

海風と歩こう

9月・10月
2023年 第84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。
ヨコスカ ウオーキング協会の2023年度(2024年3月まで)の全行事は、
横須賀市の「後援」を受けています。



ヨコスカ ウオーキング協会旗

★★★ 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。★★★

直近の情報チェックはこちらで! <http://yokosuka-wa.pepper.jp/>

◆例会紹介

★★ 9月2日(土)「武山と砲台山」 自由歩行

☎ 046-804-9876 小沢

日付・距離	集 合 場 所	解 散 場 所	参 加 費
9月2日(土) 12km	浅間神社前(京急・津久井浜駅歩1分) 受付8:50~9:20 スタート9:30~	八幡公園(京急久里浜駅 歩5分) 14:00まで	ヨWA・KWA 200円 他協300円、一般500円

(コース)集合地→津久井公園(WC)→武山(WC)→砲台山→光の丘水辺公園(WC)→栗田小学校→ゴール



【砲台山のアンテナ群】

初秋の武山を登ります。津久井公園を過ぎてから登山道を一気に登るため、健脚向きのコースです。武山の展望台では、360°のパノラマです。北の方角は大楠山があり、南の方には砲台山が見えます。空気が澄んでいれば、富士山や房総半島も展望できます。砲台山には、砲台跡があります。下山した後は、YRP内を進み、光の丘水辺公園で休憩ができます。トンネルを通り、栗田小学校の横を経由してハイランド、地獄坂へと進んでいきます。元気に歩きましょう。

★★ 10月2日(月)「荒崎・潮騒の道」 自由歩行

☎ 046-804-9876 小沢

日付・距離	集 合 場 所	解 散 場 所	参 加 費
10月2日(月) ①9km②11km ③15km	三浦海岸駅前広場 受付9:15~9:45 スタート9:30~	①荒崎公園 13:00まで ②ソレイユの丘 13:00まで ③三崎口駅 14:00まで	ヨWA・KWA 200円 他協300円、一般500円

(コース)集合地→三浦縦貫高円坊入口→富浦公園(WC)→①荒崎公園(WC)→②ソレイユの丘(WC)→長浜海岸→三浦アリーナ

神奈川県景勝50選になっている荒崎公園に行きます。弁天島付近の橋が崩壊しているため、関東ふれあいの道もソレイユの丘を通るコースに変更されています。今回は三浦海岸駅前からスタートをして、延長された三浦縦貫道脇の歩道を通り、轡堰(くつわざき)、富浦公園に進みます。小田和湾の岸壁堤防も新しく補修され歩き易くなりました。荒崎公園も整備されています。今回は、荒崎公園と、ソレイユの丘で、1次2次解散をすることにしました。今年4月にリニューアルしたソレイユの丘で、楽しんではいかがでしょうか。ただし、三崎口まで行く方は、12:00までに通過してください。



【荒崎公園】

◆ゆっくり悠遊ウォーク(ミニウォーク)

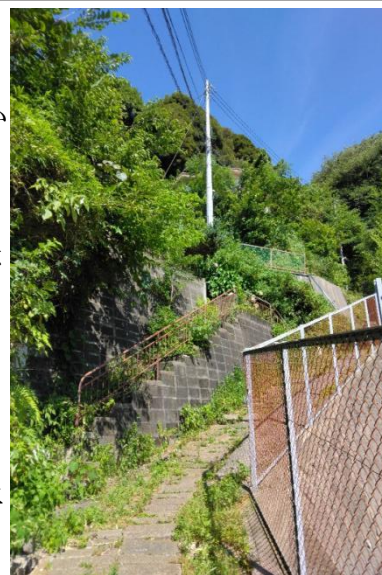
★★ 9月19日(火)「秋の七草を求めて—追浜秘境巡り」

☎ 080-3545-7022 村上

日付・距離	集合場所	解散場所	参加費
9月19日(火) 5km	京急・追浜改札前 受付9:30~9:50 出発式10:00	京急・追浜駅付近 12:30頃	ヨWA100円、KWA200円 他協300円、一般500円

