



KANAGAWA WALKING

かながわ歩け

4

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>

春の体調不良は気象が影響しているかも

昔から「季節の変わり目にはめまいがする」「天気が崩れる前には頭痛がする」など、気象の変化によって持病が悪化することを「気象病」と呼んでいます。その中でも、うつや不安といった気分障害に関わるものは天候が変わりやすい春や低気圧が続く梅雨、台風の多い秋など要注意です。自律神経には、体を活動的にする交感神経とリラックスさせる副交感神経があり、2つがバランスをとりながら、心臓や腸、胃、血管などの臓器の働きを司っています。この自律神経、自分の意思ではコントロールできず、ちょっとしたストレスでもバランスが乱れてしまいます。春は日々の寒暖差や、低気圧と高気圧が頻繁に入れ替わる気圧変動が大きい季節です。寒暖差に対応するため自律神経の一つである交感神経優位の状態が続くと、エネルギー消費が増え、疲れやだるさを感じます。

◎健康ウォーキング教室

127-①

中区

6キロ

4月1日(火)

NPO法人神奈川県歩け歩け協会
後援：神奈川県議会議員歩け連盟

【根岸森林公園コース】色とりどりのチューリップがお出迎え。颯爽と歩きましょう！初心者も安心。正しい姿勢と歩き方が習得できます。ベテランの方も今の歩きを再チェックする良いチャンスです。

※当日受付、どなたでも参加できます。

初めて参加される方は、午前9時15分までにお越しください。

【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 レジャーシート

【解散】JR根岸線 根岸駅 午後2時30分頃予定

【問い合わせ先】080-5179-8387 (神奈川歩け 飯塚)

◎花と水辺と祭りウォーキング

桜散策とアウトレットでお買物

平塚市

9キロ

4月2日(水)

NPO 法人神奈川県歩け歩け協会

2023年4月開業のジアウトレット湘南平塚にて人気ブランドのお買物、レストランにて食事をお楽しみ下さい。その後、1km続く相模川沿いの桜並木を散策します。

【集合】午前9時30分 寒川駅前公園 (JR相模線寒川駅2分)

【コース】～ 神川橋～大神スポーツ広場～ジアウトレット湘南平塚(昼食)～ツインシティ大神バス停～相模川桜道～戸沢橋～門沢橋第一児童公園～

【解散】午後1時頃 門沢橋駅 (JR相模線)

【参加費】県協会主催一般 1ページ下段 参加費の案内参照

【問い合わせ先】090-5312-0135 (神奈川歩け 大田)

◇展望台が新設

桜咲く弘法山トレッキング

雨天中止

初級コース

4月1日(火)

sTc 湘南トレッキングクラブ

【集合・出発】小田急・鶴巻温泉駅 午前9時
駅前広場

【参加費】会員 無料・他協会会員300円・一般500円

【持ち物】飲料水、雨具、手袋、その他軽食、防寒具、靴はトレッキングシューズ

コース 鶴巻温泉→石座神社→善波峠→弘法山→権現山→

矢倉沢往還道→鶴巻温泉駅

歩行距離 km 解散14:00頃 レクリエーション保険付

次回4月25日(金)町田・小山田緑地トレッキング 初級コース

【集合・出発】小田急・唐木田駅 駅前広場 午前9時

歩行距離 km 解散14:00頃 レクリエーション保険付

【問い合わせ先】電話・FAX 044-855-9390

携帯090-2497-9008 (湘南トレッキング会本)

◇新・サクラを求めて・

瀬谷、追分の森林から引地川

瀬谷区

14キロ

4月2日(水)

生き生きウォーキング
自然探索の会

三ツ境駅から、聖マリアンナの桜を見て、追分・瀬谷市民の森へ。春の香りが十分の緑の中、脚にやさしい緑の森を楽しみます。瀬谷本郷公園で昼食。春の日差しを浴びながら、街中と緑の道を歩きます。仕上げは引地川の桜並木を楽しみます。

【集合】午前8時30分 三ツ境駅 (相鉄線)

【コース】～追分市民の森～瀬谷市民の森～瀬谷本郷公園～深見神社～引地台公園～引地川桜並木～

【解散】午後3時頃 高座渋谷駅 (小田急江ノ島線)

【参加費】会員300円 他協会会員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

【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、スタンプカード、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：県協会主催一般 / 県協会正会員及び登録会員証提示300円 / 他協会会員証 400円 / 一般当日受付500円(誰でも参加できます)

