

新年号 【2013年1月1日 火曜日】



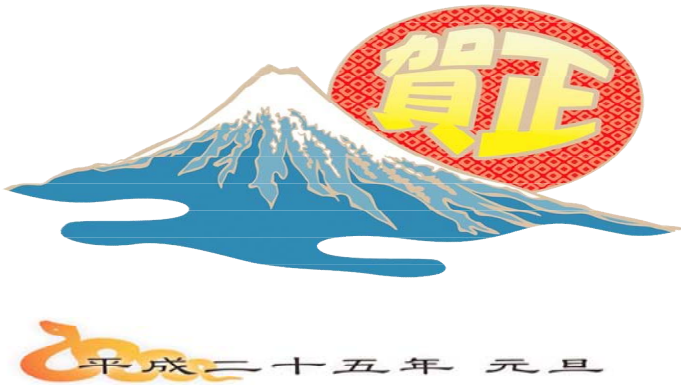
Walking

『伊豆歩倶楽部』会報

伊豆歩の歌 詠み人知らず

歩歩歩（ふふふ）の歩（ふ）
緩歩で観歩
歩歩歩（ほほほ）の歩（ほ）
歩歩笑美（ほほえみ）
伊豆歩は 歓歩で完歩

今年もみんなで楽しくウォーキング！



平成25年度 伊豆歩倶楽部継続会員手続き及び新規会員募集開始！！

平成25年3月20日までに、各自所定の手続きをお願い致します。それ以降の手続きは、再入会扱いとなり入会（1,000円）が発生いたしますので、ご注意ください。

尚、日本ウォーキング協会の入会及び継続（正会員・維持会員）をご希望の方も伊豆歩倶楽部会員手続きに合わせて手続きを行いますので、その旨をお知らせください。退会予定の方も事務局または役員までご連絡をお願いいたします。

詳しくは伊豆歩倶楽部事務局 渡辺【0558-62-0454】までお気軽にお問い合せ下さい。

<平成25年4月1日~平成26年3月31日>

【会費】 継続会員 2,000円/年 家族会員 1,000円/年
新規会員 3,000円（入会金 1,000円 年会費 2,000円/年）
日本ウォーキング協会 正会員 10,000円/年 維持会員 2,000円/年

【納入方法】 郵便振替用紙にて『郵便番号10150-記号57680821 伊豆歩倶楽部』宛に納入して下さい。
例会等へ現金を持参の方は、封筒にお名前・入金額を記入の上、伊豆歩倶楽部の受付へお渡しください。

第123回 伊豆歩倶楽部 1月例会

第15回 伊豆早春フラワーウォーキング

「第15回記念 下田水仙ツデーマーチ」

- ・日本市民スポーツ連盟認定大会
- ・オールジャパンウォーキングカップ認定大会
- ・日本開国セブンハーバーズリーグ
- ・美しい日本の歩きたくなるみち500選認定大会(1/13)
- ・元気に歩こう1800ウォーク認定大会

【公認】歩測大会開催 歩いた距離を測って、歩測名人を目指そう！！豪華景品をご用意しております。

「タライ岬コース」は緑深い山並みから一変、壮観な海岸線を望むタライ岬。藪椿を見ながら小鳥のさえずりを楽しむ和歌の浦遊歩道を歩くコースです。

「下田水仙コース」は豊かな自然を満喫できる須崎遊歩道。爪木崎灯台の麓に300万輪の水仙が一面咲き誇り、芳香漂う清楚な水仙を満喫いただける、ロマン溢れるコースです。

【日程】 2013年1月12日（土）・13日（日）

【集合場所】 下田小学校体育館 [伊豆急下田駅下車 徒歩10分]

【参加費】 100円 *伊豆歩倶楽部の会員は、必ず伊豆歩倶楽部受付で参加登録をお願いします。
尚、参加確認の為、2日間参加される方は2日間共受付をして下さい。

【コース】

天候等諸条件により、時間が変更になることがあります。
注) 下田水仙コース(13Km)は、スタート後出発時点までバスで移動します。

日程	コース名	コース	受付	出発式	スタート	ゴール予定
1月12日(土)	タライ岬コース	24・30Km	8:00	8:45	9:00	13:00
		10Km	9:00	9:45	10:00	
1月13日(日)	下田水仙コース	30Km	7:15	8:00	8:15	16:00
		20Km	8:15	9:00	9:15	
		13Km	9:15	10:00	10:15	

伊豆歩倶楽部会員は、必ず名札を見える所に付け、マイカップを持参して下さい。

【問合わせ】

伊豆早春フラワーウォーキング実行委員会
TEL 0558-42-1177 FAX 0558-34-2071
伊豆歩倶楽部事務局 TEL/FAX 0558-62-0454

