特定非営利活動法人　石川県ウオーキング協会　会報

IWAウオーキングだより

2014.8.10発行　新装6号　（1）
石川県ウオーキング協会
発行・編集: 企画広報委員会
Mail:iwa-ishikawa@nsknet.or.jp

〒921-8105 金沢市平和町1-3-1 石川県平和町庁舎 TEL/FAX 076-245-6588　URL:http://www.iwa-ishikawa.jp

第109回健康ウオーク「森林浴ウオーキング」開催!!

6月29日（日）石川県森林公園インフォメーションセンター前（森のワクワクハウス）に約100名の参加者が集合した。

出発式で石川県教育委員会健康推進課梅村さんのあいさつ、続いて石川県ウオーキング協会谷内副会長があいさつして、コース案内、ストレッチを行い9:20ごろスタートした.

5キロコースにはノルディックウオークも同時開催された。筆者は10キロコースを歩いたが、時々雨が降る天候でレインウエアーや傘をさしてのウオークとなり、約6切地点で激しい雨に見舞われ断念し11:15ごろゴールした。

森林公園は津幡町北部の丘陵地から三国山（みくにやま）にかけて広がる石川県森林公園は、総面積1,150ヘクタールに及ぶ全国屈指の規模を誇る森林公園です。

Aコース（10キロ）
中央林道～津幡林道～御門林道～みかど道～太平林道～能瀬林道～太平林道

Bコース（5キロ）
中央林道～サイクリングロード～松葉台管理道～サイクリングロード～どんぐりの道～つつじの道～中央林道（ノルディック・ウオーク）

○　○
◇　◇

第110回健康ウオーク「穴水・中居（さとりの道）&潮騒の道を歩く」開催!

7月13日（日）穴水町中居ふれあいパークに於いて第110回健康ウオーク、スマートライフウオーク「穴水・仲居（さとりの道）＆潮騒の道を歩く」が約60名の参加で開催された。

金沢からは約30名が観光バスをチャーターして参加。

曇模様の中、開会式で谷内副会長があいさつ、コース説明、ストレッチを行い、9:30に仲居ふれあいパークをスタートした。「中居さとりの道」では7寺院、2神社を巡り、途中今話題の遠藤関生家（右上写真）の前を通り、のとふれあい文化センター内では遠藤関パネルに出会った。やはりでかい！！

「潮騒の道」では海岸の遊歩道が整備され”ボラ待ちやぐらの前をウオーキング。正午前より雨も激しくなったが参加者全員12:30頃ゴールした。

コース（11キロ）
仲居ふれあいパーク（スタート）～仲居さとりの道～由比が丘～潮騒の道のとふれあい文化センター（トイレ休憩）～あすなろ広場（ゴール）

◇県内のウオーキングダイアリー◇

月	日	曜日	主催	内容	距離	集合場所	受付開始	スタート	終了予定	備考
8	24	日	小松	サンセットウオーク「今昔、今江潟周辺を辿る」	12、10km	JR小松駅東口	13:30	14:15	17:30	ゴール後、懇親会あり
	24	日	県協会	ふらっとバス此花ルートを歩く	10km	金沢駅東口地下イベント広場	13:30	14:00	16:45	例会後、懇親会あり
	24	日	七尾	涼しさを求めて（笠師保駅～和倉駅）						
	24	日	野々市	親睦会・鳥越ウオーク						会員限定
	24	日	山中温泉	さわやかウオーク（500選コース）		お尋ねください				
9	7	日	小松	ローカル線ウオーク⑤「鉱山資料館と尾小屋鉄道跡を辿る」	13、7km	西尾小学校	8:15	9:15	14:00	
	14	日	県協会	内灘町堪能ウオーク	10km	内灘町役場前	8:30	9:00	12:00	
	14	日	山中温泉	さわやかウオーク（500選コース）		お尋ねください				
	21	日	七尾	七尾城まつり協賛ウオーク						
	21	日	野々市	能美の里山・九谷陶芸村を歩く						
	23	祝	白山	気多大社と妙成寺周辺ウオーク	13km	羽咋市気多大社駐車場	8:30	9:00	13:00	
	28	日	県協会	ピンクリボンメッセージウオーク	4km	しいのき迎賓館	9:30	11:00	12:30	共催
	28	日	小松	木彫りの里、井波を歩く						高岡協会と共催
	28	日	かが	越前国・王子保に息づく神仏の道						
	28	日	山中温泉	さわやかウオーク（グリーンシティ往復コース）		お尋ねください				
10	3	金	小松	バスdeウオーク⑦						
	5	日	七尾	七尾市スポレク協賛ウオーク						
	5	日	山中温泉	さわやかウオーク（県民の森散策コース）		お尋ねください				
	12	日	白山	白山美川伏流水と北前船の里を歩く	12km	石川ルーツ交流館	8:30	9:00	12:30	
	12	日	内灘	芋掘りウオーク						
	12	日	県協会	千寿閣ウオーク	10、5km	卯辰山公園千寿閣				協力事業
	18	土	県協会	金沢マラソンコースを歩く①	16km	金沢市役所	8:15	8:50	14:00	ゴールは金沢市役所
	19	日	県協会	金沢マラソンコースを歩く②	18km	JR金沢駅東口	8:15	8:50	14:00	ゴールは金沢駅
	19	日	野々市	バスツアー　福井・勝山ウオーク						会員限定
	19	日	小松	粟津岳山と周辺を歩く						
	19	日	かが	飛騨国・円空信仰の道						
	19	日	山中温泉	さわやかウオーク（500選コース）		お尋ねください				

