

10月
神無月



歩 叢

第109号
2013年10月1日発行

NPO法人
福井県ウォーキング協会

910-0006 福井市中央1丁目9-29
TEL fax 0776-28-6980
メール fukui-walking@cube.ocn.ne.jp
HP http://fukui-walking.sakura.ne.jp

10月例会

三峰城跡と大銀杏歴史ロマンウォーク (IW対象)

日時 10月13日(日) 8時40分~15時頃
集合場所 北中山公民館(鯖江市落井町41-33-1)
解散場所 Aコース 北中山公民館 Bコース 上戸口公民館
距離 Aコース約17km Bコース 約14km
コース 北中山公民館⇒血の川堤防遊歩道⇒三峰登山口⇒大いちょう広場⇒三峰城跡⇒大いちょう広場⇒三峰登山口(AB分岐)⇒
(三峰城跡まで標高差380m)
(Aコース)⇒血の川堤防遊歩道⇒北中山公民館
(Bコース)⇒上戸口バス停
アクセス 福井7:25→花堂7:28→鯖江7:45 敦賀7:21→武生7:55→鯖江8:01
鯖江市コミュニティバス100円
◎河和田線 JR鯖江駅(8:15)→→ハニー東陽店前(8:27)→→徒歩約10分
◎方上・北中山選 福武線神明駅(7:54)→→落井口(8:12)→→徒歩約8分

10月例会

勝山平泉寺ウォーク (IW 年間完歩賞 500選 福井百景 18 19)

日時 10月20日(日) 9時~15時30分頃
集合場所 えち鉄 勝山駅
解散場所 えち鉄 勝山駅
距離 Aコース約16km (Bコース 約14kmもあります)
コース 勝山駅⇒お清水⇒伊野姫墓⇒勝山城⇒菩提林⇒
歴史探遊館まほろば(昼食)⇒本宮⇒南谷遺跡⇒平泉寺墓地⇒
平泉寺公民館⇒弁天桜遊歩道⇒勝山駅
アクセス 小浜5:38→三方6:11→敦賀6:44(乗換) 敦賀7:06→武生7:38→福井7:58
あわら温泉7:23→福井7:41
えち鉄福井8:06 →勝山9:01



10月例会

バス&ウォーク

音海海岸に行く (IW 年間完歩賞 福井百景 98 99)

福井県の名勝に指定されている、高さ260mの絶壁大断崖を楽しむウォーク。地元では日本一の断崖と自称しており、水上勉の小説にも登場する。事前申し込みが必要

日時 10月27日(日) 8時10分~16時20分頃
集合場所 敦賀駅8時10分(自家用車での参加は現地音海駐車場 10時)
解散場所 敦賀駅16時20分(自家用車での参加は協坂公園駐車場 14時30分)
距離 Aコース約14km Bコース 約7km
アクセス (往) 福井7:06→花堂7:09→鯖江7:20→武生7:20→敦賀7:56 (復) 敦賀発16:45→福井17:40
バス代 2,000円(往復) 当日徴収
申し込み 10月15日必着で ハガキ・ファックス0770-45-0676・メールにて協会事務局へ



11月例会

今庄宿と湯の尾峠をたどる

(IVV 年間完歩賞 500 選 福井百景 66)

日時 11月3日(日) 9時00分~15時00分頃

集合解散場所 JR今庄駅

距離 約15km

コース JR今庄駅⇒文政の道しるべ⇒北国街道⇒湯尾峠⇒リバーサイドパーク
⇒北陸自然歩道⇒JR今庄駅

アクセス 福井8:04→花堂8:08→鯖江8:19→武生8:24→今庄8:40
三方7:18→敦賀8:03(乗換) 敦賀8:12→今庄8:27



旧街道ウォーク9・10・11

福井ライフアカデミー連携 街道ウォーク

参加費・FWA 会員 200 円 他協会会員 300 円

一般 500 円・初めての参加者は登録費 1,000 円

緊急ニュース

えち鉄のフリー切符は、10周年のイベントサービスの 일환として10月の土・日・祝は、800円のところ、500円になるそうです。6日・20日に利用下さい。

勝山・牛首道 3回目(全3回シリーズ)

(IVV 対象 福井百景 17)

日時 10月6日(日) 8時~15時

集合場所 えち鉄勝山駅

解散場所 谷休憩所

コース 勝山駅→浄願寺→白山道道標→栃神谷
→杉山口駐車場→北谷公民館→旧北谷
小→不動滝→石畳道→谷峠→谷休憩所

距離 20キロ

アクセス・敦賀6:05⇒武生6:35⇒鯖江6:40⇒福井

・芦原温泉6:35⇒福井6:52

・えち鉄 福井7:04⇒勝山8:00

事前申し込み必要 お問い合わせ 080-6351-0408

京道・棚野坂 1, 2回目(全2回シリーズ)

(IVV 対象 福井百景 94 95 98)

日時 11月9・10日(土日)

