



KANAGAWA WALKING

かながわ歩け

7

月号



発行：NPO法人神奈川県歩け歩け協会 〒231-0011 横浜市中区太田町4-47 コーワ太田町ビル7F
 TEL：045-661-8388 神奈川県歩け歩け協会 受付時間：月～金 午前10時～午後5時
 県協会ホームページ：<https://kanagawaaruke.jp>

梅雨から夏は食中毒のシーズン・食中毒予防の基本も今一度チェック

高温多湿の梅雨から夏の時期は、食中毒の原因となる細菌が増えやすいシーズンです。O・157などの「腸管出血性大腸菌」や「サルモネラ」など、主に食肉に付着しやすい細菌での食中毒がよく見られます。ちなみにサルモネラは卵にも付着します。細菌による食中毒対策としては「付けない・増やさない・やっつける」の3原則がよく知らされています。「食材だけでなく、手洗い、調理器具洗い、細菌を付けない」「速やかに低温の場所へ収納保存する」「食材は加熱調理、調理器具は熱湯消毒で、細菌をやっつける」

◎健康ウォーキング教室

122-③

中区

6キロ

7月2日(火)

NPO法人神奈川県歩け歩け協会
 主管:かもめウォーキングアカデミー
 後援:神奈川県議会議員歩け連盟

【清水ヶ丘公園コース】梅雨明けが待ち遠しいですね。ウォーキングを習慣化すると、健康増進・ストレス解消・健康寿命の延長が図れます。ウォーキングに適した服装や必携持ち物もご紹介します。
 ※当日受付、どなたでも参加できます。

【講座】①歩く事の必要性と効果②心拍数と運動量③服装と持ち物
 【集合】午前9時30分 横浜公園内(スタジアム横)(JR関内駅3分)
 【参加費】500円 小雨決行 弁当持参
 【解散】JR横須賀線 保土ヶ谷駅 午後2時30分頃予定
 【問い合わせ先】090-1534-6401 (神奈川県歩け 土居)

◎いずみリフレッシュウォーク★

海開きの湘南海岸

藤沢市

6キロ

7月4日(木)

いずみ歩け歩けの会

江の島道は、江戸時代から多くの参拝者を運ぶ信仰の道でした、その為道標や道祖神、鎌倉時代にちなんだ神社、お寺も数多くありのんびり歩くと時間が経つのを忘れる楽しい歴史道です。
 ※正午頃に終わる為昼食時間は設けていません。

【集合】午前9時 藤沢駅北口広場(JR東海道、小田急、藤沢駅)
 【コース】～奥田公園～新林公園～馬喰橋～江の島弁財天道橋～蜜蔵寺～龍口寺～西浜公園～
 【解散】午前11時30分頃 片瀬江ノ島駅(小田急江ノ島線)
 【参加費】主催団体一般 1ページ下段 参加費の案内参照
 【問い合わせ先】090-2450-0678 (いずみ歩け 吉田)

◎バス・ウォーキング

富士山一周360度眺望ウォーク⑫

雨天決行

16キロ

7月3日(水)

NPO法人神奈川県歩け歩け協会

「麓山の家」をスタートし牧歌的イメージの道の駅「朝霧公園」にて雄大な富士山を眺望、その後東海自然歩道に入り、標高1,100mの峠を経由して富士五湖の中で最西端、最大水深の「本栖湖」で昼食。富士山麓原始林に入り「精進湖民宿村」がゴールです。

【集合・出発】午前7時より受付開始(横浜駅東口崎陽軒前)
 午前7時30分 出発(時間厳守)

【コース】麓山の家～道の駅「朝霧高原」～東海自然歩道～本栖湖(昼食)～「精進湖民宿村」～海老名SA～

【解散】午後7時頃 横浜駅東口(道路事情により変更可能性有)
 【参加費】事前予約制 県登録会員8000円 他9000円
 参加希望の方は下記までお問合せ下さい。
 【問い合わせ先】090-5312-0135 (神奈川県歩け 大田)

◎花と水辺と祭りウォーキング

全国1位の名水秦野湧水巡り

秦野市

7キロ

7月5日(金)

後援:厚木市議会歩け歩け議員連盟
厚木歩け歩け協会

全国名水百選で第一位の秦野盆地湧水群を散策します。水汲み場として整備されている湧水もあります。空のペットボトルを持参されては如何でしょうか？(昼食時間は設けていません)

【集合】午前9時30分 おおがみ公園(小田急線秦野駅2分)
 【コース】～弘法の清水～寿徳寺～荒井湧水～今泉名水桜公園
 いまいずみほたる公園～白笹稲荷神社～南公民館～小藤川湧水～杜のとうふ工房～どうめいの泉～出雲大社～今泉あらい湧水公園～
 【解散】午後0時15分頃 秦野駅(小田急線)
 【参加費】主催団体一般 1ページ下段 参加費の案内参照
 【問い合わせ先】090-5312-0135(厚木歩け 大田)

