

海風と歩こう

11月・12月
2025年 第97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 2025 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。★★★

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



ヨコスカ ウオーキング協会旗

◆例会紹介

★★ 11月 8日(土) 磐伝いの道 自由歩行

☎ 045-894-3382 國廣

日付・距離	集合場所	解散場所	参加費
11月 8日(土) 12km	大船駅モノレール広場(JR・大船駅) 受付 9:15~9:45 スタート 9:30~	鎌倉駅東口 13:00 迄	ヨ WA・KWA 300 円 他協 400 円、一般 500 円

(コース)集合地→大船 3 丁目信号→深沢小学校入口信号→セブンイレブン→サンドラック→笛田公園(WC)→珈琲マウンテン→七高通り→稻村ヶ崎海浜公園(WC)→滑川信号→下馬信号→鎌倉駅(ゴール)



【七里ガ浜七高通りから見る相模湾】

「関東ふれあいの道」は、関東地方、一都六県一周する自然歩道で約 1,800km あります。そのうち神奈川県コースは三浦市の松輪から始まり、東京都八王子市梅ノ木平までの 17 コースで約 155km です。「磐伝いの道」は 5 番目のコースで約 7km あります。今回は大船モノレールをスタートして、モノレールの下を深沢小学校入口信号まで歩き、新川の上耕地橋を渡って笛田公園で一息つくことができます。鎌倉山のさくら並木を進み、珈琲マウンテンの角を曲った先の広町緑地鎌倉山口の前がチェックポイントです。七里ガ浜の住宅街の中心を下る七高通りはオーシャンビューで相模湾が一望出来ます。134 号線を海沿いに歩き、稻村ヶ崎海浜公園あたりで振り返れば、江の島と富士山のコラボレーションが見られます。

★★ 12月 1日(月)「横須賀 臨海公園巡り」 自由歩行

☎ 046-866-4103 又江

日付・距離	集合場所	解散場所	参加費
12月 1日(月) ①10km ②16km	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 9:15~9:45 スタート 9:30~	京急・浦賀駅 ①12:30 まで ②14:00 まで	ヨ WA・KWA 300 円 他協 400 円、 一般 500 円

(コース)ヴェルニー公園→三笠公園→うみかぜ公園→海辺つり公園(WC)→うみかぜの路<①②分岐>

①→浦上台団地→ゴール・浦賀駅(北口側)

②→御所山(旗山崎公園)(WC)→観音崎公園(WC)→鴨居港→東叶神社→渡船場前→ゴール・浦賀駅(南口側)

東京湾沿いに並ぶ、上記公園を巡ります。うみかぜの路は、コースに書かれてない馬堀海岸公園の前面を通るので、公園の数は1つ増えます。歩行中は、左手に東京湾の絶景がほぼ途切れなく楽しめます。

“うみかぜの路”の終端で①、②コースが分かれます。ショートの①コースは、この後小高い丘越えで、浦上台団地を通り浦賀駅に向かいます。ロングの②コースは、東征の日本武尊ゆかりの御所山(旗山崎公園)を経て、観音崎公園、東叶神社に至り浦賀港沿いにゴールの浦賀駅に向かいます。距離は伸びますが、平坦で、景色が良いのでベテランの方にお勧めです。分岐後のロングコースには、矢貼り等案内がありませんので、地図でお歩きください。



◆ゆっくり悠遊ウォーク(ミニウォーク)

★★11月11日(火) 三浦富士とオレンジロード

☎ 046-866-4103 又江

日付・距離	集合場所	解散場所	参加費
11月11日(火) 5km	京急長沢駅(駅前広場) 受付 9:30~9:50 出発式 10:00	津久井浜駅 12:30頃	ヨ WA200円、KWA300円 他協 400円、一般 500円

(コース)集合地→三浦富士登山口→オレンジロード→観光農園→駐車場入口→津久井公園(WC)・観光案内所

→津久井川遊歩道→津久井浜駅

三浦富士は、海上から眺めると、富士山の姿に見えることから昔から”三浦”の富士として信仰の対象になってきたそうです。そんな三浦富士の中腹に広がるみかん畑の間の道を散策します。この時季、黄色く色づいたみかんがたわわに実っていること思います。途中、尾根道に出たところで、三浦富士を遥拝して、その後、ミカン狩りで賑わう、農園の間を抜けて、津久井公園(観光案内所)に出ます。ここで、一息入れて頂き、後半は、津久井川の河岸の遊歩道を通って駅を目指します。