9日 8時20分~10日 15時30分

集合場所 JR若狭高浜駅

解散場所 JR若狭高浜駅

コース 高浜駅→福谷坂峠→石山坂峠→大滝→
奥坂本→口坂本→道の駅名田庄(泊)
→坂尻→盛郷→鶴ヶ岡 →静原

距離 9日 20キロ 10日 22キロ

アクセス・福井5:28⇒武生5:47⇒敦賀6:18

・敦賀6:24⇒三方7:03⇒小浜7:39⇒
高浜8:05

事前申し込み必要 お問い合わせ 080-6351-0408

第12回越前市健康ウォーク IVV 対象 福井百景 50~53

今年も、越前市健康ウォークがテーマ『ふるさと・ふれあい"歴史の郷を歩こう"』と題して、開催されます

開催期日 10月14日(月・祝)

集合場所 たけふ菊人形正門前

受付開始 7時

出発式 8時 スタート8時20分

フィニッシュ会場閉鎖 13時

距離 13km 6km 2km(キッズ保育コース)

自由歩行

参加記念品(ピンバッチ、菊人形優待割引入場券、協賛
割引クーポン券など)

参加費 無料 当日参加のみ

詳細はパンフレットをご覧ください

11月の例会

チャレンジウォーク IVV 対象

日時 11月24日(日)

9時20分~3時30分

集合場所 JR福井駅東口

解散場所 JR福井東口

距離 Aコース9キロ Bコース16キロ

Cコース23キロ

福井駅から木田橋まで歩き、木田橋下から足羽河原を周回します。

詳細は来月号で

大変な天候での

第22回越前・日本海ハイ！ウォークツアー

22回目となる越前・日本海ハイ！ウォークツアーが、今年も9月14日・15日に開催されました。(美しい日本の歩きたくなるみち500選 福井県 no.1 9月14日(土)のコースで認定)。

秋風が吹き始めるさわやかな初秋の時期のはずが、初日は季節外れの猛暑の影響で熱中症によりダウンされた方が何名か出る過酷なウォークとなりました。二日目は一転、台風18号の影響による大雨で30kmコースは取りやめ、7kmと16kmの2コースでのウォークとなりました。しかし、歴史情緒豊かで、雄大な自然を誇る越前・日本海を舞台とするウォーキング大会「越前・日本海ハイ！ウォークツアー」ではありました。

前日の13日(金)には、せっかくウォーク(福井市街地散策コース10km)も開催され20名の参加者がありました。この日も福井市内は35℃を記録する猛暑で、汗だくのウォークです。けれども、見事な萩の寺瑞巖寺や、橋本左内ゆかりの妙経寺でのご住職の話は福井の歴史に思いを馳せる時間となりました。また松寿司さんでの昼食は参加された県外の人には大好評でした。



ふるさと奇祭「八朔祭り」を見に行こう

9月1日(日) 小雨時々曇り 9時スタート

参加人数59名コース

美浜は、今日も雨だった。小雨の中、美浜駅前をスタートし、時々曇りとなる中、新庄地区の日吉神社を目指しました。10時30分からの東字地区のお祭りを見学(黒天狗や多くのオドケを見学)、100円で販売していた『流しそうめん』に舌鼓を打たれた方が何人かおられました。少しずつ、涼しくなってきましたので、ウォーキングも真夏に比べると楽にできるようになってきたようです

しらやま「コウノトリの里」を歩く

9月7日(日) 雨後曇り 9時半スタート

参加人数50名

先週の美浜ウォークに続いて雨の中のウォークスタートとなりましたが、雨は大降りにはならずウォーク後半には曇り空となりました。一休みをすると、空気も澄んで涼しいのですが、ウォーク途中はやはり雨のせいか、蒸し暑く汗ばむほどでした。コウノトリは、ケージの中で2羽。あまり動き回っていないようでした。ケージの上でゴイサギがえさを求めてうろうろしていました

福井マラソンコース・ウォーキングで挑戦

9月1日(日) 晴 9時スタート

参加人数80名

2013年県民スポーツ祭ウォーキング大会は、今年36回目を迎えました。

台風の去った福井地方は秋晴れの天気恵まれるなか、たくさんの参加者が集まりました。福井百景のコースも入り、路面電車の路、歴史の深い結城秀康公の像前に於いて出発式をしました。福井の街中を歩きます。信号・自動車・自転車や歩く人など、いつものコースとは様子が違います。自由歩行なので、ウォーカーは十分に注意しながら秋晴れの街なかを思い思いのスタイルで楽しんで歩きました。ゴールの福井運動公園の銀杏並木を汗ばむ顔でフィニッシュしました。

若い家族や老若男女が楽しんだ1日でした。

お知らせ こんな催しがあります

水土里ウォーク in 大野さかだに

日時 10月19日(土) 受付10時 約5キロ

場所 スターランドさかだに(大野市糞路1-4)

参加費 100円

申し込み 10月7日(月)までに電話 fax 郵送で

TEL0779-65-1288 fax0779-65-1290

〒912 福井県奥越農林総合事務所 農村整備部計画課

水土里の路ウォーキング実行委員会事務局

ヘルスアップセミナー

期日 10月26日()

ウォーク以外の健康情報もいっぱいです。

ウォークを楽しみながら、健康を考えるチャンス!

