

10月  
神無月



# 歩 叢

第 133 号  
2015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  
エコライフプラザ3F  
TEL 0776-28-6980 FAX 0770-45-0676  
メールfukui-walking@cube.ocn.ne.jp  
HP http://fukui-walking.sakura.ne.jp

## 大野城下町ウォーク

IVV・年間完歩賞対象 あるきたくなるみち福井② 福井百景22・23・24

開催日 10月18日(日)  
集合場所 JR越前大野駅  
時刻 10時10分  
スタート JR越前大野駅  
距離 15km  
フィニッシュ JR越前大野駅 14時45分

### コース

JR越前大野駅→いとよの里→朝倉義景墓所→越前大野城→寺社群→朝市→結いの里→JR越前大野駅

### 見所

大野の清水 本願清水・義景清水。「天空の城」越前大野城からの展望。専福寺は、明治初期の廃仏毀釈(はいふつきしゃく)の際には「みのむし騒動」の舞台となったことでも有名です。大櫓は国指定天然記念物・樹齢800年・根回り15m 幹周り11m

### 交通のご案内

(往) 敦賀 8:06→武生 8:38→鯖江 8:43→ 8:55越前花堂 9:12←福井 9:08←芦原温泉 8:43

越前大野10:02

各自お確かめ下さい。

(復) 越前大野15:08→越前花堂15:59→福井16:03→芦原温泉16:30

鯖江16:26→武生16:30・のりかえ17:05→敦賀17:36

## 古墳公園と総合植物園まつり

IVV・年間完歩賞対象

開催日 10月25日(日)  
集合場所 鯖江市響陽会館  
時刻 8時30分  
スタート 響陽会館 8時40分  
距離 18km  
フィニッシュ 響陽会館 15時  
※会館まで徒歩 福鉄 西鯖江駅から5分  
JR鯖江駅から15分

### コース

響陽会館→サイクリングロード→古墳公園→プラントピア→日野川河川道路→響陽会館

### 見所

- ・旧福鉄鯖浦線跡
- ・古墳公園：通称朝日山にある5世紀ごろの方墳、前方後円墳など90基。
- ・プラントピア：総面積25ha、3500種の日本海側最大の総合植物園。

### 交通のご案内

(往) あらわ温泉 7:30→福井 8:05→ 8:20鯖江 8:00 ←武生 7:54←敦賀 7:22  
(復) あらわ温泉16:30←福井15:34← 15:20鯖江15:25 →武生15:30→敦賀16:01

各自お確かめ下さい。

福井鉄道  
毎時約20分間隔  
で運行

## 「越前・日本海ハイ！ウォークツアー」報告

初日は目の覚めるような快晴、2日目は終日雨。

9月5日、6日「第24回越前・日本海ハイ！ウォークツアー」は、対照的な天候の中で開催、両日あわせて959人の参加がありました。初日の「日本海コース」は、なんととっても雄島、東尋坊、それに起伏に富んだ美しい海岸線に目を見張り、参加者から「遊覧船にのりたかったなあ」という声も聞きました。

2日目は打って変わってスタート直後から雨中ウォーキングとなりました。雨に洗われた山の木々が美しい歴史コースですが、朝倉氏遺跡や永平寺門前では、しばし足を止めて説明板を読む参加者もいました。巨大な鳴鹿大堰でも、九頭竜川の清流を見て「フィニッシュまでの元気をもらいました」と感動する声もあり、越前の素晴らしさを満喫する大会でした。

### 協力行事

## ヘルスアップウォーク

開催日 10月17日(土)  
事前申込：申込用紙を同封します。  
集合場所 JR福井駅 8時30分  
スタート フェニックスプラザ 9時30分  
距離 10km (IVV対象)  
フィニッシュ フェニックスプラザ 11時30分  
セミナー 13時30分～15時10分  
「専門医に聞く！特別セミナー」  
①幸せな老後のためのメンタルヘルスのすすめ  
②歯・口・顎の病気とその治療  
最後までお聞きの方にお土産があります。

## 常任幹事会報告

9月12日、臨時常任幹事会を開き、(44名中26名が出席)主に次の2項目について、規約見直しが討議されました。

### 1. 会員資格について

提案：家族会員は正会員と同等の資格を有し社員とする。  
意見：全員異議なしとの同意を得られました。

### 2. 赤字の解消策(会費・弁償規定の見直しについて)

4月～9月の会計から具体的に次の2つの経費が示されました。

(ア) 協会維持のため基本的に必要とされる経費(会費に相当)