【マークの説明】口の中は、58カ所市町村区スタンプシール配布。

◎ 県協会主催ウォーク / かもめカード、企画別カード、JVAカード (教室、スクール、健保連、距離3キロ未満は除く)シール配布。

○ 加盟団体主催ウォーク / かもめカード、企画別カード、JVAカードのスタンプシール配布。

◇ 加盟団体主催ウォーク / かもめカードの押印又はスタンプシール配布。

【参加費の案内について】 次のように案内しているものは、取り扱いが以下のとおりとなります。

○マーク:主催団体一般 / 会員及び県協会正会員200円/他協会員300円/一般500円(誰でも参加できます)

◎マーク:県協会主催一般 / 県協会正会員及び登録会員証提示200円/他協会会員証300円/当日受付500円(誰でも参加できます)

◎川崎七区ウォーク 【中原区】 中原区
中原区ぶらり散歩 8キロ

7月6日(土) NPO法人神奈川県歩け歩け協会
 主管:かわさき歩け歩け運動連合会

タワーマンションなど再開発された新しい街と緑あふれる自然の魅力
 いっぱいの中原区を歩きます。
【集合】午前9時(受付時間8時30分より)JR南武線武蔵小杉駅
 北改札口階段下 (JR南武・東急東横・目黒線)
 昼食時間設定無し (JR横須賀・新東急・新相鉄線駅案内無し)
【コース】駅～ニケ領用水～中原平和公園～矢上川～井田公園～
 江川せせらぎ緑道～明津橋跡～桜橋～駅
【解散】午前11時40分 武蔵小杉駅
 (JR南武・横須賀・東急東横・目黒・新東急・新相鉄線)
【参加費】県協会主一般 1ページ下段参加費の案内参照
【問い合わせ先】090-1113-3099 (神奈川県歩け 山崎)

◎横浜18区チャレンジW 《M6》 西区
夏のベイエリア散策 【西区】 6キロ

7月9日(火) NPO法人神奈川県歩け歩け協会
 主管:みどりウォーキングクラブ

涼しげな、うみ風を受けながら大さん橋やみなとみらい地区のベイ
 エリアを行います。雄大な海の景色を堪能し「夏ノ昼サニモマケヌ丈
 夫ナカラダ…」でしっかり歩きましょう。 昼食時間は摂りません。
【集合】午前9時 横浜公園 関内駅 (JR・地下鉄) 8分
【コース】～日本大通り～大さん橋～象の鼻パーク～海上保安資料
 館～女神橋～臨港パーク～キングモール橋～高島中央
 公園～新高島みんなの広場～
【解散】11時30分頃 みんなの広場…横浜駅 (各鉄道線)
【参加費】県協会主一般 1ページ下段参加費の案内参照
【問い合わせ先】080-5179-8387 (神奈川県歩け 飯塚)

◇伊勢原低山 雨天中止
県立塔の山トレッキング 初級コース

7月6日(土) sTo 湘南トレッキングクラブ

【集合・出発】小田急・鶴巻温泉駅 北口駅前広場 午前9時
【参加費】会員 無料・他協会会員300円・一般500円
 ※マスクは各自の判断をお願いします
【持ち物】飲料水,雨具,手袋,その他軽食,防寒具,靴はトレッキングシューズ
【コース】鶴巻温泉→坪ノ内→焼却炉前→緑地公園→
 パークセンター→塔の山→日比多神社→鶴巻温泉
 歩行距離10km 解散13:00頃 (レクリエーション保険付)
【問い合わせ先】電話・FAX 044-855-9390
 携帯090-2497-9008 (湘南トレッキング会本)

◇芦ノ湖を眺めるコース (東岸) 箱根町
10キロ

7月10日(水) 箱根町歩く会

湖畔のなだらかな道を歩き、九頭竜神社の恵みをあやかろうと湖畔
 前を通過する。箱根園にある大島桜と西岸の緑は素晴らしいです
 万巻上人が開基され頼朝が信仰した箱根神社、皇族の避暑地恩賜
 公園、関所は東海道に要で古の時代を思わせます。
【集合】午前9時20分 湖尻 伊豆箱根バス停
 ○小田原駅東口 箱根登山バス4番桃源台行 桃源台下車
 (小田原駅より60分) 伊豆箱根バス5番湖尻行 湖尻下車
 ※帰路 箱根登山バス利用
【コース】湖尻～九頭竜神社～箱根園～箱根神社～恩賜公園～関所
【参加費】500円(箱根町歩く会へ初参加の方は別に500円:バッジ、会員
 当日問い合わせ:1, TEL0460-85-6788 2, 音声メッセージにて
 自動的に流れます。 3, 掛けられる時間は、前日の午後5時から
 当日午前9時迄です。問い合わせ先 事務局 0460-85-6788

