



KANAGAWA WALKING

かながわ歩け

8

月号



発行：NPO法人神奈川県歩け歩け協会 〒231-0011 横浜市中区太田町4-47 コーワ太田町ビル7F
 TEL：045-661-8388 神奈川歩け総合案内 受付時間：月～金 午前10時～午後5時
 県協会ホームページ：https://kanagawaaruke.jp

夏を元気に過ごすためには！

夏を元気に乗り切るための体をつくるには「タンパク質」、エネルギーになる「脂質」「糖質」、体の機能を正しく維持する「ビタミン」「ミネラル」の五大栄養素を、1日3食の食事を通してバランスよくとることが基本です。食欲がなくても1日3食、胃に負担のかからないたんぱく質(卵、肉、魚、牛乳など)、ビタミン(野菜果物など)、ミネラル(牛乳、海藻など) バランスよく、少しずつでもいろいろな種類の食品をとりましょう。ビタミンB1はエネルギーを生み出す時に必要なビタミンです。元気に歩いてこの夏を乗り切りましょう！

<p>◎健康ウォーキング教室 中区 117-① 6キロ</p> <p>8月1日(火) NPO法人神奈川県歩け歩け協会 主管:かもめウォーキングアカデミー 後援:神奈川県議会議員歩け連盟</p> <p>【根岸森林公園コース】暑さ&日焼け対策をして歩きましょう。分かり易い筋肉の話&習慣にしたい筋トレ・ストレッチの実技もあります。昼休みには靴の紐を結び直して、午後のウォーキングに備えましょう。 ※当日受付、どなたでも参加できます。 【講座】①筋トレの理論②ストレッチの必要性③靴の履き方 【集合】午前9時30分 横浜公園内(スタジアム横) (JR関内駅3分) 【参加費】500円 小雨決行 弁当持参 【解散】JR根岸線、根岸駅 午後2時30分頃予定 【問い合わせ先】090-1534-6401 (神奈川歩け 土居)</p>	<p>◎神奈川の鉄道シリーズ〔東京急行〕 神奈川区 かながわを探る 7キロ</p> <p>8月4日(金) NPO法人神奈川県歩け歩け協会 主管:横浜歩け歩け運動連合会</p> <p>神奈川宿を訪ねて往時を偲ぶ。「神奈川」という名はどこから？ (昼食不要) 【集合】午前9時30分 そごう2F 鐘の広場(横浜駅東口5分) 【コース】～沢渡中央公園～神奈川台関門跡～反町公園 ～慶運寺～神奈川小学校～ 【解散】午後0時30分頃 JR 東神奈川駅 (JR京浜東北線・京浜急行線) 【参加費】県協会主管一般 1ページ下段 参加費の案内参照 【問い合わせ先】090-5309-1486 (神奈川歩け 大菊)</p>
<p>○いずみリフレッシュウォーク ★☆☆ 瀬谷区 森と林とお花畑と 8キロ</p> <p>8月3日(木) いずみ歩け歩けの会</p> <p>残暑の時、瀬谷区と旭区の3ヶ所の市民の森を巡り、お花畑で草花を満喫しながらウォーキングにふさわしい季節に向けて一日を楽しみましょう。 ※正午頃終わる為昼食時間は設けていません 【集合】午前9時 瀬谷駅北口公園(相鉄線、瀬谷駅3分) 【コース】～瀬谷みはらし公園～上川井市民の森～追分市民の森 トイレ～楽老南公園～ 【解散】午前11時45分頃 三ツ境駅(相鉄線) 【参加費】主催団体上一段 1ページ下段 参加費の案内参照 【問い合わせ先】090-2450-0678 (いずみ歩け 吉田)</p>	<p>○花と水辺と祭りウォーキング 厚木市 あつぎ鮎祭りと花火大会 6キロ</p> <p>8月5日(土) 後援:厚木市議会歩け歩け議員連盟 厚木歩け歩け協会</p> <p>コロナ禍前の鮎まつりが4年ぶりに戻ってきました。例年50万人が訪れる鮎まつり。夜7時からの花火大会は一万発。ウォーキングの後、厚木の祭りの夜をお楽しみください。花火大会観覧席を抽選でお分けします。 【集合】午後4時30分 海老名中央公園 (小田急線・相鉄線・JR 相模線海老名駅5分) 【コース】～大谷水門～海老名運動公園～相模川河川敷～相模大橋～ 【解散】午後6時30分頃 本厚木駅(小田急線) 【参加費】主催団体一般 1ページ下段 参加費の案内参照 【問い合わせ先】090-5312-0135(厚木歩け 大田)</p>