【受付開始時刻】 ◎マークの県協会主催例会の受け付けは、集合時刻の30分前から開始します。

なお、4月～6月の集合時刻は、原則、午前9時30分です。

◎リフレッシュウォーク

ゆめをつないで希望が丘

泉区

13キロ

4月3日(木)

NPO法人神奈川県歩け歩け協会

ソラトスのゆめが丘から泉区の里山をたどって桜の名所の神明台 SP 広場を訪ねます。午後は尾根道を希望が丘まで。

【集合】午前9時30分 ゆめが丘第三公園

(トイレは駅で願います)

(相鉄いずみ野線 ゆめが丘駅 3分)

【コース】～草木橋～下和泉地区センター～かばた橋～中田中央公園～弥生台駅～観音寺前～神明台 SP 広場(昼食)～中希望丘第三公園～

【解散】午後1時55分頃 希望ヶ丘駅(相鉄線)

【参加費】県協会主催一般 1ページ下段 参加費の案内参照

【問い合わせ先】090-2450-0678 (神奈川県歩け 吉田)

◎神奈川の鉄道シリーズ【市営地下鉄】

横浜神奈川区の公園を歩く

神奈川区

9キロ

4月8日(火)

NPO法人神奈川県歩け歩け協会

横浜港赤レンガ倉庫を起点として湾岸沿いに コットンハーバーまでの散策と神奈川区内の公園を巡ります。新旧交差していく港町を確認してください。(昼食の設定はありません)

【集合】午前9時30分 桜木町駅前広場(地下鉄・JR 桜木町駅)

【コース】～赤レンガ倉庫入口～旧プラットホーム前～臨港パーク～コットンハーバー～神奈川公園～反町公園～

【解散】正午頃 沢渡中央公園(横浜駅西口 10分)

【参加費】県協会主催一般 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)

◎多摩川を歩こう!

多摩川の河口

川崎区

10キロ

4月4日(金)

NPO 法人神奈川県歩け歩け協会

多摩川の左岸(川崎側)河口迄を満喫し歩き人気のスカイブリッジと離着陸する飛行機を見ながら海風・川風を受けて歩きましょう。

【集合】午前9時30分 川崎駅中央改札東口広場

(JR 南武・東海道・京浜東北及び京急川崎は2分駅案内無し)

【コース】～駅～稲毛公園～六郷渡の碑～六郷水門～河口～殿町第二公園(昼食)～小島新田駅

【解散】午後1時30分頃 小島新田駅(京急大師線)

【参加費】県協会主催一般 1ページ下段 参加費の案内参照

【問い合わせ先】090-1803-7567 (神奈川県歩け 柳田)

◎横浜 18 区チャレンジ W 《M1》

八重桜と新緑の小路を歩く【青葉区】

青葉区

9キロ

4月10日(木)

NPO法人神奈川県歩け歩け協会

キレイに咲き誇る、八重桜の並木道を歩きます。また新緑に包まれた竹林や雑木林の落ち葉の小路も行きます。初めてのバラ園、開花を想像し手入れの良い園を散策しましょう。 昼食設定なし

【集合】午前9時30分 新石川一丁目第二公園/あざみ野駅3分 / 田園都市線・地下鉄(出口1)

【コース】～あざみ野駅～八重桜通り～かやのき公園 WC～竹林と雑木林の小路～すすきの公園 WC～太陽ローズガーデン～あざみ野三丁目公園～劇団四季芸術センター～

【解散】午後0時40分頃 あざみ野駅(東急線・地下鉄)

【参加費】県協会主催一般 1ページ下段参加費の案内参照

【問い合わせ先】090-6718-8636 (神奈川県歩け 渡邊)

◎ WEST

湯の里湯河原史跡巡り

湯河原町

12キロ

4月5日(土)

NPO 法人神奈川県歩け歩け協会

湯河原町は大正15年に土肥村から改名された比較的新しい町。その居城のあった土肥氏の治めていた古跡と歴史を巡り往時をしのびます。

【集合】午前9時30分 御庭公園(JR 東海道線 湯河原駅 5分)

【コース】～福泉寺～天寿院～保善院～泉公園(昼食)～椿寺～万葉公園～五所神社～

【解散】午後2時30分頃 湯河原駅(JR 東海道線)