参加希望者は「クスリのアオキ」に申込書があります。

企画部より

県協会主催の「美しい日本の歩きたくなるみち500選」福井県11コースが11月3日の今庄ウオークで完歩になる方、10月20日平泉寺ウオークの折、パスポートを事務局企画部へ提出ください。完歩証を進呈します。

「奈良ウオークⅡ」

11月17日(日) 楽しく、元気に法隆寺へ行きます。まだ少し、席に余裕があります。参加希望の方はお申し込みください。

ウオーク川柳

- ・乗れば人 歩けば車 気にかかり
- ・歩道橋 つい数えてる 八十歩き
- ・腹いっぱい祭りをもらった 流しソーメン
- ・コウノトリ観られているのか見ているのか
- ・オリンピックウオークの種目 無いのかな

今後の予定

- 10月6日(日) 旧街道ウオーク9
勝山牛首3
- 10月13日(日) 三峰城跡と大銀杏歴史ロマン
- 10月14日(月祝) 越前市健康ウオーク
- 10月20日(日) 勝山平泉寺ウオーク
- 10月27日(日) 音海海岸を行く
- 11月3日(日) 今庄宿と湯尾峠をたどる
- 11月9日(土) 10日(日)
旧街道ウオーク京道1
- 11月17日(日) 奈良ウオークⅡ
- 11月24日(日) チャレンジウオーク
- 12月8日(日) ウォーキング教室

大会パンフレットあります

事務局に次のウオーク案内のパンフレットがあります。必要な方は、事務局に取りに来てください。事務局が閉まっている時でも取れるようになっています。

10月4日(金) 5日(土) 6日(日)

瀬戸内しまなみ海道スリーデー

10月19日(土) 20日(日)

佐渡トキツアーウオーク

10月26日(土) 27日(日)

富士山中湖ぐるりんウオーク

11月2日(土) 3日(日祝) 4日(月休)

日本スリーデーマーチ

11月3日(日祝)

浅井三姉妹街道ウオーク

11月9日(土) 10日(日)

加古川ツアーマーチ

11月16日(土) 17日(日)

城下町おだわらツアーマーチ

会員紹介

早瀬 昭さん

今から丁度20年前の春3月、父の墓参りに里帰りした実家の前を多くの人がゼッケンを付け歩いているのを見掛けました。これが瀬戸内倉敷ツーデーとの出会いです。

当時の私は、50歳を目前にし会社での行き先も見え、子供たちの親離れも始まります。更に私の体型といえば身長167cm 体重68kg 腹囲95cm 肌は白いというより青白くおまけに猫背を妻から指摘される典型的な中年の冴えないオッサンで、行末は妻の買物に付き合うだけの濡れ落葉がせいぜい。そんな私でも年金生活になればお金のかかる遊びは出来ず、且つ運動音痴、歩く事ならできるのではと思った次第。

次の年、思い切って参加を申し込み、40kmは流石に遠慮し、20kmにチャレンジ。最初の10kmは、若さ(50才だから若かったと思う)にまかせて歩いたもののその後は足に肉刺(まめ)が出来、痛くて堪らずペースもガクンと落ち、70才過ぎと思われる御婆さんには置いて行かれるわと散々。ベテランらしきウォーカーには「肉刺が出来とるんやろ。手当した方が良いで」親切に云われても「大丈夫です」強がり(今では私にも良く判るんです。本当は痛くて堪らなかったんです。でも素直にそれを認めたくない嫌な自分がいました。・・・こういう人、多いようにも思うんです)ともあれ這這の体で終了した最初のウオークでした。帰宅してスニーカーを脱ぎ靴下を取ると無残にも肉刺は潰れ血はベトトリ、爪の先は黒くなり、夜も痛くて眠れません。更に大変だったのは翌日、当時実家は和式の水洗トイレに這いながら行ったのは良いが、蹲踞の姿勢が取れず・・・判っていただけますか?

それでも、今日まで続けて来ることが出来たのはなぜなのか良く判りませんが、強いていけば多くの職種を超えた良い人と出会えたことと、歩く事でしか見えない物がある事に気付いた事と思います。後者の典型は同じ頃始めた四国遍路で判ってきました。死ぬまでに10回歩きたいと思っていますが、どうなりますか?

今迄歩いて来た事で、体重59.5kg 身長166.5cm(頭髪が薄くなったため縮んだ) 胸囲84cm 陽焼けた肌も若干黒くなり、猫背も少し直ったのではと思っています。濡れ落葉にならなくて良かった。

数回の四国遍路で、形のない人の心の痛みまで見えてきたでしょう。早瀬さんには、なぜか心を開いてしまいます。

編集後記

県協会の例会を含め、各地区でウォーキング大会がたくさんあります。参加出来ることは幸せな事です。自分も含めて家族が健康であることが第一です。感謝したいと思います。

毎月広報委員会を開き、推敲見直しをしています。私の不注意で、パソコン操作でのミスを始め間違いがよくあります。深くお詫び申し上げます。