1月12日(土)初歩き「新年会」を開催します。

参加希望者は、別紙「新年会参加申込書」にて申し込むか、又は「下田水仙ウォーキング」当日受付の時、参加の有無をお知らせ下さい。遠方からの参加者も出席しますので、多くの会員の参加を待っています。

【場所】 とん亭 【集合時間】 17時

【会費】 男性 5000円 / 女性 3000円

第124回 伊豆歩倶楽部 2月例会

第15回 伊豆早春フラワーウォーキング

「第15回記念 河津桜ツデーマーチ」

・日本市民スポーツ連盟認定大会

・元気に歩こう1800ウォーク認定大会

*「伊豆東浦路コース」 河津町の豊かな自然に囲まれた見高入谷高原温泉へ向かい、伊豆七島を眺めながら、今井浜海岸から河津桜並木を通ります。高低差250mですがアップダウン有りの健脚コースです。

*「ジオサイトコース」 初景滝や佐ヶ野歩道では、火山活動によって作られた美しい柱状節理を見ることが出来ます。

【日程】 2013年2月9日(土)・10日(日)

【集合場所】 河津南小学校体育館(伊豆急河津駅下車徒歩 5分)

* 昨年と集合場所が変更となり河津南小学校となっていますのでご注意ください。

【参加費】 100円 * 伊豆歩倶楽部の会員は、必ず伊豆歩倶楽部受付で参加登録をお願いします。尚、参加確認の為、2日間参加される方は2日間共受付をして下さい。

【コース】

天候等諸条件により、時間が変更になることがあります。

日程	コース名	コース	受付	出発式	スタート	ゴール予定
2月9日(土)	伊豆東浦路コース	20・30Km	8:00	8:45	9:00	12:00
		10Km	9:00	9:45	10:00	
2月10日(日)	ジオサイトコース	20Km	8:00	8:45	9:00	16:00
		10Km	9:00	9:45	10:00	

伊豆歩倶楽部会員は、必ず名札を見える所に付け、マイカップを持参して下さい。

【問合わせ】

伊豆早春フラワーウォーキング実行委員会
TEL 0558-42-1177 FAX 0558-34-2071
伊豆歩倶楽部事務局 TEL/FAX 0558-62-0454

第125回 伊豆歩倶楽部 3月例会

第15回 伊豆早春フラワーウォーキング

「第13回 南伊豆菜の花ツデーマーチ」

・日本市民スポーツ連盟認定大会

・元気に歩こう1800ウォーク認定大会

*「白砂青松弓ヶ浜コース」 白い砂浜が弧を描く海岸線から、南伊豆町に広がる田畑や、エメラルドグリーンに輝く海原を眺めながらゴールへと向かいます。

*「石廊崎潮騒コース」 自然の力で素晴らしい景観となった石廊崎、爽やかな風を感じる走雲峡を通るコースです。 いずれのコースも、早咲きの桜並木を通行します。

【日程】 2013年3月2日(土)・3日(日)

【集合場所】 南伊豆役場 湯けむりホール

*「伊豆急下田駅前よりバスにて20分「役場前」下車 徒歩1分

【参加費】 100円 *伊豆歩倶楽部の会員は、必ず伊豆歩倶楽部受付で参加登録をお願いします。
尚、参加確認の為、2日間参加される方は2日間共受付をして下さい。

【コース】 天候等諸条件により、時間が変更になることがあります。

日程	コース名	コース	受付	出発式	スタート	ゴール予定
3月2日(土)	白砂青松弓ヶ浜 コース	14・24Km	7:30	8:15	8:30	12:00
		10Km	9:00	9:45	10:00	
3月3日(日)	石廊崎潮騒 コース	20・24Km	7:30	8:15	8:30	16:00
		10Km	9:00	9:45	10:00	

伊豆歩倶楽部会員は、必ず名札を見える所に付け、マイカップを持参して下さい。

【問い合わせ】 伊豆早春フラワーウォーキング実行委員会

TEL 0558-42-1177 FAX 0558-34-2071

伊豆歩倶楽部事務局 TEL/FAX 0558-62-0454

例会に参加される際は、必ず名札を見える所に付けて下さい。また、例会以外のウォーキングの会に参加される時にも、名札を付けて参加していただくと、初めての方とのコミュニケーションもスムーズに！！ 『名札を付けてレッツウォーク！ ウォーキングの輪を広げましょう』

例会報告

「2012 イヤ ラウンド大会・下田」 報告

2012年11月10日(土) 天気:晴れ

参加者:34名(会員:24名)

テーマは「のんびり歩いて下田を再発見」。賀茂スポーツを発着点に、旧町や鍋田海岸沿い、和歌の浦遊歩道、ペリーロードなどを巡る10Kmを歩いた。天候に恵まれ、最高のウォーキング日和となった。