【マークの説明】□の中は、58カ所市町村区スタンプシール配布。

◎ 県協会主催ウォーク / かもめカード、企画別カード、JVAカード (教室、スクール、健保連、距離3キロ未満は除く)シール配布。

◎ 加盟団体主催ウォーク / かもめカード、企画別カード、JVAカードのスタンプシール配布。

◇ 加盟団体主催ウォーク / かもめカードの押印又はスタンプシール配布。

【参加費の案内について】 次のように案内しているものは、取り扱いが以下のとおりとなります。

○マーク:主催団体一般 / 会員200円 / 他協会員300円 / 一般500円 (誰でも参加できます)

◎マーク:県協会主管一般 / 県協会正会員及び登録会員証提示200円 / 他協会会員証300円 / 当日受付500円(誰でも参加できます)

◇コロナ三年ぶり・秦野青少年野外活動センター

真夏の暑気払いトレッキング 初級コース**8月5日(土)**湘南トレッキングクラブ
雨天中止

「焼きそば」と「冷たい飲み物」を用意いたします

【集合】午前9時 神奈中バス 大倉バス停
小田急・渋沢駅北口 大倉行 8:08 8:20

【コース】大倉～白泉寺～花鳥神社～野外活動センター

【解散】14:00頃 活動センターで自由解散

【参加費】会員 無料・他協会会員300円・一般500円
レクリエーション保険付

【問い合わせ先】090-2497-9008 湘南トレッキング 会本

◎横浜18区チャレンジW 《M8》
ひまわり観賞 [瀬谷区]瀬谷区8キロ**8月11日(金祝)**NPO法人神奈川県歩け歩け協会
主管:みどりウォーキングクラブ

追分市民の森の一角に、丹精込めた花が咲き誇る、お花畑があります。今夏はヒマワリ、百日草、マリーゴールドの開花を期待して訪れます。 昼食時間は設定しません。

【集合】午前9時 ニツ橋公園 三ツ境駅(相鉄線) 10分

【コース】～楽老中公園～瀬谷高校～追分市民の森～ひまわり畑
～笹野台大野公園～

【解散】正午頃 三ツ境駅 相鉄線

【参加費】県協会主管一般 1ページ下段参加費の案内参照

【問い合わせ先】090-7183-4290 (神奈川県歩け 上田)

○青空と緑の自然とふれあいウォーク 05-⑤ 都筑区
港北ニュータウンの緑道散歩 9キロ**8月6日(日)**

横浜歩け歩け運動連合会

水辺のせきれいの道とささぶねの道を中心に緑の散歩道を歩く。
(昼食不要)【集合】午前9時 センター南駅前(すきっぷ広場)
(市営地下鉄 センター南駅)【コース】～せきれいの道～茅ヶ崎公園～葛ヶ谷公園
～ささぶねの道～都筑中央公園～

【解散】午後0時30分頃 センター北駅(市営地下鉄)

【参加費】主催団体一般 1ページ下段 参加費の案内参照

【問い合わせ先】090-5309-1486 (横浜歩け連合 大菊)