【参加費】県協会主催一般 1ページ下段 参加費の案内参照

【問い合わせ先】090-3341-7574 (神奈川県歩け 北野)

◇八重桜とチューリップコース

秦野市

12キロ

4月10日(木)

箱根町歩く会

八重桜はソメイヨシノより開花が半月ほど遅く咲き、千村の八重桜は全国で有数の生産地で、桜花漬けお目出たい席にはお茶として用いられます。チューリップのお寺泉蔵寺、街中からそれほど離れておらず里山の滝には趣もあり見事な滝。

【集合】午前9時20分 小田急線沢沢駅※帰路小田急線松田駅利用

【コース】千村の八重桜～頭高山～神山滝～松田駅

【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

◎神奈川の鉄道シリーズ【東急電鉄】

春爛漫 桜の県立三ツ池公園

鶴見区

11キロ

4月6日(日)

NPO 法人神奈川県歩け歩け協会

“春爛漫” 大きな池の周りがさくら色に染まる三ツ池公園を散策しましょう。その後横溝屋敷で甘酒を堪能します。(要昼食)

(横溝屋敷にて希望者に甘酒《有料》)

【集合】午前9時30分 西友前デッキ

(JR 京浜東北線 鶴見駅西口)

【コース】～總持寺三門～石原裕次郎の墓～三ツ池公園～二ツ池～みその公園横溝屋敷(昼食)～

【解散】午後1時30分頃 いの池(師岡熊野神社前)

(大倉山駅 10分/東急東横線)

【参加費】県協会主催一般 1ページ下段 参加費の案内参照

【問い合わせ先】090-5309-1486(神奈川県歩け 大菊)

◎青空と緑の自然とふれあいウォーク 07-①

港町横浜散歩とチューリップ

中区

8キロ

4月11日(金)

NPO 法人神奈川県歩け歩け協会

横浜市内の公園では「ガーデンネックレス横浜 2025」開催中です。花いっぱい公園を巡り、春を満喫しましょう。解散地の横浜公園は色とりどりのチューリップで埋め尽くされています。(昼食不要)

【集合】午前9時30分 そごう2階鐘の広場

(横浜駅東口3分/JR、京急、相鉄、MM、市営地下鉄)

【コース】～横浜アンパンマンミュージアム～日本丸メモリアルパーク～新港中央公園～大さん橋ターミナル～山下公園～

【解散】午後0時30分頃 横浜公園水の広場

(関内駅3分/JR 根岸線・市営地下鉄)

【参加費】県協会主催一般 1ページ下段 参加費の案内参照

【問い合わせ先】090-5309-1486(神奈川県歩け 大菊)

◎笑顔・みんな元気 座間市
桜・百撰の道を歩こう 7・11 キロ

4月12日(土) NPO法人神奈川県歩け歩け協会

いずみの森から東原桜公園を通り芹沢公園で昼食後桜百華の道へ入ります。桜6千品種有ります。9月下旬の十月桜から1月の寒桜、4月下旬八重桜まで、華やかに咲き誇る緑道1.6kmの遊歩道です。桜木個々に名札がついています。

【集合】午前9時30分 大和なでしこ広場 (小田急線、相鉄線大和駅)
 【コース】～せせらぎ広場～東原さくら公園～芹沢公園(昼食)～イオンモール座間～桜百華の道～さくら広場～小田急相模原駅

【解散】午後1時50分頃 小田急相模原駅(小田急小田原線)
 【参加費】県協会主催一般 1ページ下段 参加費の案内参照
 【問い合わせ先】080-5075-1505 (神奈川県歩け 田原)

◎健康ウォーキング教室 中区
127-② 6キロ

4月15日(火) NPO法人神奈川県歩け歩け協会
後援:神奈川県議会議員歩け連盟

【イタリア山庭園コース】異国情緒あふれる山手の町並みを楽しんで下さい。正しい姿勢で歩くと効果的な有酸素運動になります。定期的に歩速を測り、体力向上に繋げましょう。無理をせず継続することが大切です。

※当日受付、どなたでも参加できます。
 初めて参加される方は、午前9時15分までにお越しください。

【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 レジャーシート
 【解散】JR 根岸線、市営地下鉄 桜木町駅午後2時30分頃予定
 【問い合わせ先】080-5179-8387 (神奈川県歩け 飯塚)

◇ガイドと歩こう東海道 -小田原宿1- 約5.5km
NPO法人 東海道ウォークガイドの会

4月12日(土)17日(木)20日(日) (要予約)