◎ファミリーコミュニケーションウォーク 都筑区
'ふるさとをしのぼせる' 緑道をめぐる 5キロ

7月7日(日) 神奈川県教育委員会教育局学校支援課
 NPO法人神奈川県歩け歩け協会
 主管:みどりウォーキングクラブ

グリーンマトリクスから生まれた「都筑の緑道」、生態系復活を願う
 「生物相保護区」のある公園を巡ります。 昼食設定ナシ
【集合】午前9時30分 せせらぎ公園 仲町台駅 (地下鉄) 5分
【コース】せせらぎ公園～茅ヶ崎公園～葛が谷公園～鴨池公園～
 ささぶね橋～心行寺～都筑中央公園～都筑区役所前～
【解散】午前11時30分頃 区役所前…センター南駅(地下鉄)
【参加費】一律 300円 (高校生以下無料) IVV・かもめシール配布
【問い合わせ先】045-210-8295 (県立学校生徒指導グループ 西澤)
 090-1261-1731 (神奈川県歩け 羽田)

◎神奈川の鉄道シリーズ【市営地下鉄】 中区
梅雨の谷間に中区の公園巡り 8キロ

7月11日(木) NPO法人神奈川県歩け歩け協会
 主管:かなざわ歩け歩けの会

梅雨明け真近かのベイエリアを歩き、その後横浜の歴史を刻んだ「キ
 リン園公園」「山手公園(テニス発祥の地)」を見学します。終盤には
 かつて繁栄した商店街の地蔵坂を下り欄干に亀甲模様がある「亀之
 橋」を渡ってゴールに向かいます。(昼食の設定はありません)
【集合】午前9時 横浜公園内(スタジアム横) (関内駅:京浜東北
 線・市営地下鉄5分)
【コース】～山下公園～港が見える丘公園～キリン園公園～山手
 公園～亀之橋～
【解散】午前11時45分頃 横浜公園 (関内駅:JR・地下鉄)
【参加費】県協会主一般 1ページ下段 参加費の案内参照
【問い合わせ先】080-7023-8303 (神奈川県歩け 高橋昭二)

◇鎌倉の尾根道・ 鎌倉市
台峰から銭洗い弁財天へ 14キロ

7月7日(日) 生き生きウォーキング
 自然探索の会

駅前・北鎌倉の小路を進み、台峰緑地の山頂広場で体をほぐし、
 脚にやさしい緑陰の道を中央公園へ。そして、住宅地を抜け笛田公
 園でお昼です。午後も緑濃い尾根路・野村総研の森を通過し源氏
 山公園から銭洗い弁財天まで。
【集合】午前8時30分 JR北鎌倉駅(JR横須賀線)
【コース】～台峰緑地～鎌倉中央公園～笛田公園～梶原口～旧
 野村総研～銭洗い弁財天～
【解散】午後2時30分頃 JR鎌倉駅(JR横須賀線)
【参加費】会員300円 他協会会員400円 一般500円
 山歩きに適した靴 雨具 弁当 飲料水など
【問い合わせ先】090-4664-2304 星野

◎笑顔・みんな元気がみはら 座間市
涼と森林浴と座間谷戸山公園 8キロ

7月13日(土) さがみはら歩け歩けの会

座間谷戸山公園を周回し現存する里山の自然と歴史街道を歩き森
 林浴、野鳥の囀りで癒され涼を求めて良い汗を流して歩きます。昼食
 時間は設けていません。
【集合】午前9時30分 かにが沢公園
 (小田急線相武台前駅7分)
【コース】～緑が丘跨線橋～富士山公園～谷戸山公園北口～森の
 学校広場～ログハウス～湧水の谷～里山体験館～
【解散】午後0時5分頃 座間駅(小田急小田原線)
【参加費】主催団体一般 1ページ下段 参加費の案内参照
【問い合わせ先】080-5075-1505 (さがみはら歩け 田原)

◎厚木日曜ウォーキングスクール **厚木市**
62-C **6キロ**

7月14日(日) NPO法人神奈川県歩け歩け協会
主管:かもめウォーキングアカデミー
後援:県及び厚木市 議員歩け連盟

【ぼうさいの丘 コース】JAあつぎ夢未市に立寄って、湘北短大から「ぼうさいの丘公園」へ向かいます。雄大な丹沢山系を眺め、農大植物園の横を通って愛甲石田駅へ向かいます。
☆毎回ウォーキングや健康に関する講座とエンジョイウォーキングを(6~8キロ程度)を行います。初心者からベテランまで大歓迎です。
※当日受付(予約不要)、どなたでも参加できます。
【講座】坂道・階段・雨の日の歩き方(上り階段辛くないですか！)
【集合】午前9時 厚木公園(ほとぼっぱ公園)(本厚木駅3分)
【参加費】一律500円 小雨決行 昼食は不要
【解散】小田急線 愛甲石田駅 12時30分頃予定
【問い合わせ先】080-5540-9978 (神奈川県歩け 一ノ瀬)