◇貴重な葉山の棚田・ 葉山町
三が岡の緑を楽しむ 17キロ**8月11日(金・祝)**生き生きウォーキング
自然探索の会6月11日雨で中止にした企画です。素晴らしいコースなので再チャレンジします。三浦アルプス北尾根から乳頭山の先を下り、奥葉山の棚田を楽しみ、湘南国際村で昼食。午後は水源地付近に下り、三が岡緑地の登りを頑張ります。 **健脚コース**【集合】午前8時30分 JR 東逗子駅(JR 横須賀線)

【コース】～御霊神社～乳頭山～上山口小～葉山・棚田～湘南国際村～水源地～旧役場前バス停～三が岡緑地～

【解散】①一時解散 旧役場前バス停 午後2時頃

② 午後4時頃 逗子・葉山駅(京浜急行)

【参加費】会員300円 他協会員400円 一般500円
山歩きに適した靴 雨具 弁当 飲料水など

【問い合わせ先】090-4664-2304 星野

◎神奈川の鉄道シリーズ【市営地下鉄】 南区
大岡川の木陰に涼を求めて 8キロ**8月7日(月)**NPO法人神奈川県歩け歩け協会
主管:かなざわ歩け歩けの会涼しげな大岡川のほとりを鳥や鯉たちと一緒に歩き、商店街を見下ろす弘明寺観音へのお参りをすませ公園の展望台へ向かいます。ここから見下ろす光景は一気に暑さも払拭してしまいます。
(昼食の設定はありません)【集合】午前9時 阪東橋公園(阪東橋駅・市営地下鉄3分)

【コース】～蒔田公園～観音橋～弘明寺観音～弘明寺公園～最戸橋～上大岡駅西側～

【解散】正午頃 青木神社 (上大岡駅:京急・地下鉄)

【参加費】県協会主管一般 1ページ下段 参加費の案内参照

【問い合わせ先】080-7023-8303 (神奈川県歩け 高橋昭二)

○笑顔・みんな元気がみはら 5-⑤ 大和市
蟬の賑わい泉の森へ 7キロ**8月12日(土)**

さがみはら歩け歩けの会

盛夏の陽射しを避けてピクニック気分であふれあいの森から蝉が賑わう泉の森を周回します。 昼食時間は設けません。

【集合】午前9時30分 ふれあいの森(小田急、相鉄、

大和駅 10分)

【コース】～熊野神社境内～ふれあいキャンプ場～森のはらっぱ～せせらぎ広場～ふれあいの森・親水広場～

【解散】正午頃 大和駅(相鉄、小田急江ノ島線)

【参加費】主催団体一般1ページ下段 参加費の案内参照

【問い合わせ先】090-4611-4982 (さがみはら歩け 榎本)

◇芦ノ湖を眺めるコース(西岸) 箱根町
12キロ**8月10日(木)**

箱根町歩く会

白浜を出ていつも豊かな水を湛えて訪れる人を迎える芦ノ湖の涼風を感じながら真田浜で昼食、箱根には見られなかったウラジロシダを見ながら水田開発のため湖尻峠の下をくり抜いて掘られた箱根用水の取水口、深良水門を通り灯台の横から湖尻につく。

【集合】午前9時20分 箱根町 箱根駅伝栄光の碑 小田原駅東口箱根登山バス 3番 箱根町港行 箱根町港下車(小田原駅より60分伊豆箱根バス 5番 関所跡行 箱根町下車)

【コース】白浜～真田浜～深良水門～湖尻 ※帰路 箱根登山バス利用

【参加費】500円(箱根町歩く会へ初参加の方は別に500円:バッジ、会員当日問い合わせ:1, TEL0460-85-6788 2, 音声メッセージにて自動的に流れます。 3, 掛けられる時間は、前日の午後5時から当日午前9時迄です。問い合わせ先 事務局 0460-85-6788

◎厚木日曜ウォークキングスクール 厚木市
57-A 6キロ**8月13日(日)**NPO法人神奈川県歩け歩け協会
主管:かもめウォーキングアカデミー
後援:県及び厚木市 議員歩け連盟