(コース)集合地→雷神社→傍示堂→和田山下り階段→追浜公園(WC)
→第二の秘境(隠れ茶屋)→最後の秘境→京急・追浜駅

追浜駅の直ぐ北にある雷神社は、浦郷村の鎮守で、祭神は炎雷神(ほのいかずちのみこと)です。徳川家康によって社領二石のご朱印地とされた由緒ある神社です。鷹取山から伸びる天神山脈は、武蔵の国から相模の国に入る浦賀みちの最初の難関とされていた険しい山でした。旅の安全祈願をしたお地蔵さん、庚申塔等の石仏が傍示堂の中に収められています。天神山脈の先端である和田山の東側の階段を降り、鷹取川を渡り、追浜公園に向かいます。夏島小学校の裏山、第二の秘境からは追浜の街、野島、八景島が一望できます。追浜は日本海軍航空発祥の地であり海軍技術工廠(工場)が建ち並んでいました。いち早く飛行場ができ、ライト兄弟が飛行に成功した10年後の明治45年に日本海軍機の初飛行に、ここ追浜で成功している。追浜東町から浦郷小学校裏の小路を上ると最後の秘境です。そこからは東に東京湾と房総半島が望め、西側には鷹取山、富士山が見える絶景ポイントです。秘境に点在する秘境屋敷を通る細い路を降りると追浜駅近くの商店街に出ます。追浜の街を、山野草を観察しながら一周するコースです。



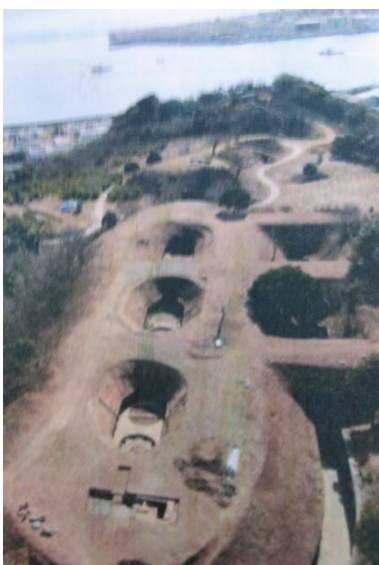
【追浜の秘境】

★★ 10月15日(日)「東京最大の要塞—千代ヶ崎砲台跡」

☎ 080-3545-7022 村上

日付・距離	集合場所	解散場所	参加費
10月15日(日) 7km	京急久里浜駅改札前 受付9:30~9:50 出発式10:00	京急・浦賀駅 12:30頃	ヨWA100円、KWA200円 他協300円、一般500円

(コース)集合地→JR・久里浜駅前信号→夫婦橋→開国橋→旧川間隧道→千代ヶ崎砲台跡(WC)



【千代ヶ崎砲台跡】

→燈明堂入口信号→西渡船場(WC)→京急・浦賀駅

京急久里浜駅西口を出てJR・久里浜駅前信号から平作川に沿って久里浜港の開国橋を目指します、1853年7月(嘉永6年)米国フィルモア大統領の日本開国を求める国書をもって、ペリー提督が上陸した久里浜港です。翌年には日米和親条約が結ばれ日本は200年以上に渡って続けてきた鎖国を解き、開国をしました。旧川間隧道を抜けて右に向かい、標高65mの千代ヶ崎台(平根山)に登ると東京湾最大の要塞であった千代ヶ崎砲台跡があります。その高台からは東京湾の浦賀水道を一望でき、房総半島もすぐ近くに見ることができます。千代ヶ崎砲台は江戸時代に会津藩により台場が造られた平根山に明治25年から明治28年にかけて陸軍によって建設されました。浦賀湾の西側を遊歩道に沿って浦賀駅ゴールに向かいます。昔ながらの渡し船を見ながら、浦賀湾の潮風を受けて歩くコースです。

