

2025年春・夏

中高年みんなと一緒に歩きましょう!

2025.4 あやせ歩こう会 

☆ 会のモットー：「もし、心が乾いたら友と歩こう」☆
広くみなさんにも参加していただき、**第2日曜(原則)と一緒に歩きたいです。**

| 予定日 | コース(予定) | 距離 Km | スタート駅 |
|-------|------------------------|-------|------------|
| 4月13日 | 春の香りを訪ねて花めぐり(千本桜) | 4.3 | 小田急 高座渋谷駅 |
| 5月11日 | 長尾の里・東高根森林公園散策 | 5.5 | JR南武線 宿河原駅 |
| 6月 8日 | 開成あじさいの里散策(あじさいまつり) | 5.9 | 小田急 新松田駅 |
| 7月 6日 | 海老名 三川公園の散歩道(半日コース) | 4.0 | 小田急 海老名駅 |
| 8月 | 第1日曜 8月は休会(極暑のため) 第4日曜 | | |
| 9月28日 | 武相国境の道と瀬谷市民の森散策 | 4.5 | 相鉄 瀬谷駅 |

集合場所：長後駅又は海老名駅(自宅に近い駅)に集合し、スタート駅まで行きます(現地集合可)

歩行時間：10時～14時頃に約4～6kmを40人程で安全に歩きます

持ち物：お弁当、飲み物、体験参加費(500円)、交通費、健康保険証



2024年11月(震生湖) 秦野市と大山・丹沢の眺望

オレンジの旗が目印



多摩丘陵の自然の中を散策

＜注意とお願い＞

- ・ ウォークできる健康状態で参加願います
- ・ ケガや事故は自己責任です

恵まれた自然の中に身を置き、
史跡を訪ねて新たな発見をし、
友とのふれあいに喜びを分かち、
そして豊かな心と感謝の気持ちで、
ゆっくり歩きます。

＜お願い＞ 実施有無を必ず直前確認ください(雨天等での延期・中止, コース変更, 集合時刻確認)

☎ 確認の連絡先：龍(りゅう) Tel. 080-2252-9881 or 馬場 Tel. 090-2319-7657

✂ 一般参加者カード(当日500円を添えて提出)

| | | | | |
|-------|---------|---|---|---|
| 参加カード | あやせ歩こう会 | 年 | 月 | 日 |
| 住所 | 綾瀬市 | | | |
| フリガナ | | | | |
| 氏名 | | 男 | 女 | |
| 電話番号 | | | | |

領収書

| | |
|--------------------|---------|
| 参加費として下記の金額を受領しました | |
| 様 | 金500円 |
| 年 月 日 | あやせ歩こう会 |
| 会計 | |
| 取扱者 | |



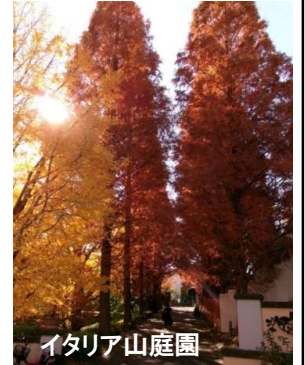
I. 連絡事項

12月例会

'ほうこく' 「緑豊かな歴史と文教地区散策」

12月例会は横浜のちょっと坂が多い難度中級の山手コースにチャレンジした。当日は会員29名・一般参加者2名の31名が参加、お天気にも恵まれ絶好のウォーキング日和で秋と初冬を感じながら楽しく歩きました。「イタリア山庭園」では公園全体一面が紅葉で染まり、イチヨウやメタセコイアの並木が見事な黄葉・赤色で多くの入園者が庭園を散策していました。

「打越橋」のアーチ橋を見学し、昼食を挟んで日本でのテニスの発祥の地である「山手公園」で解散しました。横浜山手は坂の多い所で今回のコースは各所に坂と階段がありましたが、皆さん元気に歩き切りとても良い足腰の鍛錬となりました。(H.F)

