



KWA会報

2019年(令和元年)7月号

第307号 2019年7月1日発行

神戸ウオーキング協会

〒651-0076

神戸市中央区吾妻通 4-1-6

神戸市生涯学習支援センター北棟4F

Tel・Fax 078-251-0114

第11回みなと町神戸ツーデーマーチを、 今年も10/26, 27に開催いたします。

2月に実行委員会を立ち上げ、現在着々と準備を進めています。

昨年(2018年)の第10回記念大会にはなんと1都1道2府40県(ちなみに参加者の無かったのは大分・宮崎・沖縄の3県でした)から大勢の皆様をお迎えすることができました。10回を一区切りとして今後もより楽しんでいただけるよう、頑張っています。

このたび募集パンフレットの配布も始まり、着々とお申し込みをいただいています。例会でも受け付けておりますのでよろしくお願いたします。

詳細は2019年5月号に掲載済み

65歳以上の兵庫県内在住・在勤の方は年齢証明のできるものをお持ちください。

【φW】吹田ゆっくり散策と (要予約) アサヒビール吹田工場見学5km】L:岩貞

開催日 7月21日(日)
集合場所 JR/吹田駅 中央口・さんくす夢広場
集合時間 10時30分
コース 高浜神社～浜屋敷(見学)～吹田の渡し跡～中の島公園～旧西尾家住宅(見学)～泉殿宮～アサヒビール吹田工場～JR・阪急/吹田駅

解散予定 15時頃

☆ 吹田駅周辺は1200年前の昔から京阪神を結ぶ神崎川の水運、亀岡街道、吹田街道の陸路の交差点でした。吹田村当時の面影を残す「旧庄屋屋敷の浜屋敷」「重文旧西尾家住宅」の見学後は、アサヒビール吹田工場の見学と試飲が待っています。定員120人ですがまだ余裕がありますので例会時または事務所へお申し込みください。

兵庫県民交流バスウオーク

【余部鉄橋と湯村温泉 10km】 L:久川

開催日 7月27日(土)
集合場所 JR神戸線/神戸駅 湊川神社正門前
集合時間 7時30分集合 8時出発
コース 湊川神社正門前～阪神・中国道～舞鶴若狭自動車道(西紀SA)・北近畿・豊岡自動車道～余部IC～余部鉄橋(空の駅・クリスタルタワー)～湯村温泉(夢千代館)～北近畿・舞鶴若狭自動車道(西紀SA)～JR/三ノ宮駅(ラウンドワンプ前)

解散予定 18時30分頃

☆ 2017年11月に完成した地上40m余部鉄橋(空の駅・クリスタルタワー)から日本海を一望していただき、NHKテレビドラマ【夢千代日記】で有名になった山陰の名湯・湯村温泉では湯村温泉博覧館を見学。足湯・お買い物などを楽しんで頂き、舞鶴若狭自動車道の西紀SAで途中休憩し、三ノ宮に戻ります。

御礼;追加の中型バスもすでにご予約で一杯になりました。ありがとうございます。次回のバスウオーク(9/28の鳴門・徳島)にもご参加を!!

歩き方

里吉 正夫

ウオーキングという歩き方を始めて19年、歩行距離36,000km。生まれて初めて新車を買って20年、走行距離25,000km。歩くのが好き、車も好き。まだ現役で、フルタイムで仕事をしていますが、近年土曜日日曜日和ウオーキングのスケジュールが多く、車に乗ることが少なくて歩いている距離のほうが多いやん!!そこで気になるのが最近のテレビで話題の高齢者の自動車事故。どうなってんの!!自分は大丈夫かな?高齢者の健康状態を疑いたくなるくらいですが!!

もともと私は母親から教訓として、歩くことがいかに大事かを教えられました。事故を起こさない、起こさせないように日々努力をしています。歳は取っていきますがまだまだ若いものに負けないように、気持ちよく、心地よく、楽しく歩き続けたい。ウオーカーの皆さんも自然に親しみマイペースで、健康づくりのウオーキングを楽しんでください。

2019年7月・8月の第1例会

花シリーズ ④

【あじさいウオーク

谷上から森林植物園へ 12km(健脚向) L:加藤

開催日 7月6日(土)