◎みどり自然ウォーキング【※4】 **緑区**
四季の森公園の敷地内とハス田 **8キロ**

7月18日(木) みどりウォーキングクラブ

青葉の森林・里山風景・四季折々に咲く貴重な花々(クマガイソウや金・銀ラン)やカワセミ・蛍など、季節ごとに見所が変わる、来園者に人気の県立公園です。今回は近年育成されているハス田のハスの花を観賞します。
【集合】**午前9時** 中山駅 北第一公園(横浜線/地下鉄)
【コース】四季の森・プロムナード~四季の森公園内(春の草原~ちびっこ広場~展望広場~ハス田~北口広場)~
【解散】11時30分頃 北口広場...中山駅(横浜線/地下鉄)15分
【参加費】主催団体一般 1ページ下段 参加費の案内参照
【問い合わせ先】090-3595-6928 (みどりウォーク 仲田)

◎青空と緑の自然とふれあいウォーク 05-④ **神奈川区**
横浜コットンハーバーと台場 **8キロ**

7月15日(月・祝) 横浜歩け歩け運動連合会

「洗いざらしの綿」という街づくりコンセプトで開発されたコットンハーバーから勝海舟設計の神奈川台場へ！(昼食なし)
【集合】午前9時 そごう2階鐘の広場 横浜駅東口3分
(JR、京急、相鉄、MM、市営地下鉄)
【コース】~ポートサイド公園~星野町公園~コットンハーバークラブ~神奈川台場公園~神奈川台場跡~棉花橋~神奈川公園~
【解散】午前11時30分頃 東神奈川公園
(東神奈川駅5分/JR 京浜東北線・京浜急行線)
【参加費】主催団体一般 1ページ下段 参加費の案内参照
【問い合わせ先】090-5309-1486 (横浜歩け連合 大菊)

◎神奈川の鉄道シリーズ[東急電鉄] **西区**
せせらぎの道を歩く **8キロ**

7月19日(金) NPO法人神奈川県歩け歩け協会
主管:横浜歩け歩け運動連合会

街の真ん中にある緑のオアシス！せせらぎの音に心を癒されながら歩きましょう。(昼食なし)
【集合】**午前9時** そごう2階鐘の広場 横浜駅東口3分
(JR、京急、相鉄、MM、市営地下鉄)
【コース】~沢渡中央公園~三ツ沢公園~豊顕寺市民の森~三ツ沢せせらぎ緑道~島田橋交差点~
【解散】午後0時30分頃 反町公園
(東神奈川駅5分/JR 京浜東北線・京浜急行線)
【参加費】県協会主管一般 1ページ下段 参加費の案内参照
【問い合わせ先】090-5309-1486 (神奈川県歩け 大菊)

◎神奈川の鉄道シリーズ[小田急電鉄] **厚木市**
下依知の「ひまわり」畑 **6.9キロ**

7月16日(火) NPO 法人神奈川県歩け歩け協会
主管:厚木歩け歩け協会

座間の「ひまわり」は有名で激込みですが、こちらは隠れた穴場の相模川と圏央道に挟まれた下依知フラワーパーク。地元の方が育て、地元の方に愛される「ひまわり」畑を鑑賞します。
(昼食時間は設けていません)
【集合】**午前9時** 海老名中央公園
(小田急線・相鉄線・JR 相模線海老名駅3分)
【コース】ふれあい公園~フラワーパーク下依知~ふれあいプラザ~金田下宿バス停(一次解散・本厚木駅行)~
【解散】午前11時30分頃 本厚木駅(小田急線)
【参加費】県協会主管一般 1ページ下段 参加費の案内参照
【問い合わせ先】090-5312-0135(神奈川県歩け 大田)

◎多摩川を歩こう！再発見ウォーク!! **中原区**
多摩川八景と等々力溪谷 **10キロ**

7月20日(土) かわさき歩け歩け運動連合会

多摩川八景の多摩川台公園と神社や滝のある景勝地”等々力溪谷を訪ねます。
【集合】午前9時(受付8時30分より)JR 南武線武蔵小杉駅北口
(JR 南武・東急東横・目黒及び横須賀線・新線は駅案内無し)
【コース】駅前~こすぎ公園~多摩川台公園~等々力溪谷公園~猫じゃらし公園(昼食)~九品仏(浄真寺)~
【解散】午後1時30分頃 九品仏広場(東急大井町線九品仏駅)
【参加費】主催団体一般 1ページ下段 参加費案内参照
【問い合わせ先】090-1113-3099 (かわさき歩け 山崎)