【集合】午前9時～9時30分(最終組受付)
 (集合場所) JR東海道線 鴨宮駅 南口広場

【コース】鴨宮駅～酒匂神社～酒匂の渡し～山王神社～北条稲荷～松原神社

【解散】午後0時30分頃(最終組) 三の丸ホールで解散
 【参加費】一般700円・中高生300円(予約制)
 【申込み】参加月日・氏名・ふりがな・郵便番号・住所・電話番号を明記
 【メール】re@tokaido-wg.co 【HP】https://www.tokaido-wg.com
 【FAX】050-5865-0662(コンビニからはセブンイレブンのみ)
 【はがき】〒252-0013 座間市栗原 1012-2
 東海道ウォークガイドの会 宛
 【問い合わせ先】080-4815-1570 (渡辺)

◎みどり to 自然 to ウォーキング【※1】 緑区
春の里山ガーデン 11キロ

4月17日(木) NPO法人神奈川県歩け歩け協会

ガーデンネックレス「春の里山ガーデン」では、色鮮やかな花々が咲き乱れる花の共演で春を満喫しましょう。水道みちや帷子川沿いの八重桜は、重厚な花びらで枝の垂れ下がる様子などが楽しみです。

【集合】午前9時30分 中里公園/十日市場駅3分/横浜線
 【コース】～新治里山交流センター～三保念珠坂公園～里山ガーデン観賞～水道みち～今宿東公園(昼食・WC)～帷子川八重桜の並木通り～

【解散】午後2時頃 鶴ヶ峰公園～鶴ヶ峰駅/相鉄線
 【参加費】県協会主催一般 1ページ下段参加費の案内参照
 【問い合わせ先】080-5179-8387 (神奈川県歩け 飯塚)

◎厚木日曜ウォーキングスクール 厚木市
67-A 8キロ

4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

【海老名運動公園 コース】春うらら海老名運動公園で1km速歩のタイムトライアルを行います。10分壁を破ってサブ10を目指しましょう。

※当日受付(予約不要)、どなたでも参加できます。

【講座】1km速歩測定(目指せ サブ10!)
 【集合】午前9時 厚木公園(はとぼっぽ公園)(本厚木駅3分)
 【解散】午後12時半頃 海老名駅(相鉄線、小田急線)
 【参加費】一律500円 小雨決行 昼食は不要
 【問い合わせ先】080-5540-9978 (神奈川県歩け 一ノ瀬)

◎多摩川を歩こう!
多摩川と水辺の散歩道 多摩区
8キロ

4月19日(土) NPO法人神奈川県歩け歩け協会

自然を贅沢に川と緑と梨畑とが調和する町水量を調整する宿河原堰自然の風景を求めて魚が飛び跳ねる風景に遭遇すれば最高。(昼食時間は設定しません稲田公園で可能)

【集合】午前9時30分 JR 登戸駅多摩川口階段下(小田急・JR 南武線登戸駅)
 【コース】駅～せせらぎ館～多摩川～中野島中央公園～ふれあい道ニケ領用水～橋本橋～稲田公園～駅

【解散】正午頃 稲田堤駅(JR 南武・京王相模線)
 【参加費】県協会主催一般 1ページ下段参加費の案内参照
 【問い合わせ先】090-1803-7567 (神奈川県歩け 柳田)

◇新緑の四季の森から 緑区
<<クマガイ草>>を訪ねて 14キロ

4月13日(日) 生き生きウォーキング
自然探索の会

淡い緑がやさしく、花々が見事に迎えてくれる、四季の森公園・里山ガーデン。都市の中に、こんなに新緑・若葉のある、三保の森・新治の市民の森に潜って一日歩きます。大いに楽しみながら活力をもらいましょう。午後には、圧巻のクマガイ草の群生を訪ねます。

【集合】午前8時30分 JR 中山駅(JR 横浜線)
 【コース】～四季の森～里山ガーデン～三保市民の森～若葉台団地～クマガイ草の群生～新治市民の森～

【解散】午後3時頃 JR 十日市場駅(JR 横浜線)
 【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

◇六個見山、散在が池を歩く 小雨決行
どなたでも参加できます 11km

4月19日(土) さかえ歩け歩けの会

【集合】JR 本郷台駅前 午前9時
 【解散】JR 本郷台駅前 午後1時半頃
 【参加費】会員300円 他会員400円 一般500円(誰でも参加可)
 【コース】本郷台駅前→岩瀬→六国見山→今泉台→散在が池(昼食)→公田里山→本郷台駅前(解散)