集合場所 神戸電鉄/谷上駅

集合時間 10時

【みなとこうべ海上花火大会たそがれウオーク 11km】 L: 斎藤

開催日 8月3日(土)
 集合場所 JR/三ノ宮駅 東遊園地(徒歩10分)
 集合時間 17時
 コース 中公園～南公園～しおさい公園・中間ゴール(海上花火大会自由見学・最寄り駅・ポータライナー/みなとじま駅)～神戸大橋～東遊園地～JR/三ノ宮駅
 ゴール予定 20時頃

☆ 宵闇の迫る中、神戸が誇る1000万ドルの夜景をバックに、海上花火大会が見られるというウオークです。絶好のポイント、ポーアイしおさい公園入口で中間ゴールとします。その後は、メリケンパークの会場近くの東遊園地へゴール。ウオークも花火も楽しみましょう。

*** ファミリーウオーキング ***

② 7月7日(日) 長田の下町と兵庫津の道を巡る 10km
 JR/鷹取駅 (妙法寺川左岸公園) 10時

先月の例会を振り返って

播磨の浜からアサヒ飲料工場見学

L: 斎藤

開催日 5月22日(水)
 参加人員 106人(会員90人)

★ 晴天のウオークとなりました、Aコース Bコースそれぞれの出発地からアサヒ飲料明石工場を見学、三ツ矢サイダーの今日に至るまでの歴史、その他ソフトドリンクのできるまでの勉強と播磨灘の景観(自然)を堪能して頂けたでしょうか。お土産も頂き皆さん笑顔のゴールでした。また、予定時間通りの工場見学にご協力いただきありがとうございました。

播磨アルプスと笹ユリ観賞

L: 吉原

開催日 6月1日(土)
 参加人員 229名(会員81名)

★ 当日の天気は快晴でした。スタート時から気温が上がり始め、高御位山の登山口まで列詰め休憩を取るような場所が見当たらず、皆様には暑い中、申し訳ございませんでした。2週間前の下見では、笹ユリは見当たらず心配しておりましたが、当日は登山口にもコース上にも綺麗な笹ユリを見ることが出来ました。笹ユリ観賞を期待された方々も満足いただけたと思います。山頂までにバテた方もいましたが、大きな事故も無く、ゴール出来ました。暑い中、ゴールまで頑張ってください、スタッフ一同感謝しております。これからも、皆様と山歩きや季節の花を観賞し、一緒に歩きたいと考えております。宜しく願いいたします。

北摂千里丘陵横断ハイク

L: 佐々木

開催日 6月8日(土)
 参加人員 176人(会員103人)

★ 6市をまたぎ、丘陵地、大学、里山、公園等住宅の開発前から残る自然の盛り合わせを充分堪能して頂いたのではないのでしょうか?途中、雨が少し降り出しひや～っとしましたが、すぐに止みました。(喜)これも参加者皆様の祈りが通じたのでしょうか!各トイレ・列詰め休憩場所へもアンカーが遅れる事なく到着する事が出来ました。参加者の皆様御協力有難うございました。

2019新入会員のご紹介 よろしく願いいたします

芦田 盛二(広島県・府中市) 益田 弘(垂水区)
 大倉 照男(垂水区)(2019.6.15現在 会員数 295名)

お知らせ 9/28 バスウオーク

「渦潮と第九の里を訪ねよう」の

参加者の募集を開始します

6/22 例会能勢街道のウオークから受付をします。

例会で配布のチラシをご覧の上参加費を添えてお申し込みください。

募集人数70名の予定(大型・中型バス各1台) 先着順
 参加費 会員:4500円 一般参加者 5000円

(L:村上)

地球1周40,000km達成!

橋本 規久子 さん

おめでとう!

【事務局からのお知らせ】

事務局: 斎藤巧一

① 受託事業のスタッフ募集について

今年も、各受託事業(ピンクリボンスマイルウオーク(10/12)、バーモントファミリーウオーク(10/20)、神戸マラソン(11/17)、1.17メモリアルウオーク(2020/01/17))のスタッフを依頼する時期になってきました。基本は、昨年お願い致しました会員の皆様方にまずお願いしますが、都合の悪い方、体調に不安のある方もおられると思います。お申し出頂ければ新たにスタッフをしても良い方に依頼を致します。事務局より新しくスタッフを依頼いたしました折にはご協力をよろしくお願い致します。

② 名札について

会員の名札を損傷や紛失で、新品の名札を希望される方には製作致しますので申し出て下さい。(作業もスピーディになっていますよ。)
 また、安全ピンが腐食し錆がひどい方、安全ピンだけの交換もできます。

新品名札・・・500円 / 安全ピン交換・・・100円