◎健康ウォーキング教室 **中区**
122-④ **6キロ**

7月16日(火) NPO法人神奈川県歩け歩け協会
主管:かもめウォーキングアカデミー
後援:神奈川県議会議員歩け連盟

【本牧山頂公園コース】見晴らしの良い山頂公園で森林浴もできて一石二鳥。強い紫外線は健康に悪影響を及ぼすので注意しましょう無理をしないで歩きを習慣化することが健康に繋がります。
※当日受付、どなたでも参加できます。
【講座】①ウォーキングマナー②特徴ある歩き方③習慣にして継続
【集合】午前9時30分 横浜公園内(スタジアム横)(JR関内駅3分)
【参加費】500円 小雨決行 弁当持参
【解散】JR根岸線 山手駅 午後2時30分頃予定
【問い合わせ先】090-1534-6401 (神奈川県歩け 土居)

◎栄区の里山市民の森を **小雨決行**
歩く **11キロ**

7月20日(土) さかえ歩け歩けの会

【集合】JR 本郷台駅前 午前9時
【解散】JR 本郷台駅前 午後2時頃(ゴールは極楽広場)
【参加費】会員200円 他会員300円 一般500円(どなたでも参加可)
【コース】本郷台駅前→大誓寺→長光寺→岩瀬→皆城山→極楽広場(昼食)→本郷台サカエスタ横
◆栄区のお寺と里山を見て歩きます。土や木の葉を踏みながら歩くのは何とも言えません。心が休まります！
【問い合わせ先】(清水)携帯 TEL090-4125-4165

◎県央一周チャレンジ[相模原市] 相模原市中央区 7キロ

7月21日(日) NPO法人神奈川県歩け歩け協会 主管:さがみはら歩け歩けの会

相模原市と町田市の境川を渡り、夏の涼を求めて尾根緑道を歩き、富士山や丹沢山系を眺めて小山内裏公園・パークセンターを通り多摩境駅まで歩きます。昼食時間は設けていません。

- 【集合】午前9時30分 上矢部公園(JR 横浜線矢部駅1分)
【コース】～馬場～南多摩斎場前～小山内裏公園～パークセンター
【解散】午前11時30分頃 多摩境駅(京王相模原線)
【参加費】県協会主管一般 1ページ下段 参加費の案内参照
【問い合わせ先】080-5075-1505 (神奈川県歩け 田原)

◎かまくら散策 鎌倉三十三観音めぐり④ 鎌倉市 8キロ

7月25日(木) かまくら歴史ウォークの会

このシリーズの4回目となります。ゆっくり歩き参拝します。ご朱印は、取り扱いません。ご了承ください。熱中症対策を行い、水分補給は十分行って下さい。昼食場所は設定しません

- 【集合】午前9時30分 極楽寺駅前広場(江ノ電 極楽寺駅0分)
【コース】広場～極楽寺～成就院～長谷寺～高德院～若宮大通公園～鎌倉駅
【解散】正午頃 鎌倉駅(JR 江ノ電)
【参加費】主催団体一般 1ページ下段 参加費の案内参照
【問い合わせ先】080-5654-1590 (かまくら歴史 門ノ沢)

◇夏・東浦賀のやぶこきと 観音崎灯台周辺を楽しむ 横須賀市 14キロ

7月21日(日) 生き生きウォーキング 自然探索の会

浦賀駅を出発し、しばらく進むと「生き生き」らしい(やぶこき)の道(?)を通過し、パワーアップの東叶神社へ。海岸線を進み、観音崎公園の灯台や美術館周辺を楽しみます。何と言っても真夏です。十分な睡眠と体調をチェックしてご参加下さい。

- 【集合】午前8時30分 浦賀駅(京浜急行線)
【コース】～東浦賀二丁目公園～(やぶこき)～東叶神社～鴨居港～観音崎公園(灯台・美術館)～水源地～海岸通～
【解散】午後2時30分頃 馬堀海岸駅(京浜急行線)
【参加費】会員300円 他協会会員400円 一般500円
山歩きに適した靴 雨具 弁当 飲料水など
【問い合わせ先】090-4664-2304 星野

◇バス&ウォーク(一泊二日)10kmほど 新倉山浅間公園・清星・清泉寮 雨天決行

7月25日(木)26日(金) さかえ歩け歩けの会

【集合】横浜駅東口広場 午前7時
【解散】横浜駅東口 午後7時半頃 本郷台 午後8時頃
【参加費】参加費 26,000円 ※参加者 40名未満の場合は 30,000円
【申込み】先着 50名 申込み用紙にて(例会時・ほかにご配布)
【コース】①日 横浜駅東口→東名・圏央・中央道→西桂町IC=新倉山浅間公園(散策)=中央道御坂IC=長坂IC=清泉寮→ウォーキング=東沢大橋P=野辺山獅子岩=天文台=松原湖畔リゾートホテル(宿泊)
②日 宿舎=白駒池(散策)=白樺湖=車山高原P=山麓駅→ロープウェイ→山頂駅=散策=下りは歩き(ロープウェイ可)=高原P=中央道小淵沢IC=圏央=東名=横浜駅東口=本郷台