◎IWA加盟ウオーキング団体連絡先◎

協会名	問合せ先	担当者	協会名	問合せ先	担当者
珠洲ウオーキング協会	0768-82-7776	高橋事務局	諸江地区歩こう会	076-263-1630	松本事務局長
輪島市ウオーキング協会	0768-23-1176	川端事務局	野々市ウキウキウオーキング	076-246-3705	村西代表
能登町ウオーキング協会	0768-72-2509	蛸島、新出事務局	白山ウオーキング協会	090-7088-1297	古川事務局長
七尾ウオーキング協会	0767-62-4415	廣里事務局長	小松ウオーキング協会	090-7484-1778	二川事務局長
内灘町ウオーキング協会	076-237-1299	荒木事務局長	かがウオーキングクラブ歩歩	0761-74-8642	岡谷代表
かほくウオーキングクラブ「にゃんたろう」	076-283-7137	川北事務局長	山中温泉ウオーキング協会	0761-78-0815	坂下会長

東海北陸マーチングリーグ公認大会

○第23回越前・日本海ハイ！ウオークツー
- ・9月113日（土）14日（日）
- ・福井県あわら市
- ・ 0776-74-1324（実行委員会）

○第11回氷見キトキトウオーキング
- ・10月25日（土）26日（日）　富山県氷見市
- ・ 0766-74-8446 （実行委員会）

○第11回おわせ海・山ツーデーウオーク
- ・11月15日（土）16日（日）　・三重県尾鷲市
- ・ 0597-23-8223 （実行委員会）

○第17回河津桜ツーデーマーチ
- ・2015'2月7日（土）8日（日）　・静岡県河津市
- ・0558-22-0118（実行委員会）

○第18回早春薄墨桜浪漫ウオーク
- ・2015'3月14日（土）15日（日）　・岐阜県本巣市
- ・058-323-7764（実行委員会）

◎IWA加盟団体紹介コーナー

白山ウオーキング協会　会長　石原 正 氏

白山を見ながら、歩きませんか！

今年の夏は、いつもと違う暑さを感じますが、皆様いかがでしょうか？ウオーキングでのイイ汗を流しながら、木陰で楽しく休憩をされているのではないでしょうか…。

白山ウオーキング協会は平成18年5月に設立しまして今年で9年目となり、毎月白山市を中心に例会を開催しております。

白山の麓は、自然そのものです。陽に反射し流れる川、綺麗な花たち…。それぞれの四季もあり、自然と逢える気持ちを持ち、心もカラダも充実できるのが、私達のウオーキングかもしれません。

8月10日（日）は第75回例会で、「手取キャニオンロードを歩こう！」と題し、梅雨が空けた白山麓の涼しい空気を深呼吸し、コース途中にある綿ケ滝（落差:約32メートル）も見ることができます！例会後は、美味しくこだわりのお店「レストラン手取川」にて懇親会も予定されており、ウオーキングの参加数も多くなりそうと担当スタッフと打合せしております。

白山ウオーキング協会では、ただ今会員募集中です。標高2,702メートルの国立公園白山を見ながら、美しい手取川を間近に四季の情景を体験できる楽しく、健康維持のためにも、ウオーキングはいかがでしょうか。