【林神社Iコース】厚木の子之神社を經由して高札場の碑から厚木市内を一望(?)できる林神社に向かいます。ここから小鮎川に出て南下して本厚木駅まで戻ります。短い割にボリュームのあるコースです。☆毎回ウォーキングや健康に関する講座とエンジョイウォーキングを(6~8*程度)を行います。初心者からベテランまで大歓迎です。 ※当日受付(予約不要)、どなたでも参加できます。

【講座】歩行習慣と継続方法(健康は歩行習慣から!)

【集合】午前9時 厚木公園(はとぼっぽ公園)(本厚木駅3分)

【参加費】500円 小雨決行 昼食は不要

【解散】小田急線 本厚木駅 12時30分頃予定

【問い合わせ先】080-5540-9978 (神奈川県歩け 一ノ瀬)

◎健康ウォーキング教室

117-②

中区

6キロ

8月15日(火)

NPO法人神奈川県歩け歩け協会

主管:かもめウォーキングアカデミー

後援:神奈川県議会議員歩け連盟

【山下公園コース】暑さ真っ盛り！汗をかいたら水分と一緒に塩分も補給を。継続することを第一に、無理をしないように注意しましょう。効率の良い歩き方説明・時速測定・筋トレ実技を行います。

※当日受付、どなたでも参加できます。

【講座】①効率の良い歩き方②時速の感覚と計算③筋トレの基本動作

【集合】午前9時30分 横浜公園内(スタジアム横)(JR関内駅3分)

【参加費】500円 小雨決行 弁当持参

【解散】JR・東急・京急・相鉄・市営地下鉄・MM21 横浜駅

午後2時30分頃予定

【問い合わせ先】090-1534-6401 (神奈川県歩け 土居)

○自然観察ウォーク

能見台の林間コースを歩く

金沢区

8キロ

8月22日(火)

かなざわ歩け歩けの会

かなざわ歩けの会の定番コースの一つです。今回は能見台駅近くの公園から八景駅への林間コースです。能見台給水タンクまで歩き、能見堂緑地を下るコースに合流します。八景駅方面の景観をゆっくりとお楽しみください。(昼食の設定はありません)

【集合】午前9時 堀口北公園 (京急:能見台駅 10分)

【コース】～能見台北公園(テニスコート横)～能見台給水タンク横～能見堂跡地手前～不動池～

【解散】午前11時40分頃 谷津染井公園(京急:金沢八景駅 8分)

【参加費】主催団体一般 1ページ下段 参加費の案内参照

【問い合わせ先】080-7023-8303 (かなざわ歩け 高橋昭二)

○みどり to 自然 to ウォーキング【※5】

横浜港エリア散策

中区

8キロ

8月16日(水)

みどりウォーキングクラブ

新高島駅周辺は大規模工事が進んでいて駅から臨港パークまでの遊歩道の完成が待たれるところです。今回は街の変化を眺めながら日陰道を探して歩きます。昼食時間は設定しません。

【集合】午前9時 横浜公園 関内駅(根岸線・地下鉄) 5分

【コース】～象の鼻パーク～赤レンガパーク～海上保安資料館～パシヒコ横浜プラザ～横浜美術館前～キングモール橋

～高島中央公園～新高島駅～

【解散】正午頃 ゲートタワー～横浜駅(JR・地下鉄・他)

【参加費】主催団体一般 1ページ下段 参加費の案内参照

【問い合わせ先】090-1261-1731 (神奈川県歩け 羽田)

◎県央一周チャレンジ[大和市]

盛夏に木陰を求めて散策

大和市

6キロ

8月23日(水)

NPO法人神奈川県歩け歩け協会

主管:さがみはら歩け歩けの会

盛夏に木陰を求めてふれあいの森・引地台公園・千本桜並木を巡ります。昼食時間は設けません。

【集合】午前9時30分 ふれあいの森(小田急、相鉄、大和駅 10分)