- ◆外人人気の新倉山浅間公園や信州の清々しい高原を二日間存分に見て歩きます。
【問い合わせ先】(清水)携帯 TEL090-4125-4165

◎自然観察ウォーク 海風と松林に涼を求めて 金沢区 8キロ

7月23日(火) かなざわ歩け歩けの会

キャンプとバーベキューで人気の金沢「海の公園」と「野島公園」をめぐる。眩いばかりの太陽を受け、また松林の間を吹き抜ける海風をうけながらゆっくり歩きましょう。(昼食の設定はありません) *熱中症警報アラート発令中はコース等の変更あります。

- 【集合】午前9時 金沢ふれあい広場(京急・金沢文庫駅4分)
【コース】～海の公園柴口駅～海の公園南口休憩所～旧伊藤博文別荘～野島公園～夕照橋～
【解散】午前11時40分頃 金沢八景公園(京急:金沢八景駅8分)
【参加費】主催団体一般 1ページ下段 参加費の案内参照
【問い合わせ先】080-7023-8303 (かなざわ歩け 高橋昭二)

◎健保連かながわ100キロウォーク・自由歩行 都筑区 6キロ

7月27日(土) 健康保険組合連合会神奈川県連合会 NPO法人神奈川県歩け歩け協会

【集合】午前9時30分 山田富士公園 北山田駅(地下鉄)5分
【コース】～ふじやとのみち～城山歩道橋～山田神社～方位広場～滝ヶ谷戸公園～神無公園～徳生公園～牛久保公園～牛久保西公園～噴水広場～センター北駅

- 【解散】午後11時30分 までに…噴水広場
【参加費】200円 健保連神奈川県連合会会員(ブルーの会員証:捺印用)
250円 県協会正会員及び県登録会員証提示の方
300円 一般の方 (どなたでも参加できます。
カードをお持ちの方それぞれ受付の際ご提示ください。
*保険証をお持ち下さい。
【問い合わせ先】080-5179-8387 (神奈川県歩け 飯塚)

◇引地川の源流 大和市・泉の森トレッキング 雨天中止 初級コース

7月24日(水) sTc 湘南トレッキングクラブ

【集合・出発】小田急・相鉄 大和駅 午前9時 駅前広場
【参加費】会員 無料・他協会会員300円・一般500円
※マスクは各自の判断をお願いします

- 【持ち物】飲料水、雨具、手袋、その他軽食、
【コース】大和駅→ふれあいの森→泉の森公園→引地川源流→大和駅
歩行距離10km 解散 13:30頃 (レクリエーション保険付)
【問い合わせ先】電話・FAX 044-855-9390
携帯 090-2497-9008 (湘南トレッキング会本)

◎神奈川の鉄道シリーズ[相模鉄道] 泉区 7キロ

7月28日(日) NPO法人神奈川県歩け歩け協会 主管:いずみ歩け歩けの会

緑色が濃さを増すこの時期、南本宿公園からこども自然公園桜山を経て木陰が嬉しい緑園都市までの午前ウォークです
※正午頃終わる為昼食時間は設けていません。

- 【集合】午前9時 二俣川駅前広場 (相鉄線 二俣川駅横浜銀行前)
【コース】～二俣川二丁目公園～南本宿公園～こども自然公園桜山～第二駐車場前～東公園～
【解散】午前11時55分頃 緑園都市駅(相鉄いずみ野線)
【参加費】県協会主管一般 1ページ下段 参加費の案内参照
【問い合わせ先】080-1373-6552 (神奈川県歩け 堀沢)

◎厚木日曜ウォーキングスクール

62-D

厚木市

7キロ

7月28日(日)

NPO法人神奈川県歩け歩け協会
 主管:かもめウォーキングアカデミー
 後援:県及び厚木市 議員歩け連盟

【うすいファームコース】本厚木駅を南下しあつぎインターを経て「うすいファーム」でお買い物です。伊勢原との市境の遊歩道を辿り小田厚道路を越えて愛甲石田駅へ向かいます。

☆毎回ウォーキングや健康に関する講座とエンジョイウォーキングを(6~8*程度)を行います。初心者からベテランまで大歓迎です。

※当日受付(予約不要)、どなたでも参加できます。

【講座】ストレッチの基本(体の柔軟性が大切です!)