白山ウオーキング協会会報誌「HWA歩きのたより」も制作しており、各関係先へ発行も検討しています。参加および入会等は　事務局 090-7088-1297古川まで 。

◎IWA 5か年ビジョン（その1）◎

IWAビジョン委員会が今年策定した「IWA5か年ビジョン」を何回かに分けて紹介します。

■スローガン

歩いて伸ばそう　健やか人生

歩いて創ろう　元気なふるさと

■基本方針

ウオーキングの啓発・実践を通じて、子ども、現役世代、高齢者など世代を超えた県民の健康維持・増進に寄与するとともに、歩いてこそ発見できる地域の魅力（自然、歴史、景観、人、文化）を発信する事業を通じて、交流人口の拡大による地域活性化に貢献し、様々な価値を生み出す歩行文化の創造を目指す。

■具体的目標

①増加する高齢者へのウオーキングの楽しさ、効用の啓発を通じて健康長寿社会づくりに寄与する。

②「歩育」の啓発・実践を通じて、幼児の健全育成に寄与するとともに、子ども世代に外遊び・外歩きの習慣化を図る。

③現役世代へ「歩く健康づくり」の参加を促し、健康で元気な社会づくりに寄与する。

④新幹線時代の到来に合わせ、地域の魅力を発信する「歩く観光」創出により、交流人口の拡大、地域の活性化の寄与する。（つづく）

各委員会だより

組織委員会　委員長 松林 知一

7月末現在で一番新しい会員さんの会員番号は822番です。800番の大台に乗ったのは今年1月末でしたから、6か月で22人の新しい仲間を迎えたことになります。このほか再入会した人もこの間に9人おり、現在の会員総数は255人となっています。

会員番号は当然1番から始まって連番になっており（ちなみに1番は三谷前会長です）、抜けた人の会員番号は欠番になりますから、逆に言うと、567人が辞めていった計算です。元気な間は止めないで一緒に楽しく歩きたいと願わずにはいられません。

組織委員会の任務はたった2つです。①会員を増やすこと②県内全市町に地域協会を設立すること一です。①については500人を目標に、とりあえず今年は300人を目指すということにしました。あと45人です。②については今年に入って能登町、珠洲、かほくの3団体が加盟し、現在12団体となっています。こちらは残り穴水町、志賀町、中能登町、羽咋市、宝達志水町、津幡町、能美市、川北町の8つです。

どちらの目標も達成に即効薬があるわけもなく、地道に取り組んでいくしかないのですが、皆さんが気持ちよく、楽しく歩ける会にすることが大前提だと思っています。ぜひ皆さんの家族や友人知人を誘ってください。

加賀百万石ツーデーウオーク実行委員会開催

7月18日（金）午後6時半より石川県女性センターにおいて加賀百万石ツーデーウオーク実行委員会が開催された。

北実石川県ウオーキング協会会長はあいさつで、第11回大会は新記録約3100名（2日間のべ）の参加者があり、共催の協会けんぽや自衛隊、歩育の参加者があり、また大学8校、高校5校からのボランティアなど新しい取り組みができたことは本日参加の皆様のお蔭ですと感謝の言葉を述べた。来年は12回大会で新幹線開業記念大会として、6月6日（土）～7日（日）に開催、更なる取組を行い5千名の動員を目指しましょう！と協力を求めた。

その後、北実行委員長が議長を務め、第11回加賀百万石ツーデーウオーク実施報告、第12回大会に向けての方針及び戦略について審議、承認を頂き、参加者各位より意見やアイデアを聞き、第12回大会への多くのヒントを頂き閉会した。

◎県内のイベントレポート◎

七尾ウオーキング協会6月例会レポート

6月22日（日）集合場所が市街地から離れたところにもかかわらず、31名の参加があった。

相馬公民館はかつて相馬小学校（国民学校）であった。小雨の残る中、先ず田園地帯をウオーキング、この辺りは江戸時代初めから長連達の支配していたところとか…。里山に入って木々の緑を満喫し、谷あいに昔からの集落があり、そこに立派な家構えの家が多いのにびっくり。里山を十分堪能して、だんだんと急な傾斜の山道になり、ウオーカーもスピードダウン。空は曇りで、日射がないのがせめても救いでした。