【コース】～引地川・草柳3号橋～大下桜橋～引地台公園～元八幡橋～福田一号公園～

【解散】午前11時35分頃桜ヶ丘駅(小田急江ノ島線)

【参加費】県協会主管一般 1ページ下段 参加費の案内参照

【問い合わせ先】090-4611-4982 (神奈川県歩け 榎本)

◎湘南チャレンジ

皇大神宮大祭見学ウォーク

藤沢市

11キロ

8月17日(木)

NPO法人神奈川県歩け歩け協会

主管:かまくら歴史ウォークの会

昭和25年「かながわの民俗芸能50選」に選定されたお祭りです。9台の人形山車が見応えがあります。解散後自由に見学します。

【集合】午前9時30分 神台公園

(JR東海道線 辻堂駅 約5分)

【コース】公園～大庭城址公園～引地川親水公園(昼食)～上村橋～烏森公園(解散式)～皇大神宮大祭見学～藤沢駅

【解散】午後1時30分頃 藤沢駅(JR・小田急・江ノ電)

【参加費】県協会主管一般 1ページ下段参加費の案内参照

【問い合わせ先】090-8947-9217 (神奈川県歩け 栗原)

○かまくら散策[切通し]05-⑤

葉月の化粧坂切通し

鎌倉市

10キロ

8月24日(木)

かまくら歴史ウォークの会

藤沢から鎌倉の公園を巡って、化粧坂切通しをゆっくりと歩きます。

【集合】午前9時30分 藤沢駅北口広場(旧サンパール広場)

(JR・小田急・江ノ電 藤沢駅)

【コース】広場～深沢行政センター源氏山公園(昼食)～化粧坂切通し～八坂神社(解散式)～鎌倉駅

【解散】午後1時頃 鎌倉駅(JR・江ノ電)

【参加費】主催団体一般 1ページ下段 参加費の案内参照

【問い合わせ先】090-8947-9217 (かまくら歴史 栗原)

○多摩川を歩こう！横浜も歩こう！！

真夏の緑道散歩

都筑区

8キロ

8月19日(土)

かわさき歩け歩け運動連合会

真夏に涼風を求め木陰の緑道をつないで歩くいきいきコースと古刹の寺及び竹林を訪れて歩きます。

【集合】午前9時(受付8時30分より)仲町台駅前広場

(市営地下鉄ブルーライン)

ン)

【コース】駅前～せせらぎ公園～茅ヶ崎公園～大原みねみち公園～葛が谷公園～心行寺～矢崎橋～山崎公園～駅

【解散】午前11時45分頃 中川駅前(市営地下鉄ブルーライン)

昼食時間設定無し

【参加費】主催団体一般1ページ下段 参加費の案内参照

【問い合わせ先】090-1113-3099 (かわさき歩け 山崎)

◇横浜港視察艇乗船・ウォーキング

小雨決行

3キロ

8月25日(金)

さかえ歩け歩けの会

【集合】JR 根岸線桜木町駅改札口前13時30分

【解散】ピア赤レンガマリルージュ乗場 15時30分頃

【参加費】会員200円 他会員300円 一般500円

【コース】桜木町駅前～ピア赤レンガマリルージュ乗場→乗船→ピア赤レンガマリルージュ乗場(解散)