【集合】午前9時 厚木公園(はとぼっぽ公園)(本厚木駅3分)

【参加費】一律500円 小雨決行 昼食は不要

【解散】小田急線 愛甲石田駅 12時30分頃予定

【問い合わせ先】080-5540-9978 (神奈川県歩け一ノ瀬)

会員募集中

入会希望者は、例会参加時に責任者に直接お申し込みください。(いつでも入会できます。)

・会費：¥2,000 円/年
 ・県登録会員費：¥1,000 円/年 } 年会費合計 ¥3,000

入会金はいただきません。

会員になると、会報が毎月郵送され、◎・○印の例会は1回¥200 円で参加できる特典があります。

神奈川県全区町村完歩者名簿 2024年 令和6年5月

安西 正 様 (横浜市泉区)

かもめカード完歩者名簿 2024年 令和6年5月

- 原 栄子 (厚木市、42045km/3540 回) 関根篤子 (茅ヶ崎市、39489km/3210 回) 星川悠紀子 (横浜市磯子区、37274km/3090 回)
 根田ウタ子 (横須賀市、29938km/2550 回) 倉澤洋子 (横浜市磯子区、22839km/2025 回) 高橋光慶 (横浜市磯子区、21769km/1890 回)
 菅原時子 (厚木市、21313km/1950 回) 小林 茂 (大和市、17023km/1620 回) 藤松 薫 (相模原市中央区、11570km/1020 回)
 臼井恒次 (横須賀市、11309km/890 回) 堀金公雄 (相模原市緑区、10912km/960 回) 長谷川広 (横浜市旭区、10075km/870 回)
 安室美智子 (藤沢市、8207km/690 回) 河村昌子 (平塚市、6726km/660 回) 井口光春 (横浜市青葉区、6381km/600 回)
 平川 恵 (伊勢原市、4521km/390 回) 福田 忍 (横浜市西区、3356km/330 回) 山崎 勉 (川崎市川崎区、2968km/330 回)
 渡辺洋子 (横浜市保土ヶ谷区、2908km/270 回) 山田光代 (茅ヶ崎市、2583km/270 回) 大田紀子 (厚木市、950km/90 回)
 樋口栄一 (横浜市旭区、623km/60 回) (敬称省略)

2024年4月29日(月・祝)実施

箱根峠越え28kmウォーク大会の報告

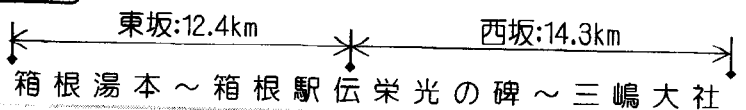
2019年以来、5年ぶりの開催となった「箱根峠越えウォーク大会」ですが、無事終了することができました。ひとえに、大会に参加された皆様、およびボランティアスタッフの協力のおかげです。ここに、心より御礼申し上げます。

以下に、今年の参加状況、歩行記録、6ページに28km完歩者名簿を掲載させていただきます。来年に向け、より多くの皆様に参加いただけるよう準備を進めてまいります。皆様のお越しを心よりお待ちしております。

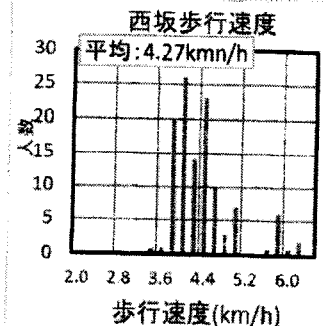
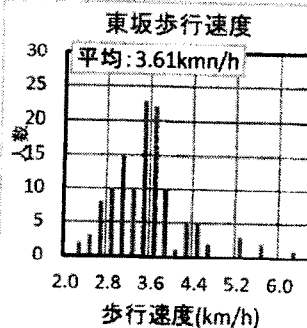
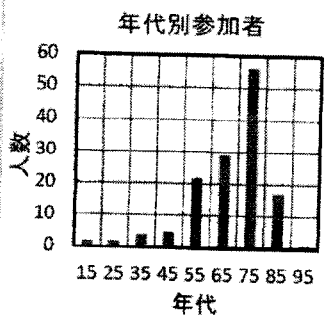
参加者数

参加者:139名(男性:75,女性:64)
 完歩者:123名(男性:66,女性:57)

歩行記録



最低年齢 :13歳
 最高年齢 :87歳



65歳～75歳の方が56名で最多でした。

強者は、東坂も西坂も6km/hの速度で踏破。平均的には、上りの東坂は3.6km/h、下りの西坂は4.3km/hの歩行速度でした。

2024年4月29日(月・祝)箱根峠越え28km 完歩者リスト (敬称略)