◆六国見山は北鎌倉、円覚寺の奥山に当たり、海拔は147m、鎌倉の海が一望できるパワースポットです。
 【問い合わせ先】(清水)090-4125-4165

◇新緑の県央の・公園
山野草を楽しむ

大和市
18キロ

4月20日(日)

生き生きウォーキング
自然探索の会

爽やかな風・県央の公園で春の日差しを浴びての一日。暖かくなりゆったりと、歩くことが出来ます。緑が目にはやさしく、足元には、春の山野草が、是非見落とさないで下さい。新緑の公園は、皆さんを呼んでいます。一日中緑の中を楽しんで歩きましょう。 **健脚コース**

- 【集合】 **午前8時30分** 大和駅前・なでしこ広場(小田急・相鉄)
- 【コース】 ~泉の公園~芹沢公園~座間谷戸山公園~富士山公園~勝坂公園~麻溝公園~相模原公園~
- 【解散】 午後4時頃 原麻駅(JR相模線)
- 【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【小田急電鉄】
“境川・フジ水辺ロード” 散策

藤沢市
9キロ

4月25日(金)

NPO 法人神奈川県歩け歩け協会

フジの花鑑賞3回目は“境川・フジ水辺ロード”を巡ります。藤沢市のシンボル“フジの花”の鮮やかさと香りを満喫しながら歩きます。(集合場所にはトイレありません。ご注意ください)

- 【集合】 **午前9時30分** 花ノ木公園(小田急線藤沢本町駅8分)
- 【コース】 ~白旗神社~御殿辺公園~遊行寺~川名一丁目公園~新林公園~南市民図書館~旧近藤邸~奥田公園(昼食時近藤邸内自由見学)~藤沢市役所(サンライズ広場・分庁舎)~サンパール広場
- 【解散】 午後2時頃 藤沢駅北口 (JR 東海道線・小田急線)
- 【参加費】 県協会主催一般 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)

◎鎌倉散策(札所)
鎌倉十三仏めぐり①

鎌倉市
10キロ

4月21日(月)

NPO 法人神奈川県歩け歩け協会

今2025年度の4月からは鎌倉十三仏めぐりから散策します。鎌倉の名刹の菩薩めぐりです、なだらかな上り下りの道路を歩きます。拝観は本堂前、山門前で行います、お寺様の迷惑にならないよう参拝しましょう。

- 【集合】 午前9時30分 八坂神社(JR横須賀線鎌倉駅10分)
- 【コース】 ~明王院~浄妙寺~報国寺~覚園寺~鶴岡八幡宮
- 【解散】 午後0時20分頃 JR鎌倉駅(JR横須賀線、江ノ電)
- 【参加費】 県協会主催一般 1ページ下段 参加費の案内参照
- 【問い合わせ先】 090-1264-2541 (神奈川県歩け 前川)

◎健保連かながわ 100 キロウォーク自由歩行
湘南海岸からアオバトを追い大磯へ

大磯町
9キロ

4月26日(土)



健康保険組合神奈川連合会
NPO法人神奈川県歩け歩け協会

【受付】 午前8時30分より受付開始 9時30分より出発式
【集合地】 湘南海岸公園(JR 東海道線 平塚駅東口改札 約15分)

- 【コース】 湘南海岸公園~水と光の散歩道~花水川橋~なでしこ公園~花水橋~化粧坂公園~大磯駅入口~照ヶ崎海岸入口~嶋立庵~大磯町役場~港公園(照ヶ崎海岸)
- 【ゴール】 午後0時30分迄 港公園(JR 東海道線 大磯駅10分)
- 【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それぞれ受付の際ご提示ください。)
- 【問い合わせ先】 080-7023-8303 (神奈川県歩け 高橋昭二)

◎自然観察ウォーク
ビートルズトレイルを歩く

港南区
7.13 キロ

4月22日(火)

NPO法人神奈川県歩け歩け協会

港南区内の円海山系(153m)から自然観察センターを抜け港南台駅へと戻る周回コースです。春の日差したっぷりの森林浴を楽しみながら、今年も元気に歩きましょう。(昼食ご持参ください)

