

- もうだいぶ前から春の様な気がしますが、やっと彼岸の入りです。ここにきて冷え込んだりと、暑さ寒さも迷走気味ですね。蕾も開いたり閉じたりちょっとあわただしいようで、花の行方が気になるこの頃、皆様ますますご健勝のこととお慶び申し上げます。
- 若い頃は色々な生活環境が変わったこの季節。現在の皆様は落ち着いて四季変わらぬ穏やかな日々を過ごされていることと思います。ところが動植物界は、昔から今もずっとこの季節に生活環境が変わっています。ちょっと外に出てみてください。世界は新しい命に満ちています。春に外を歩くと心が浮き立つのは、新しい命に出会うからかもしれません。
- 私達も負けてはいられません。ご健勝の方もご健勝でない方も、外に出て、体の中の空気を入れ替えてみませんか。もう外気には新鮮な命が溢れています。大きく深呼吸してゆっくり歩けば、細胞が生まれ変わっていくのを肌で感じる事ができるでしょう。やっぱり春は少しは何かを変化させなくちゃ。
- 3月の光を浴びてゆっくりと風の中へ。さあ歩き始めましょう。

-----

【月例会のお知らせ】

- 4月2日(日) 10:00~12:00 12:00~14:00 ペアハット
  - 5月7日(月) 10:00~12:00 12:00~14:00 ペアハット
- ※月例会はどなたも参加歓迎の話し合いの場です。お弁当持参でご参加下さい。  
ただし、午前中だけ、午後だけの参加もOKです。

-----

【今月の行事一覧】

- 3月
    - 20 火 塩山ザゼンソウと雛祭り 塩山駅南口8:25 山西・田中志
    - 26 月 湯村山トレッキング熱烈アンコールに因って。甲府駅改札口集合8:39着進藤(律)
    - 29 木 夜桜ウオーク 石和の桜をひやかに・・・。石和駅集合17:30 進藤(律)
  - 4月
    - 2 月 月例会 ペアハット10:00
    - 8 日 ※桃の里ウオーク 要申し込みポレポレ
    - 9 月 春の中山道 JR長坂駅前8:00 多賀
    - 12 木 桃の里ウオーク・88景の道 日野春駅10:00 山西・梶山
    - 15 日 ※JWA500選の道から「棒道」(未定) 小淵沢駅10:30 JWA
    - 19 木 春の羅漢寺山 ドラゴンパーク9:00 村尾・中西
    - 28 土 下諏訪 一茶の俳句道 下諏訪駅9:00 山西・田中志
  - 5月
    - 7 月 月例会 ペアハット10:00
    - 9 水 シティ・ウオーク 上野・浅草・隅田川 あずさ6:25小淵沢発 伊藤
    - 17 木 リハビリウオーク 内海
    - 中 新緑の増富溪谷 民話と道祖神を訪ねて 多賀
    - 中 ケンとクララの散歩道 その3 岩田
    - 20 日 ※信玄棒道と湧水の里大会 スパティオ主催
- ※4/15 JWA500選の棒道大会は現在のところ未定です。決まりましたらお知らせいたし

ます。

※5/20の棒道はいつものスパティオ主催大会です。万障お繰り合わせの上ご参加ください。  
※5/17は腰を悪くしたり脚を折ったりした会員がいますので、その方々を外に引っ張り出す為のウォークです。どうなりますやら心配ですが皆で楽しく歩きましょう、次号でお知らせいたします。

#### 【ウォーク報告】

500選の道・信玄堤 投稿者：風路 投稿日：2007/02/18(Sun) 22:40 No.4660

雨を覚悟していたのが、思いのほかのウォーキング日和、暑いくらいでしたね。

アンカーのお2人はJWA重鎮の方に伴歩され、有意義な会話も多かったと聞いております。

信玄堤の説明や、途中の道での安全確認等々、リーダーはじめ歩こう会会員の底力を発揮したウォークだったのではないのでしょうか？

おまけ！

○に3は3番線ではなく3両編成、長は長坂ではなく長野、  
ということを学習しましたね♪（^^）

Re: 500選の道・信玄堤 ペアハット - 2007/02/19(Mon) 01:26 No.4661

参加の皆様、今日は天気にも恵まれ、楽しかったですね。

皆様自主的に安全誘導、後方確認等やってくださり、頼もしく思いました。ありがとうございました。

アンカーのお二人のご活躍は「下見」の賜物です。道を知っていないと安心して「遅れる」ことができません。ご苦労さまでした。

そして進藤さん、お疲れ様でした。まさに「道守り」として大活躍でした。ありがとうございました。

Re: 500選の道・信玄堤 ひまわり - 2007/02/21(Wed) 17:44 No.4667

直前まで降っていた雨も上がり、ウォーキング日よりの楽しい一日でした。

会員の方の大勢のご参加、そしてアンカーへのお心ずかいは大変嬉しく思いました。

八十八歳の翁のお相手は少々遅れ気味でしたが話が弾み面白かったですよ。

なかなかの作詞家で「竜王信玄堤を辿るみち」と題した詩を本日

私の所に送られてきました。（後日事務局にお届けします）

平成元年に日本ウォーキング協会に入会し以後全国のウォーキング大会に参加され、詠ったウォーキング賛歌は1万7千5百以上になるとか！素晴らしい翁でした。

#### 【編集後記】

■とても書いているヒマはありません。皆様すみません今月号も遅れました。

#### 【公募】

当会では引き続き「八ヶ岳88景」と「今年度ウォーク例会企画」を募集しております。

「八ヶ岳88景」は「歩いて見つけた八ヶ岳」と題して、八ヶ岳のビューポイントを皆様から推薦していただいております。写真展覧会ではありませんので写真の上手下手は関係ありません。個人的な思い入れで構いません、「ここから見た八ヶ岳が大好きだ」という場所がありましたら是非写真を1枚撮って送ってください。

又、ウォーク例会は随時募集しております。自薦他薦かまいませんので、歩いてみたい道がありましたら、お知らせ下さい。その他、どんなことでも事務局へ。

参加申し込みFAX用紙 0551-32-6877 多賀宛

■中山道 バスの旅

参加します 参加しません

■T O K Y Oシティウォーク

切符申し込みます 切符は自分で買います 参加しません

■その他 事務局へ連絡事項あればなんでも

4) お名前