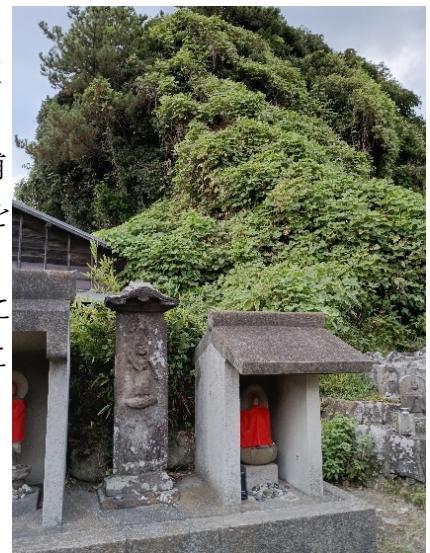
【オレンジロードからの三浦富士】

★★12月9日(火)「葉山の城-旗立山、葉山港」 団体歩行 ☎ 080-3545-7022 村上

日付・距離	集合場所	解散場所	参加費
12月9日(火) 5km	(京急)逗子・葉山駅改札前 受付 9:30~9:50 出発式 10:00 (亀岡八幡宮境内)	逗子・葉山駅 12:00頃	ヨ WA200円、KWA300円 他協 400円、一般 500円

(コース)集合地→田越橋→渚橋→旗立山→葉山港(WC)→渚橋→亀岡八幡宮

亀岡八幡宮を出て、田越川に沿って渚橋に向かいます。海岸沿いを走る県道207号を進み、鎧摺葉山港入口信号を直進すると右に日影茶屋の駐車場があります。そこが旗立山の登り口です。旗立山の小高い山はかつて「鎧摺山」と呼ばれていました。平安時代後期から鎌倉時代にかけて、三浦武士が鎧摺城を構えていました。この地は三浦に入る交通の要所で三浦を守る要の城でした。城主の三浦義澄が畠山重忠との“小坪合戦”の際にこの地に旗を立て味方を鼓舞したことから「旗立山」、「軍見山」と呼ばれるようになりました。すぐ下の葉山港は鎧摺港とも呼ばれていました。葉山港の隣にアリーナがあり、ヨット発祥の地となっています。昭和39年の東京オリンピックではヨットのセーリング競技が行われました。海に沿って逗子海岸まで進み、その先を右曲がって亀岡八幡宮にゴールします。



【上:葉山の城跡-旗立山】

【下:葉山港 日本ヨット発祥の地】



■例会等の思い出画像集(1月から9月までの例会)



←1月

→2月



←3月

→4月



←5月

→6月



←7月

→9月



◆ ◆ ◆ 次回案内 ◆ ◆ ◆

例 会	ゆっくり悠遊ウォーク
1月 24日(土) イヤーラウンドコース 横須賀古今都市めぐり	1月 13日(火) 歌川広重の金沢八景めぐり 2月 24日(火) 大通り公園から大岡川を弘明寺へ
2月 15日(日) ★横須賀海の手文化を訪ねるみち (14-3)	

◆ 新会員紹介◆ 皆さんよろしくお願ひします。

10月入会…… 小宮義徳、樋渡佑三郎、小川高功、石橋康代、土井きよ子(敬称略)

《《《 ウオーキング教室のお知らせ 》》》 (雨天中止)

開 講 日	10月 25日(土)	11月 29日(土)	12月 13日(土)
-------	------------	------------	------------

- 集合時間・場所…… 9:30～9:50 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のミニウォーク

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。ご参加お待ちしています。



【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… 1-0004
- ☆ 11月更新の方 … 1-0081 1-0083 1-1182 1-1198 1-1207 1-1224 1-1225
- ☆ 12月更新の方 … 1-0028 1-0054 1-0058 1-0088 1-0127 1-1162 1-1216 1-1218 1-1220 1-1226 1-1230 2-1231 1-1232



(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。参加お待ちしています。

★★★★ スタッフ募集中 ★★★★

例会のお手伝いをしていただける方ご連絡ください。

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