- 【集合】 午前9時30分 港南台駅イオン横広場
(JR 根岸線 港南台駅)
- 【コース】 ~いっしんどう広場~大丸山~自然観察センター(昼食・1次解散)~昇龍橋~光明寺~思金神社前~
- 【解散】 午後2時頃 港南台駅(JR 根岸線)
- 【参加費】 県協会主催一般 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)

◎厚木日曜ウォーキングスクール
67-B

厚木市
7キロ

4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

【相模三川公園 I】 春本番の海老名上郷を散策しながら、海老名三川公園を目指します。あなたの靴の調子はいかがですか。

- ※当日受付(予約不要)、どなたでも参加できます。
- 【講座】 靴の選定と履き方(靴を正しく履いていますか?)
- 【集合】 **午前9時** 厚木公園(はとぼっぽ公園)(本厚木駅3分)
- 【解散】 午後12時半頃 海老名駅(JR 線)
- 【参加費】 一律500円 小雨決行 昼食は不要
- 【問い合わせ先】 080-5540-9978 (一ノ瀬)

◎神奈川の鉄道シリーズ[相模鉄道]
若草の野から神崎遺跡

綾瀬市
12キロ

4月23日(水)

NPO法人神奈川県歩け歩け協会

河童伝説の目久尻川に広がる若草の野から弥生時代後期の環濠集落の残る神崎遺跡を訪ねます。資料館もあります。

- 【集合】 **午前9時30分** 海老名中央公園
(相鉄線、小田急線、相模線、海老名駅3分)
- 【コース】 ~国分コミュニティセンター~虚空庵橋際~城山公園~堀之内橋~川の駅(中将姫)~神崎遺跡公園(昼食)~本郷神社~門沢橋駅
- 【解散】 正午後1時45分頃 門沢橋駅(JR相模線)
- 【参加費】 県協会主催一般 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)

◎特別企画
箱根峠越えウォーク大会

箱根町
28キロ

4月29日(火・祝)

NPO法人神奈川県歩け歩け協会

箱根のパワースポットをめぐる春のウォーキングを楽しみましょう。コースの分岐点には案内の役員を配置しております。(自由歩行)

- 【集合・出発】 受付**午前8時** 早川河川敷(小田急 箱根湯本駅 5分)
出発式: 8時30分~ 途中まで集団歩行
- 【コース】 箱根湯本~須雲川探勝道~畑宿~甘酒茶屋~箱根駅伝の碑~箱根峠~山中城址前~三島大吊橋~三嶋大社
- 【ゴール】 午後5時までに 三嶋大社(三島駅15分 JR 東海道線)
- 【持ち物】 飲料水・昼食・手袋・雨具 *トレッキングシューズを推奨
- 【参加費】 事前(3/31まで)2,000円 郵便振替口座 00210-8-124291
「箱根峠越え」と明記、氏名・住所・携帯番号・年齢・性別を記入
当日 2,500円 (雨天決行) 詳しくは HP <http://kanagawaaruke.jp>
- 【問い合わせ】 080-7023-8303(高橋) E-mail: info@kanagawaaruke.jp

◇恒例山開き

シーズン到来大野山レッキング

雨天中止

初級コース

4月29日(火・祝)

sTc 湘南トレッキングクラブ

【集合・出発】JR 東海 谷峨駅 駅前広場 午前8時30分
 【参加費】会員 無料・他協会会員300円・一般500円
 【持ち物】飲料水、雨具、手袋、その他軽食、防寒具、靴はレッキングシューズ
 【コース】谷峨駅→嵐→大野山→イヌクビリ→市間→山北駅
 山開きの為、相当の混雑が予想されます、トイレは車内で済ます事、切符は谷峨駅まで購入する事
 歩行距離14km 解散時間15100頃 レクレクリエーション保険付
 【問い合わせ先】電話・FAX 044-855-9390
 携帯090-2497-9008 (湘南トレッキング会本)

新規会員募集中

3月より入会受け付け開始

当協会では、2025年度(4月から)の新規会員を募集しています。
 入会手続きは、県協会主催の例会で申し込みいただけますので、気軽にスタッフにお声がけください。
 年会費は、2500円(2025年4月～2026年3月)で入会金は不要です。

神奈川県全市区町村完歩者名簿 2025年 令和7年2月

重田 昌利 様(横浜市保土ヶ谷区) 白崎 清萬 様(横浜市戸塚区) 伊藤 京子 様(東京都世田谷区)