イタリア山庭園
メタセコイアの並木

★ 4月新会員の紹介 ★

・杉浦道雄さん(4班馬場G) 会員数51名(2025年4月現在)

II. 4月ウォーク

一般市民参加はカード記入と参加費500円が必要となります

春の香りを訪ねて花めぐり (千本桜コース)

治水対策で川幅を広げる河川改修工事が8月ころから開始

【日程】 **4月13日(日)** = 雨天延期 = **難度初級・市街地・丘陵地** 河川工事で千本桜の桜が見納めとなりそうです
荒天予報の時は前夜7時に連絡網で案内 予備日：4月20日(日)

【開会式】 午前 10時 00分 高座渋谷駅(西口)近くの渋谷3号公園 : 開会式

【解散】 午後 14時 00分 小田急 桜ヶ丘駅(西口) : 閉会式 **トイレは分かれて使用し集合**

【受付集合】 「長後駅 or 海老名駅」で受付し、開会式場に行きます (現地直行も可能)

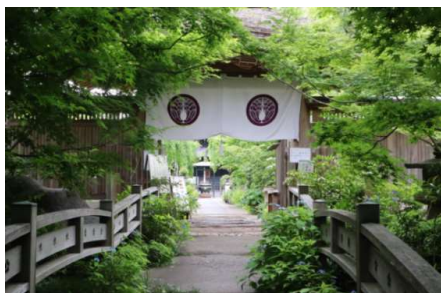
【あし】 長後駅 9:40発 → 高座渋谷駅 9:42着

(相鉄) 海老名駅 9:24発^{〈快速〉} → 大和駅 9:34着 (のりかえ小田急) 9:41発 → 高座渋谷駅 9:42着

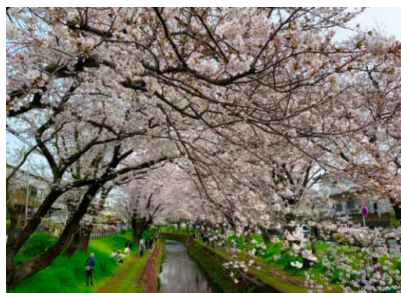
【お願い】 当日の体温が「37.5度以上」の時は参加をご遠慮願います。

【あし代】 長後駅 → 高座渋谷駅 140円 海老名駅 → 高座渋谷駅 380円

【ガイドリーダー】 龍・石川・井上玉・協力一ノ瀬さん



常泉寺、別名「花のお寺」



桜の名所『千本桜』



総合公園 引地台公園

- ◆千本桜 ソメイヨシノなどの桜約500本が川の兩岸約1.3キロに渡って咲き並んでいます。
- ◆田中八幡宮 御神像の応神天王(騎馬像)や新進組の近藤勇で有名な天然理心流の一門の方々が奉納した「天然理心流奉納額」は市指定重要文化財です。
- ◆引地台公園 園内には緑とスポーツを中心とした施設、野外音楽堂、大和スタジアム、引地台温水プールなどがあり市民の憩いの場としてさまざまな活動の場として利用されています。

【コース】 距離 約 4.9 Km (引地台公園内含まず) 歩行時間 約 1 時間 4 0 分

境内には
入らない

高座渋谷駅(西口) 240m → 渋谷3号公園(開会式) 560m → ①常泉寺 1000m →
 ②田中八幡宮 700m → ③千本桜出口 300m → (④御嶽山神社(御嶽山公園)) 1000m →
 ⑤引地台公園【昼食】 400m → ⑥福田神社 700m → (ゴール) 桜ヶ丘駅(閉会式)

【トイレ状況】

- ・高座渋谷駅 ◎
- ・大和市役所分室 (海老名Grが使用) ◎
- ・コミュニティセンター 福田会館 ◎
- ・引地台公園 ○
- ・(桜ヶ丘学習センター) ◎
- ・桜ヶ丘駅 ◎



桜