【定員・締切り】100名・7月31日※定員になり次第締め切ります

【申込み】申込み用紙または、TEL/FAX・携帯・Eメールで

【問合せ先】(清水) TEL/FAX 045-892-4575 携帯 090-4125-4165

Eメール: 8393uvvwq@jcom.zaq.ne.jp

◆横浜港視察艇マリルージュで横浜港を一周します。ひと時の寛ぎをあじわえます

◎健保連かながわ100キロウォーク 自由歩行 都筑区
木陰の遊歩道で森林浴 4キロ&8キロ

8月26日(土) 健康保険組合連合会神奈川連合会
 NPO 法人神奈川県歩け歩け協会

【集合】午前9時30分 せせらぎ公園 仲町駅(地下鉄) 5分
 【コース】～茅ヶ崎公園～葛が谷公園～(4^{キロ}→センター南駅)～
 8^{キロ}→川和富士公園～牛ヶ谷公園～えださん通り～
 【ゴール】午後0時30分迄に センター南駅 前広場 (地下鉄)
 【参加費】200円健保連神奈川連合会会員(ブルーの会員証・捺印用)
 250円県協会正会員及び県、登録会員証提示の方
 300円一般の方 (どなたでも参加できます)
 カードをお持ちの方はそれぞれ受付の際ご提示ください。
 *保険証をお持ちください。
 【問い合わせ先】080-5179-8387 (神奈川県歩け 飯塚)

◇行く夏を惜しむ・ 逗子市
蝉しぐれの森を歩きます 18キロ

8月27日(日) 生き生きウォーキング
自然探索の会

過ぎ行く夏を惜しみつつ、緑陰の蝉しぐれを歩きます、久木大池から
 やまなみルート、朝比奈峠から釜利谷の散歩道を経て金沢自然公
 園へ。起伏があり距離もあり、まだまだ、夏の暑さを感じての歩きです
 午後は氷取沢の小川から瀬上の池、周辺の森に潜って港南台
 へ。達成感のあるコースです。 18キロ
 【集合】午前8時30分 亀ヶ岡八幡宮脇(JR 逗子・京急逗子葉山)
 【コース】～久木大池～やまなみルート～朝比奈峠～草舞台公園
 ～金沢自然公園・ののほな館～瀬上の森～上郷町～
 【解散】午後3時30分頃 JR 港南台駅
 【参加費】会員300円 他協会員400円 一般500円
 山歩きに適した靴 雨具 弁当 飲料水など
 【問い合わせ先】090-4664-2304 星野

◎神奈川の鉄道シリーズ[相模鉄道] 旭区
高台の公園に涼を訪ねて 9キロ

8月27日(日) NPO法人神奈川県歩け歩け協会
主管:いずみ歩け歩けの会

暑さも収まる処暑も過ぎてせせらぎの音、竹林を渡る風の音、高台から
 見る白い雲や遠い山並みに近づく秋を体感する午前仲ウォークで
 す。 ※正午過ぎに終わる為昼食時間は設けていません。
 【集合】午前9時 鶴ヶ峰公園(相鉄線 鶴ヶ峰駅5分)
 【コース】～帷子川親水緑道～新井町公園～いでど公園～菅田み
 どりの丘公園～ひまわり団地入口～東本郷第一公園～
 【解散】午前11時55分頃 鴨居駅(JR横浜線)
 【参加費】県協会主管一般 1ページ下段 参加費の案内参照
 【問い合わせ先】080-1373-6552 (神奈川県歩け 堀沢)

◎神奈川の鉄道シリーズ[小田急線] 藤沢市
花と緑の長後遊歩道～今田遊水地 8キロ

8月29日(火) NPO 法人神奈川県歩け歩け協会
主管:厚木歩け歩け協会

昔“ハタカン”と呼ばれ、相模ダムを水源とした幹線用水路、現在は
 “長後遊歩道”、花と緑と夏の風を感じながら、今田遊水地へと歩きます。
 (昼食時間は設けていません)
 【集合】午前9時30分 長後公園(小田急江ノ島線長後駅3分)
 【コース】～天満宮～長後北歩行者専用道～七ツ木市民の家～長
 後南歩行者専用道～今田遊水地公園～湘南台公園～
 【解散】午後0時15分頃 湘南台駅(小田急江ノ島線)
 【参加費】県協会主管一般 1ページ下段 参加費の案内参照
 【問い合わせ先】090-5312-0135(神奈川県歩け 大田)