かもめカード完歩者名簿 2025年 令和7年2月

原 栄子(厚木市、43082km/3660回) 原 義和(厚木市、42119km/3525回) 田中サト子(横浜市都筑区、40192km/3670回)
 星川悠紀子(横浜市磯子区、38642km/3240回) 篠原和雄(川崎市幸区、34238km/2925回) 石原秀和(横浜市旭区、26733km/2460回)
 菅原時子(厚木市、22632km/2100回) 高橋光慶(横浜市磯子区、22562km/1980回) 芝田誠二(横浜市旭区、21058km/1830回)
 小林 茂(大和市、18628km/1800回) 白崎清萬(横浜市戸塚区 17824km/1335回) 浅富淑彦(横浜市港北区、15793km/1470回)
 影山信子(横浜市南区、14704km/1380回) 長谷川広(横浜市旭区、11172km/990回) 蓑田浩道(横須賀市、8550km/629回)
 重田昌利(横浜市保土ヶ谷区、8341m/810回) 河村昌子(平塚市、8117km/810回) 桑本花子(川崎市多摩区、7733km/810回)
 上田登代子(茅ヶ崎市、4284km/450回) 山田光代(茅ヶ崎市、3988km/420回) 土屋邦夫(鎌倉市、3594km/390回)
 平野 實(横浜市港南区、2443km/210回) 安田代之(横浜市神奈川区、1985km/210回) 小澤達夫(横浜市港南区、1596km/180回)
 坂井靖夫(海老名市、826km/90回) 渡辺節子(横浜市金沢区、576km/60回) 村田かほる(横浜市南区、565km/60回)
 尾崎通夫(横浜市港北区、363km/30回) 加藤満子(横浜市港北区、271、/30回) (敬称省略)

重要なお知らせ

① 4月より受付・集合時刻を統一します。

県協会主催例会の受付開始時刻、および集合時刻は4月より下記の通り、統一いたします。

	通常 月	夏季(7月～9月)
受付開始	午前9時～	午前8時30分～
集 合	午前9時30	午前9時

※土日祝祭日問わず、上記の時刻となります。

※特別イベント、健保連等は、会報をご覧ください。

箱根峠越えウォーク大会

2025年

4月29日(火・祝)

28km



箱根湯本

8:30

三嶋大社

17:00

箱根のパワースポットを巡る、
春のウォーキング

【参加費】

当日 2,500円

事前 2,000円

募集中

- 集合：午前8時30分(受付は8時より) 早川河川敷 (小田急箱根湯本駅下車5分)
- コース：箱根湯本～早雲寺～須雲川探勝道～畑宿～甘酒茶屋～箱根駅伝の碑～箱根峠～山中城址～三島大吊橋～錦田一里塚～三嶋大社
- チェックポイント：①箱根湯本 ②甘酒茶屋 ③箱根駅伝の碑 ④山中城址 ⑤三嶋大社
- ゴール：午後5時 三嶋大社 (JR 東海道線三島駅 15分) ゴールは午後5時で締め切ります。
- 参加費：事前 2,000円 当日 2,500円 事前申し込み締め切り 3月31日(月)
- 事前申込：郵便振替口座 00210-8-124291 箱根峠越え 28キロ実行委員会
「箱根峠越え」と明記・氏名・住所・携帯番号・年齢・性別を記入してください。
振込手数料はご負担ください。振込み受領証は当日持参してください。
弁当・飲料・雨具・マイナ保険証等を持参してください。
雨天決行 (但し、荒天の場合は中止することもあります。この場合、返金はいたしません。)
- 主催：NPO 法人神奈川県歩け歩け協会 ・主管：箱根峠越え大会実行委員会
- 問い合わせ：神奈川県歩け歩け協会 高橋 (080-7023-8303) E-mail: info@kanagawaaruke.jp

水(ペットボトル)
配給あり

〈キリトリ〉

事前参加申込書 2025年4月29日(火・祝)箱根峠越えウォーク大会 3月31日(月)まで 2025年 月 日 “箱根峠越えウォーク大会“に参加費 2,000円を添えて参加申し込みをします。				領収証 2025年 月 日 様 金 2,000円	
氏名	携帯電話	年齢	男・女		
住所 〒		受付者			但し、4月29日箱根峠越えウォーク大会参加費として NPO 法人神奈川県歩け歩け協会 印
E-mail					