◆例会に参加して

☆☆7月17日(月)「円海山と六国峠」

かつて経験の無い熱さが続いており、メディアでは人間が地上に出てきてからの125万年振りの熱さと報道するところがあるほどの酷暑の昨今である。今日もそんな熱さのウォーキングになりました。とてもコース通り「円海山や六国峠越え」は無理、普通の人々の体力では危険だと思われた。ヨコスカウォーキング協会の役員の方の機転でコースを大幅に短くして; 能見堂の先から釜利谷東の住宅街におりて、正法院前を通り金沢文庫駅にたどり着いた。このコースでも大汗をかき、ペットボトル2本を飲み干した。役員の方の機転のお陰で何とか生還出来たので、助かりました。後で聞いたのですが、82歳と83歳の女性は山歩きで鍛えた脚に自信があるので、コース通り円海山と六国峠を歩かせて下さいと別行動され、難なく金沢文庫にゴールされ、完歩を祝して乾杯して、帰られた女傑がおられたとのこと。素晴らしいコースでウォーキングの醍醐味をさぞかし謳歌されたことでしょう。 R.M

◆ゆっくり悠遊ウォークに参加して

☆☆7月4日(火)「ヤマユリの里山—衣笠山」

今回は衣笠山。桜の咲く頃、子供達と訪れて以来、何十年ぶりだろうか。暑いはずのお天気。若芽堰、ホテルの里は整備されすぎず自然豊かでとても良い。ヤマユリの道は入ると茅戸の中に重そうに頭を下げるヤマユリがたくさん。日本にユリは多数種あるが豪華で艶やかなのはヤマユリが一番だと思う。七つ八つ花を付けたものは十年以上の株だとか。どんなに大きな球根だろう。衣笠山山頂展望台で猿島の浮かぶ横須賀の海を見て下山。途中、衣笠神社で「茅の輪ぐり」をさせていただいたのはラッキーだった。 M.N



【ヤマユリの観察】

☆☆7月4日(火)「ヤマユリの里山—衣笠山」

衣笠駅から衣笠山公園へのハイキング

私はヨコスカハイキング協会主催のハイキングに参加させて頂きました。衣笠駅から衣笠山公園の展望を楽しむことでした。衣笠山公園内の「やまゆりの里」でのやまゆり鑑賞は、このハイキングのハイライトで、やまゆりは満開で見事な花で、その美しさに心が癒されました。やまゆりに付いても説明頂き、一輪咲くのに15年程掛かるのに驚かされました。ハイキング中に見られる草花についても、逐一ご説明頂き楽しいハイキングをさせて頂きました。参加されている方々も、とても和気藹藹(わきあいあい)で、とても楽しい雰囲気でのハイキングをさせて頂きました。ハイキング中、私たちは豊かな自然環境を楽しませて頂きました。森林の中を歩くと、さまざまな植物や昆虫等に出会いました。特に衣笠山公園の展望は素晴らしく、360度のパノラマビューから美しい横須賀の街、猿島の景色を楽しむことができました。

私たちはハイキングに出発する前に、安全に関する重要な事項について説明を受け、適切な服装や靴、水分補給の重要性、トレイル上の注意事項などが説明されました。私たちはこれらのアドバイスに従い、安全かつ円滑なハイキングを行うことができました。また、ハイキング協会の主催者の方々はとても丁寧で、私たちの安全と快適なハイキング体験を確保するために努力してくださいました。このハイキングは私にとって素晴らしい経験でした。自然の中を歩くことで心がリフレッシュされ、展望ややまゆりの鑑賞を通じて美しい景色を堪能することができました。一緒に歩いた方々やハイキング協会主催者の方々に感謝の気持ちでいっぱいです。このような素晴らしいハイキング体験に参加できたことを光栄に思います。 N.Y

◆◎◆次回案内◆◎◆

例 会	ゆっくり悠遊ウオーク
11月13日(月) 走水水源地从久里浜	11月7日(火) 三浦富士とオレンジロード
12月2日(土) 和田義盛ゆかりの地	12月5日(火) 六国峠と宮川せせらぎ緑道

《《《 ウォーキング教室のお知らせ 》》》 (雨天中止)

開 講 日	8月26日(土)	9月30日(土)	10月28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

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いたします。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。

- ☆ 9月更新の方 …… 1-1147
- ☆ 10月更新の方 …… 1-1215



(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。

☆☆☆☆ スタッフ募集中 ★☆☆☆

例会のお手伝いをしていただけの方ご連絡ください。

発行 ヨコスカ ウォーキング協会 事務局
〒240-0101 横須賀市長坂 3-6-28-4 小沢方
☎ 046-804-9876