(イ) 例会等行事に関する収支

提案：(ア) 会費は1名当たり4,000円は必要。

意見：会費3,000円以上の会は少ない。4,000円が妥当。

5,000円にせねばず赤字になる。ネット会員を設ける。

提案：(イ) 収支バランスはスタッフ自己負担で成り立つ。

意見：会員も受益者負担として参加費を払う。(全員が同意)

いずれ総会に掛けられる事案なので会員の皆様も考えておいてください。

## ウオーケーロメモ

### ◎雷から身を守る

以前坂井市でウオーキング中にご婦人が雷に打たれ亡くなる痛ましい事故がありました。

健康維持を目的とする行為で命を落とすとはなんとも悲しいことです。

屋外で行うウオーキングは雷に遭遇することは避けられません。

この雷について、気象庁のHPにある「雷から身を守るには」の項目をごく簡単に紹介します。

雷はところを選ばず落ちます。高いところに落ちる傾向があり

ますが、グラウンドやゴルフ場など開けた場所では低いところでも落ちます。ゴロゴロやピカッとなると雷雲の接近ですから安全な場所への避難がまず大事です。安全な場所として建物の中、自動車内などありますが、近くに安全な場所がない場合は、姿勢をなるべく低くし持ち物は体より高く突き出さないようにします。また雨宿りの樹木の根元は危険で、少なくとも2m以上は離れるようにします。

雷雲の状況は、気象庁のHPの気象レーダー図で確認できます。雷の予報が出ているとき無理にウオーキングする必要はありません。「命あっての物種」絶対にウオーキング中に雷で命を落とすことがないようにしたいものです。

田辺信次

## ☆今後のウオークイベントのご案内

### ▲三里浜ウオーク

福井百景7・29・59

開催日 11月8日(日)  
 集合場所 えち鉄三国駅  
 時刻 8時30分  
 スタート えち鉄三国駅  
 距離 Aコース22km  
 Bコース17km  
 フィニッシュ えち鉄三国駅  
 Aコース15時30分  
 Bコース14時30分

### ▲本山めぐりウオーク(設立ウオーク)

あるきたくなるみち500選福井県No.4  
 福井百景47・48

開催日 11月23日(月・祝)  
 集合場所 JR鯖江駅東口  
 時刻 8時30分  
 スタート JR鯖江駅東口  
 距離 13km  
 フィニッシュ 郷陽会館 12時30分

### ▲紅葉の若狭路

西のサバ街道石山峠ウオーク

開催日 11月29日(日)  
 集合場所 道の駅名田庄(おおい町)  
 時刻 9時30分  
 スタート 道の駅名田庄(おおい町)  
 距離 18km  
 フィニッシュ やまびこ会館(おおい町)  
 バス&ウオーク(バス要予約)

### 県内・近県のウオークイベント

☆日 時 10月12日(月・祝) あわらおもてなしウオーク  
 事前申し込み10月5日(月)まで 参加費1500円  
 問い合わせ (一社)あわら市観光協会 TEL 0776-78-6767  
 FAX 0776-78-6760

☆日 時 10月11日(日) 第4回大津祭りウオーク 12km  
 ☆日 時 10月31日(土) 里山シリーズ◎賤ヶ岳 16km  
 問い合わせ 滋賀県ウオーキング協会 TEL 077-587-6159

☆日 時 10月22日(木) 時代祭観賞ウオーク  
 問い合わせ 京都府ウオーキング協会 TEL 075-353-6464

### 大会パンフレットあります

☆長野県 松本城ウオーク -アルプス展望・松本歴史探訪-  
 日 時 11月7日(土)・8日(日)  
 集合 松本城(JR松本駅から徒歩15分)

☆高知県 龍馬ゆかりの道ツデーウオークin高知  
 日 時 11月7日(土)・8日(日)  
 集合 JR高知駅南口こうち旅広場

☆神奈川県 城下町おだわらツデーマーチ  
 日 時 11月21日(土)・22日(日)  
 集合 小田原城址公園 銅門広場

ウオーク川柳

あと一回 長い道のり 思い出に  
 来た道を 夏の終わりに 振り返る  
 岩場ぬけ 下ればすぐに 登り坂  
 一晩では リセットできない 歩きすぎ  
 梨とルビー 梨とだんごの 大当たり

ウオーク短歌

静かなる 閑所の跡を 行き交うは 天下御免の旅ウオーカー  
 草原の 爽やかな風 背に受けて 大地を歩く 至福の一時  
 日本海 白い波間に 遊覧船 見下ろし歩く ハイウオークツ

### 企画担当より

奈良ウオーク出発11月22日(日)確定致しました。定員まで申込み受付けます。詳細は直接お送り致します。

ウオーキング川柳は脳の刺激となるようです。(NHK放送より)ウオークしながら一句。そして投稿!