



歩いて育てる、笑顔・膝力・腰力・脳力!

例会等報告

- 98回例会 七尾湾展望・温泉と海の幸のみちウオークその2 開催日:7月16日(日) 天候:曇り時々雨
 コース:和倉温泉駅前のとしん駐車場～駅裏山道・田園道～赤浦町集会所(トイレ休憩)～赤浦潟一周
 ～国立七尾病院～松百海岸～石崎漁港～和倉テニスコート～駐車場ゴール
 歩行距離:11km リーダー:廣里重信
 参加者:一般7名 他協会11名 NWA 会員24名 計:42名

週間天気予報では晴れだったのに前日の予報は雨、実施の問い合わせが殺到しましたが、予定通り開催しました。受付時刻には曇って晴れ間もありました。ネット情報では、11時前後に雨雲が通過するとのこと。雨具の支度をして予定通り出発しました。

「七尾湾展望・・・」の名をつけたものの、スタート後の前半は里山道のウオーク。昔々は海であった赤浦潟を一周し、その後海拔32.8メートルの七尾病院前の展望台でようやく七尾湾が展望できました。病院駐車場で小休憩、道路の



傍らに見慣れないユリが咲いていて、ウオーカーの識者が絶滅危惧されて「何処行ったかと思っていたらこんなところに来ていたのか。」と『石動山ユリ』であることを教えてくれました。



ウオークは海岸に出ると、前面に能登島、大橋を望むシーサイドへ。陽も射すもだんだん雲が厚くなり、石崎漁港の辺りから雨が降ってきました。テニスコートでは本降りの雨となり、お腹も減って来て焼きそばと冷やしタイヤキの売店のぼり旗が恨めしく感じられました。



サッカー場のトイレ休憩をパスして駅前に直行となったところで雨は小降りとなりました。和倉駅前のゴールに到着したときには雨が上がり、まずまずの例会でした。天気予報の不安定な日にもかかわらず遠く加賀、富山県からも参加していただき、ありがとうございました。

○石川県縦断ウオーク(石川県ウオーキング協会創立15周年記念事業) NWA 会員の参加状況

- ⑧ 7月19日(水) 晴れ 宝達志水町役場～かほく市役所～津幡町役場 28km
 (廣里・安田諭・一花・岡本・岩川・西村・高瀬・岡田・酒井・正木の各氏と辻口 11名)

当日は30℃を超える気温の炎天下、平野で日陰の少ないコースで、熱中症の初期症状の出た人が多いウオークでした。

珠洲市役所から津幡町役場までの212km を完歩中の NWA 会員は次の6名です。

(廣里・西村・岡本・高瀬・岩川の各氏と辻口)

今後のNWA予定

- 8月の99回例会 石動山納涼ウオーク 開催日: 8月6日(日)
 集合場所:石動山資料館駐車場 受付:8:30～ 歩行距離:11km
 詳細、前号配布のチラシ参照。

○9月の100回例会 **七尾城まつり協賛ウオーク** 開催日: 9月17日(日)
集合場所:天神山小学校 受付:8:00~ 歩行距離:10km 詳細、同封のチラシ参照。

○10月の101回例会 **第12回スポレク祭参加ウオーク** 開催日: 10月1日(日)
集合場所:七尾市城山陸上競技場 受付:7:30~8:20 歩行距離:10km・5km
詳細、実行委員会と協議中

○11月の102回例会・県協共催 **国史跡探訪ウオーク②能登国分寺から七尾城**
開催日: 11月19日(日) 詳細、検討中

県内の主な予定 (詳細を知りたい方は事務局まで…)

○県7月例会 **富山県を歩く「常願寺川と吉峰グリーンパークを訪ねて」** 開催日: 7月30日(日)
集合場所:富山地铁岩岨寺駅 受付:9:10~ 歩行距離:12km

○県8月例会 **金沢のお地藏さん巡り②** 開催日: 8月20日(日)
集合場所:四高記念公園 受付:7:30~ 歩行距離:9km

○県特別例会 **石川県縦断ウオーク⑨** 開催日: 8月23日(水)
集合場所: 津幡町役場 受付:8:30~ ゴール:金沢市役所 歩行距離:23km

○県9月例会 **第148回金沢の坂道を歩く①** 開催日: 9月10日(日)

○県特別例会 **石川県縦断ウオーク⑩** 開催日: 9月20日(水)
集合場所: 金沢市役所 受付:8:30~ ゴール:白山市役所 歩行距離:12km

新入会員のお知らせ!

5月入会 会員番号 116 岡田喜昭様 金沢市光が丘在住

6月入会 会員番号 117 長崎憲子様 七尾市矢田町在住

よろしくお願ひします。

親子亀…●今年は4月以降雨が少なく田んぼの代掻きに支障が出たり、イネを植えても水不足、振り出したら警報が発表されるほどの雨になったり、最近は大真夏日、猛暑日のイタチごっこ。先日の石川県縦断ウオークに参加して、大変な思いをしました。熱中症の「厳重注意」が出て屋外作業などを控えるべきなのに、炎天下の日中に歩き続けるのですから当然と言えば当然です。しかし、すべて自己責任で参加する行事ですから、自分で十分な準備をしなければなりません。水分、塩分を早めに摂取し続け、静脈を冷やす方法を考えるなどして、参加しなければなりません。コースによっては欲しいときに自販機がなく、水分の我慢が長くなるなど体に不都合が生じてしまうことがあります。各自、充分注意しましょう。●NWAの運営が単一的になって、会員の皆様にはもの足らずに感じる方もおられるでしょう。現在のところ担当者は精一杯頑張っていますので、ご理解のほどお願いします。会員の中で世話をしてもよいと思われる方の申し出を待っています。例会当日だけではなく年間を通じて、担当して作業を担っていただきたく思います。都合の良い時だけ…では事務作業が流れませんので、少なくとも年間の7~80%は責任もって役割を担ってくださる方を求めています。無報酬の役割ですからそんなに大きな責任を感じることはないのですが、やってやろうと思われた方はお知らせください。お願いします。(辻口)

“NWA 新入会員を毎年募集しています”

入会したい方の情報がありましたら、事務局に連絡してください。 現在の会員数56名です