「静岡県ウォーキング協会 第8回合同ウォーキング大会」 報告

・湯の街「熱海」の浪漫薫る名所を訪ねて 15Km / 18Km

2012年11月23日(日) 天気:雨のち曇り

参加者:69名(会員:23名)

スタート前からあいにくの雨となった。開会式で、熱海・斉藤栄市長は「『愛のスポット』でもある伊豆山神社や、花を飾った場所もある。紅葉もきれいです。鍛えている足と身体で、体感して下さい。」と歓迎のあいさつをした。

伊豆山神社では農業祭が開かれていた。同神社から長い階段を下り、走り湯、起雲閣、熱海海園などを巡り、ゴールのJR来宮駅と熱海駅まで歩いた。県内の5箇所のウォーキング倶楽部防参加し、交流を深めた。

第121回 伊豆歩倶楽部 11月例会報告

・伊豆の踊り子ウォーキング 10Km / 15Km

2012年11月25日(月) 天気:晴れ

参加者:125名(会員:32名)

当日は、寒からず、熱からず、静かな日和。開会式の後、バスにて出発点まで移動。15kmコースでは、笹本副会長のストレッチ体操、大善幹事の恒例の「檄」により元気にスタート。途中、七滝遊歩道の崖崩れの為、国道414号線を歩く。トップ、ミドル、アンカーそれぞれ気を遣いながらのウォークであった。皆無事にゴールし、おもてなしコーナーでは暖かい雑炊が心を暖めてくれた。主催者に感謝

7 Harbor Walking 下関ソーデーマーチ

伊豆歩倶楽部会員No.609 鷹木 亮一

さて、今回は第10回海峡のまち下関歴史ウォークです。先ず予約から綴っていきましょう。開催日は11月17・18日。沼津から下関まで約900kmの長旅となります。出発を15日に設定して、600km先の倉敷で一泊、16日に現地下関に到着、17・18日ウォーキング。

18日に安芸の宮島で一泊、19日は有馬温泉で翌日帰郷。メンバーは、伊豆歩倶好しグループの先崎さん、金沢さん、社本さんご夫婦、鷹木夫婦の6組で出発です。

我が家を7時に出発、車は東名高速を倉敷へと快適な走行、先崎さんの持ってきてくれた朝食を途中のインターで食べ、これがまたチラシ弁当でとっても美味しく朝から幸せ気分最高です。みんなで持ち寄ったお菓子や果物、楽しいお話、お天気は青れ、富士山が裾野まで見えてとってもきれい、高速道路は西へ向う車も少なく、運転する社本さんと私は安全走行で気持ちが良い、後ろの4人も楽しいお喋りが止りません。居残りなんてしていません。

高速道路は飛ばさず、文章はチョット飛ばして今日の宿舎地、倉敷に到着です。ここのホテルは目的地の途中なのでお安い値段でお得な内容を探しました。一泊二食で4,900円、お風呂は大きなのがあります。食事は家庭食で満足できました。

倉敷美観地区まで歩いて3分、3時間の観光は普賢行かな、裏まで見学する事が出来た歴史のページが少し増えたかな？ここで、チョット変な体験、メインの城端で変なオジサンに捕まって無理やり観光案内をさせられてしまったのです。美観地区をくまなく説明してくれて、私たちのデジカメでパチパチと写真を撮ってくれて、喫茶店に連れて行かれてお茶をご馳走させられて、最後にまたお茶代を請求されて、でも良かったです。

美観地区も日が暮れて城端で写る古風な景色がまた旅の疲れを癒してくれる風景に変わってきました。さてホテルに帰ってお風呂に入ってゆっくりしますか。

日が変わって16日、目的地下関まで約300km、運転手は鷹木、高速道路を西へと快適な走行、途中で運転を社本さんと交代しながらお昼過ぎに下関に到着。出発前社本さんから唐戸市場のお寿司が美味しい、から絶対に行ってきたと聞いていたので、先ずはそこへと向った。ほんとに裏手であふれています。

お寿司がこれまたすごい、何処のお店もソバを作っています。お客は人だかりでいっぱい、トレイに好きなお寿司を乗せて表の海際海峡の見える所でみんな美味しいお寿司をほおばっています。私たちも関門海峡を見ながらお寿司をお腹いっぱい食べました。オット、忘れていたフグの唐揚げとアナゴのにぎりこれも最高に美味しかった。値段もまた安いので、北海道は函館で食べた時よりもかなり安く、味もこちらの方が絶対美味しいです。

社本奥瀬お月日もここで食べると言っていたのは、みんなも同じ考えでした。社本ご主人イクラ丼を二日も食べたので、私も少しもらって食べたらほんとにこのイクラ丼が美味しいのです。唐戸市場に来てみんな「よかったね。」の一言でした。私達は歩きに来たのか食べに来たのか・・・どっち(*^_^*)

さて本線に戻って初日は雨の歓迎でスタートです。会場は下関あけでの盛大な式典となりました。女子高校生の元気なボランティアや各企業からのお土産もあり、雨の中、元気にスタート、今日は10kmで我慢してまた市場でお寿司を食べるのを楽しみに頑張って完歩。お昼チョイ過ぎにゴール、また雨がやまなし、でもお寿司は食べたい、誰かが「ホテルに持ち帰って温泉に入ってから寿司パーティーをやろう」と言っていました。ナイスアイデア・・・決まりだ!!