順位	ゼッケン	氏名	お住まい	順位	ゼッケン	氏名	お住まい	順位	ゼッケン	氏名	お住まい
1	4164	山本 明	川崎市	42	4023	松ヶ瀬 秀雄	横浜市	83	4144	大久保 勇紀	八王子市
2	4151	陣内 秀人	越谷市	43	4022	江藤 俊哉	横浜市	84	4145	大久保 純子	八王子市
3	4104	鈴木 和成	茅ヶ崎市	44	4107	木村 忍	横浜市	85	4038	内藤 雅子	茅ヶ崎市
4	4168	桃田 一義	秦野市	45	4115	加藤 賢治	藤沢市	86	4171	阪東 好江	横浜市
5	4180	江口 将史	平塚市	46	4114	土田 稔	鎌倉市	87	4148	菊池 淳子	相模原市
6	4021	西尾 均	川崎市	47	4036	井平 和則	戸田市	88	4170	宮本 くみ子	東松山市
7	4127	真壁 進一	平塚市	48	4037	井平 美佳	戸田市	89	4041	藤松 薫	相模原市
8	4131	マクラッチ 淳	三島市	49	4010	清水 克三	相模原市	90	4047	富田 恵子	八王子市
9	4132	脇屋 義信	茅ヶ崎市	50	4011	清水 直美	相模原市	91	4150	嶋田 厚子	横浜市
10	4128	永田 薫	横浜市	51	4124	杉崎 紀美子	茅ヶ崎市	92	4106	井上 美智子	秦野市
11	4101	三橋 通雄	板橋区	52	4045	大野 貞雄	横浜市	93	4112	安田 伸子	横浜市
12	4005	金子 寛男	横浜市	53	4058	平川 恵	伊勢原市	94	4149	新井 広子	横浜市
13	4172	駒井 洋介	横浜市	54	4002	小林 茂	大和市	95	4146	乗富 正己	南足柄市
14	4048	田中 智	相模原市	55	4166	福井 清隆	横浜市	96	4165	松谷 幸四郎	小田原市
15	4103	鈴木 武夫	横須賀市	56	4113	森田 玲子	横浜市	97	4015	藤 久子	横浜市
16	4147	中川 圭一郎	川崎市	57	4012	石岡 美枝子	横浜市	98	4142	石川 一枝	寒川町
17	4137	安室 慶雄	藤沢市	58	4155	庄島 康子	横浜市	99	4008	長谷川 孝子	横浜市
18	4007	長島 静子	横浜市	59	4153	岡野 寿彦	横浜市	100	4016	宮 禎子	横浜市
19	4138	本田 将樹	大磯町	60	4154	庄島 隆雅	横浜市	101	4140	池本 文子	横浜市
20	4053	金光 信一	横浜市	61	4152	岡野 かおる	横浜市	102	4044	渡橋 弘敏	座間市
21	4136	村上 隆	横浜市	62	4003	久保寺 秀雄	秦野市	103	4043	渡橋 恵美子	座間市
22	4102	中山 正孝	横浜市	63	4004	久保寺 美代子	秦野市	104	4042	渡橋 弘貴	座間市
23	4014	桜井 宗一	横浜市	64	4026	岩澤 豊	横浜市	105	4167	渡橋 美帆	座間市
24	4046	島山 恭子	世田谷区	65	4176	酒井 則子	二宮町	106	4179	青木 寛人	静岡市
25	4105	内田 洋子	茅ヶ崎市	66	4133	吉川 ユキ工	横浜市	107	4159	佐藤 美幸	相模原市
26	4001	坂本 伊世男	横須賀市	67	4134	村田 幾代	横浜市	108	4162	田中 正人	八王子市
27	4035	前島 幸雄	横浜市	68	4054	加藤 久幸	箱根町	109	4018	春田 美代子	小田原市
28	4055	市川 博史	横浜市	69	4057	加藤 千暖	箱根町	110	4178	山崎 敏勝	横浜市
29	4109	原田 達也	大和市	70	4061	北野 純	横浜市	111	4177	山崎 敏江	横浜市
30	4110	匿名		71	4062	北野 聡子	横浜市	112	4174	林 リダ	川崎市
31	4049	杉野森 貞幸	横浜市	72	4117	渡辺 広美	横浜市	113	4173	富岡 花	横浜市
32	4051	塩見 暁子	海老名市	73	4116	渡辺 浩一郎	横浜市	114	4123	富本 潤子	横浜市
33	4135	山本 宣次郎	横浜市	74	4033	高橋 光夫	厚木市	115	4029	中野 博史	横浜市
34	4120	穴倉 則利	横浜市	75	4052	濱田 雪江	横浜市	116	4030	中野 真子	横浜市
35	4175	瀧沢 正明	海老名市	76	4125	内田 雄一	平塚市	117	4032	澤中 美倫	横浜市
36	4017	長屋 和子	川崎市	77	4126	志知 裕美	平塚市	118	4111	藤田 政雄	鎌倉市
37	4163	西村 宏義	横浜市	78	4129	斎藤 眞雄	川崎市	119	4161	小沼 智子	横浜市
38	4027	原 眞須美	横浜市	79	4130	渡辺 吉晴	横浜市	120	4160	藤本 佳代子	中野区
39	4028	原 岳洋	大和市	80	4139	浜野 真理子	川崎市	121	4031	澤中 克之	横浜市
40	4158	宮澤 順子	大和市	81	4143	田中 義次	横浜市	アンカー: 宮川 亨 (県協会スタッフ)			
41	4025	鈴木 陽子	横浜市	82	4169	加藤 松枝	茅ヶ崎市	アンカー: 野宮 ゆみ子 (県協会スタッフ)			