◎厚木日曜ウォークキングスクール 海老名市
57-B 6キロ

8月27日(日) NPO法人神奈川県歩け歩け協会
主管:かもめウォーキングアカデミー
後援:県及び厚木市 議員歩け連盟

【門沢橋 I コース】相模川右岸を南下して酒井グラウンドから戸沢橋
 を渡ります。途中地元の梨の販売店が出ているかもしれません。JR
 門沢橋駅まで、爽やかな川風を感じながらのコースです。
 ☆毎回ウォーキングや健康に関する講座とエンジョイウォーキングを
 (6～8^{キロ}程度)を行います。初心者からベテランまで大歓迎です。
 ※当日受付(予約不要)、どなたでも参加できます。
 【講座】健康は自己管理(日常ながら運動をしましょう！)
 【集合】午前9時 厚木公園(はとぼっぽ公園)(本厚木駅3分)
 【参加費】500円 小雨決行 昼食は不要
 【解散】JR 相模線 門沢橋駅 12時30分頃予定
 【問い合わせ先】080-5540-9978 (神奈川県歩け 一ノ瀬)

◇市民ボランティアに守られる 初級コース
鎌倉・広町の森トレッキング

8月30日(水) 湘南トレッキングクラブ
雨天中止

鎌倉腰越地区の広大な都市公園と野村総研跡地から鎌倉まで
 トレッキングします。
 【集合】午前9時 藤沢駅北口 サンパール広場
 【コース】藤沢駅～新林公園～広町の森～笛田公園～旧野村総
 ～源氏山～鎌倉駅
 【解散】15:00頃 鎌倉駅
 【参加費】会員 無料・他協会会員300円・一般500円
 レクリエーション保険付
 【問い合わせ先】090-2497-9008 湘南トレッキング 会本

神奈川県全市区町村完歩者名簿 2023年 令和5年6月

根田 ウタ子 様 (横須賀市)

かもめカード完歩者名簿 2023年 令和5年6月

- 原 栄子 (厚木市、40651km/3390回) 田中サト子 (横浜市都筑区、37485km/3370回) 篠原和雄 (川崎市幸区、30844km/2565回)
- 根田ウタ子 (横須賀市、28548km/2400回) 小長谷久子 (横須賀市、27527km/2340回) 山本好美 (横浜市金沢区、26343km/2185回)
- 石原秀和 (横浜市旭区、23401km/2100回) 汐満一虎 (横浜市緑区、23400km/1980回) 倉澤佳子 (横浜市磯子区、22284km/1965回)
- 川尻千恵子 (海老名市、20798km/1800回) 高橋光慶 (横浜市磯子区、20643km/1770回) 中野栄子 (鎌倉市、20565km/1735回)
- 岩田宣枝 (平塚市、19427km/1635回) 菅原時子 (厚木市、19314km/1740回) 上条明子 (座間市、18891km/1710回)
- 芝田誠二 (横浜市旭区、18558km/1560回) 柳川昭夫 (平塚市、14102km/1050回) 本間 哲 (横浜市青葉区、12252km/1110回)
- 影山義男 (横浜市南区、11961km/1080回) 赤間 廣 (横浜市青葉区、9491km/870回) 福島 裕 (横浜市神奈川区、9325km/840回)
- 吉田正顯 (横浜市港南区、9260km/960回) 長谷川広 (横浜市旭区、8927km/750回) 伊藤 進 (横浜市都筑区、8477km/760回)
- 川上清隆 (横浜市港南区、6721km/630回) 井口光春 (横浜市青葉区、5489km/510回) 藤原澄子 (厚木市、2146km/210回)
- 森富三雄 (相模原市中央区、1875km/180回) 上田登代子 (茅ヶ崎市、1751km/180回) 土屋邦夫 (鎌倉市、1408km/150回)
- 前原洋子 (横浜市瀬谷区、822km/90回) (敬称省略)