フグの唐揚げ、マグロコロックやお寿司をたくさん買ってホテルへ・・・みんなお腹いっぱい満足・・・夕食、食べられるかな？でもみんな夕食は別腹とシッカリ食べました。

2日目は青れた。関門橋がすごい、海峡の潮の流れが激流のごとく朝は日本海から夕方には瀬戸内海から裏側で流れてくる・・・「感動した」誰かが言っていたな。

ウォーキングも無事完歩して、これから行く先は安芸の宮島、紅葉見学。船で厳島神社に向かうが、紅葉の時期で観光客はすごかった。海に浮かぶ真っ赤な鳥居、夕日が沈む宮島の海は遠く、昔を思い出させるような風景であり、厳島神社の見事な建物と景色、これにも心打たれました。来てよかった。

泊まるホテルは高速道路サービスエリア内にあるきれいなホテル。「ファミリーロッジ旅館」で朝のコーヒーとパンはサービス。夕食はエリア内のレストランで美味しい広島カキを食べてゆっくりおやすみです。

{ここでお得なお話、日曜日の夕方に高速に入ったまま月曜日に有馬温泉で高速を出たら料金は休日料金でした。}・・・得した気分・・・

翌19日は有馬温泉で最後の一泊、かんぽの宿から瑞宝寺公園へと夕食前の紅葉狩り、みごとに紅葉したもみじやドウタンソウジ、公園全てが真っ赤な紅葉、こども来てよかった。お風呂は赤褐色の有馬の名泉「金泉」かけ流しの湯、この温泉しょっぱかった。

お土産をたくさん買い込んで、最後の日20日は瀬戸東名高速を家路へと向、楽しい旅ができました。こんどは何処に行こうかな。(*^_^*) 6人の旅報告でした。

【 伊豆歩俳壇 】

舞う風に木葉も疲れ山眠る

清水 政悦

(11月 伊豆の踊子ウオーク)

落ち葉踏み 滝滝たずね 天城越え

堀崎 龍夫

おしゃべりと 伊豆の紅葉 ^{なかま} 歩友をり
着ぶくれて すってん転けの 天城かな
裏表 見せて散りたるや 冬紅葉

堀崎 龍夫
大窪 正幸
大窪 正幸

(12月 南伊豆古道ウォーク)

水音は 湧き水ですよ 年の暮 大窪 正幸
散るもよき 残るもよき 木の葉散りけり 大窪 正幸
とん亭で 何を飲んだか 年忘れ 清水 政悦

【ウォーキングの感想・いずみ調留多・伊豆歩非壇投稿先：FAX0558-62-0454 伊豆歩俱樂部事務局次長・渡辺芳男 宛て

- ・ホームページアドレス <http://www.izuhorclub.com>
- ・メールアドレス info@izuhorclub.com
- ・投稿記事その他ご意見・ご感想をお寄せ下さい。「伊豆歩非壇」・「いずみ調留多」・「伊豆歩壇」にも一句・・・皆様のご参加をお待ちしています。

会報への投稿は、毎月20日までご願 致します。それ以降に届いた原稿は次号にてご案内させていただきます。

- ・伊豆歩俱樂部部 TEL&FAX 0558-62-0381
〒415-0153 静岡県賀茂郡南伊豆町手石747 杉本育男

【発行 伊豆歩俱樂部事務局】

下田市吉佐美 ペンション ゲストハウス アーヴァン

吉佐美大浜駐車場目の前の好立地 『海洋浴』で心も体もリフレッシュ！！
サーフィン・ボディボードなど海を楽しみたい方や、ウォーキングライフを応援します
カップル・家族・グループ旅行にご利用下さい。お気軽にお問合わせください。

年末・年始ご予約承り中！

「第15回 伊豆早春フラワーウォーキング」に参加予定のウォーカー限定のプラン有。
1泊2食付き 7000円 お一人様からご案内OK！

静岡県下田市吉佐美2620 0558-23-2635

<http://www.e-urvan.com> info@e-urvan.com



風光明媚な吉佐美大浜☆

一緒にウォーキングを楽しみましょう！！