七尾ウオーキング協会7月例会レポート

7月21日（祝）朝からの強い陽射しの能登島マリンパーク（島の湯隣り）に34名の参加者が集合した。

能登島は30年前に橋ができ、今は七尾市の観光地の半分を有する地区になっている。また向田は島の北に位置し、加賀藩政時代に最初に政治犯を流刑収容したところで、以来公共機関が集中する島の中心地です。リアス式の海岸ウオークは、アップダウンの多い道が多く、強い陽射しに体力を消耗して、皆さん苦労していました。小さくても峠越えは両側から木々が迫り、風を遮るなど大変でした。帰りのバスは、渋滞で到着が遅れ、バスが島の湯に帰ってきたのは午後2時近くになってしまいました。

スタート能登島マリンパーク～ゴール:ねやフィッシングパーク（12キロ）

情報提供:七尾ウオーキング協会　辻口　安衛　氏

JWA認定取得者（JWAウオーキングライフより）

◇JWA認定取得者（敬称略　2014.7-8月号より）

歩行距離認定

・30000キロ　澤田　弘　・29000キロ　清水徳典

・20000キロ　尾崎綾子　・10000キロ　三村道代

◇IVV回数記録認定（敬称略　2014.7-8月号より）

・300回　大田則子、塩野礼子　・200回　清水徳典、橋本美智代　・100回　岩川武、神保輝雄、西田さよ子

・30回　大谷　勝、田中義広

◇IVV距離記録認定（敬称略　2014.7-8月号より）

・10000キロ　吉田美智代　・8000キロ　宮西留雄

・5000キロ　塩野礼子、清水徳典　・4000キロ　大田則子、竿下るり子、安江和子、安江重雄

・3000キロ　茂野　勝

つづく↑

編集部よりお知らせ

「IWAウオーキングだより」「IWAホームページ」に掲載している写真をご希望の方は下記アドレスまでメールを頂ければ原画サイズで提供します。ご連絡お待ちしています。yuecha@384.jp（編集部植茶）

△事務局からのお知らせコーナー▽

○残暑お見舞い申し上げます

今年も猛暑が続いています。無理をせず、熱中症にはくれぐれも気を付けてください。体調を整えて秋のウオーキングシーズンに備えましょう。

○新会員のご紹介（敬称略　6月～7月31日現在）

濱本武志（白山市）いっしょに楽しく歩きましょう

○金沢マラソンを歩く（2日間34キロ）

・開催日:10月18日（土）～19日（日）

・集合場所:18日＝金沢市役所

19日＝金沢駅東口地下

・詳細は案内パンフ又はホームページ

○第12回加賀百万石ツーデーウオーク始動

来年の大会を告知するPRチラシを制作しました（同封）。来年は新幹線開業の記念大会です。全国から今年以上の参加者が見込まれます。コースも見直したいと思います。大会運営のお手伝いをしていただけるスタッフを募集しています。ぜひ、皆様の力を貸してください。

○指導員のスキルアップ研修会

9月11日（木）に指導員を対象にしたスキルアップ研修会を開催します（チラシ同封）。資格更新の際の単位として認定されます。指導員になりたいという方も、ぜひご参加してください。会場の定員の関係で事前申込限定です。

○全国大会のパンフレット

以下の大会パンフレットが届いています。▽第15回日光ツーデーウオーク（9/6,7＝栃木県）▽越後長岡ツーデーマーチ（9/13,14＝新潟県）▽第23回天橋立ツーデーウオーク（9/27,28＝京都府）▽第6回みなと町神戸ツーデーマーチ（10/4,5＝兵庫県）▽第22回高崎観音だるまマーチ（10/4,5＝群馬県）▽第16回港よこはまツーデーマーチ（10/11,12＝神奈川県）▽第16回和泉弥生ロマン・ツーデーウオーク（10/18,19＝大阪府）▽第37回日本スリーデーマーチ（11/1,2,3＝埼玉県）▽長崎ベイサイドウオーク（11/15,16＝長崎県）▽第7回ピースウオークひろしまツーデー（11/22,23＝広島県）

●IWAウオーキングだより（カラー版）

IWAウオーキング便りはIWAホームページの「IWAウオーキングだより」ページよりカラー版がPDFデータでダウンロードできます。

特定非営利活動法人　石川県ウオーキング協会
〒921-8105　金沢市平和町1-3-1 石川県平和町庁舎
TEL/FAX 076-245-6588　石川県ウオーキング協会　検索
Mail: iwa-ishikawa@nsknet.or.jp