会中止のため年間完歩者はありません。

★KWA パスポート完歩者(順不同・敬称略)

50～99回 高橋伸和 福本悦哉

25～49回 金川喜英

★★ ご参加の皆様へ

活動再開に当り、“新型コロナウイルス”感染防止対策として、次の様にお願いを申し上げます。

“新型コロナウイルス”は、これまでの知見によると

①感染して、全く自覚症状が無い段階で、既に他を感染させるウイルスをまき散らすこと

②感染力が非常に強いこと

が窺えます。そこで、「お互い様」の気持ちで、“うつさない、うつされない”ため ご協力をお願いします。

参加の皆様へ ご案内とお願い(新ヨコスカスタイル)

1. 体調に不安のある時、体調不良の時、発熱の時は、参加を控えてください。
2. マスクを着用してご参加ください。(フェイスシールド類のみでの参加は、ご遠慮ください。) ソーシャルディスタンス(2m)がとれないときは、マスクを外さないでください。
(出発までは、必ず着用する)
3. 集合時間を遅くしました。(ラッシュアワーを避けるためと「普通」等空いている列車の利用)
4. 集合後は、アルコール等薬液の手・指へのスプレー及び検温の実施にご協力ください。
(手・指の消毒と検温)
5. 健康申告カードに参加カードを添えて参加申し込みをしてください。(参加費は釣銭なく)
6. 出発式は、“密”の心配があるので、行ないません。
7. 揃ってのストレッチ(体操)は、行いしません。“密”に気を付けて、各自でお願いします。
8. 例会では、自由歩行を採用します。また、コース途中での昼食不要のように、距離を短くしています。
ゆっくり悠遊ウォークでは、ソーシャルディスタンスをとった歩行とします。
9. 歩行中のマスクは、街中では着用を原則とし、自身の責任と判断で、着脱をお願いします。
(熱中症にも気を付ける)
10. 参加後、帰宅したら手洗いを励行ください。
11. 万一、参加後14日以内にコロナウイルス感染が判明した時は、必ず、当会へご連絡ください。

◆◎◆次回案内◆◎◆

例 会	ゆっくり悠遊ウオーク
7月25日(日) 横須賀 臨海公園巡り	7月8月は猛暑が予想されるためお休みします

《《《 ウォーキング教室のお知らせ 》》》 (雨天中止)

開 講 日	4月24日(土)	5月29日(土)	6月26日(土)
-------	----------	----------	----------

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	4km程度のミニウオーク

- 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、マスク着用
歩きやすい服装・帽子・履き慣れた靴でご参加ください。

ウォーキング教室受講者募集

ウォーキングは、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。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くか、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・・・ 1-0032 1-0080 1-0142 1-0143 1-0144 1-1176 1-1184 1-1190 1-1197
- ☆ 5月更新の方・・・ 1-1178 1-1179
- ☆ 6月更新の方・・・ 1-0076 1-0118 1-1171

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

★★★★ 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の方)
★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★★

発行	ヨコスカ	ウォーキング協会
広報担当	小沢	☎ 046-804-9876

(アサヒビール株式会社様から後援を戴いております)