



KANAGAWA WALKING

かながわ歩け

1

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>

新年 2023年（令和5年）を迎えて

まもなく2022年（令和4年）も終わり、新年を迎えることとなります。今年も新型コロナウイルスに始まり、第7波が収まりつつある中、間もなく第8波の兆しが出てきました。

2023年は新型コロナの心配もなく、歩きを楽しみたいものです。皆様も日常生活ではまだ感染対策をとりながらの日々が続くと思われませんが、元気に過ごしたいものです。できるだけ外出し、歩きに参加して楽しい一年を元気に過ごしましょう。スタッフ一同お待ちしております。

○西湘月例会

小田原七福神巡り

小田原市

12キロ

1月3日(火)

西湘歩け歩け協会

県協会でも西に位置する七福神です。今年も健康で元気にウォーク出来ます様に祈願しましょう。御朱印の取扱いは致しませんのでご了承下さい。（マスク着用願います）

【集合】午前9時30分 小田原駅西口交番前広場

(JR線・小田急線・大雄山線、小田原駅3分)

【コース】～園福寺～大蓮寺～報身寺～蓮船寺～城山公園(昼食)

～鳳巢寺～小田原駅西口～福泉寺～潮音寺～足柄駅

【解散】午後2時30分頃 足柄駅(小田急小田原線)

【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】090-3341-7574 (西湘歩け 北野)

◇初日の出

腰越漁港まつり

初級コース

雨天中止

1月4日(水)

sTc 湘南トレッキングクラブ

【集合・出発】小田急・江の島駅 江ノ電・江の島駅 午前8時

【参加費】会員 無料・他協会会員300円・一般500円

(マスク着用願います)(レクリエーション保険付)

【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
歩行距離5km 解散10:00頃

次回1月6日(金)新年の思いを込めて鎌倉七福神めぐり初級コース

【集合・出発】JR・北鎌倉駅西口 浄智寺門前広場 午前9時 雨天中止

【参加費】会員 無料・他協会会員300円・一般500円

【拝観料】1000円 全員拝観いたします、御朱印いたしません

歩行距離:12km 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 靴はトレッキングシューズ
携帯090-2497-9008 (湘南トレッキング 会本)

○多摩川を歩こう！再発見ウォーク

川崎七福神巡り

中原区

12キロ

1月4日(水)

かわさき歩け歩け運動連合会

恒例の川崎七福神巡りは、今回20回目を迎えます。今年一年の安全・健康・ご多幸を祈願の寺社巡りの歩けです。

(マスク着用願います) 先着100名様オリジナル粗品進呈

【集合】午前9時(受付8時30分より)中原平和公園

(東急東横・目黒線元住吉駅7分)

【コース】公園～大楽寺～無量寺～日枝神社～大楽院～西明寺～

等々力公園(昼食)～東樹院～寶蔵寺～安養寺～駅

【解散】午後2時頃 上小田中西公園

(JR南武線武蔵新城駅7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】090-1113-3099 (かわさき歩け 山崎)

○いずみリフレッシュウォーク ★★★

祝卯年・瀬谷八福神

瀬谷区

14キロ

1月5日(木)

いずみ歩け歩けの会

令和4年は大河ドラマ「鎌倉殿の13人」で話題でしたが、瀬谷八福神の鎌倉古道に縁があります。当時を思い浮かべて八福神を巡るのも楽しいですよ。(マスク着用願います)(お神酒配布します)

【集合】午前9時 瀬谷駅北口公園(相鉄線 瀬谷駅3分)

【コース】～①長天寺～南台公園～⑧全通院～⑦宗川寺～⑥西

福寺～⑤宝蔵寺～④徳善寺～瀬谷本郷公園(昼食)～③善昌寺

～②妙光寺～中屋敷地区センター～中央公園～

【解散】午後2時30分頃 瀬谷駅(相鉄線)

【参加費】主催団体上一般 1ページ下段 参加費の案内参照

【問い合わせ先】090-2450-0678 (いずみ歩け 吉田)

【マークの説明】口の中は、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5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 / 他協会会員300円 / 一般500円 (誰でも参加できます)

◎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)

○花と水辺と祭りウォーキング
秦野七福神

秦野市
8キロ

1月6日(金)

後援:厚木市議会歩け歩け議員連盟
厚木歩け歩け協会

昨年はコロナ禍で翻弄されました。新春を迎え、皆様と共にコロナ禍に打ち勝ち、健康で明るいウォーキングができますよう祈願し秦野七福神を巡ります。(昼食なし)(マスク着用願います)

- 【集合】午前9時30分 おおがみ公園(小田急線秦野駅2分)
- 【コース】～太岳院～白笹稲荷神社～福寿弁財天～西光寺～御嶽神社～出雲大社～浄園寺～今泉あらい湧水公園～
- 【解散】午後0時30分頃 秦野駅(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)

◎健康ウォーキング教室
113-③

中区
6キロ

1月10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

【野毛山公園コース】寒い冬こそウォーキングが効率的です。体温調節が楽にできる重ね着や冷たい外気から肌を守る工夫をして屋外で運動しましょう。体の「首」がつく部位を温めると寒さ対策に効率的です。

- ※当日受付、どなたでも参加できます。(マスク着用願います)
- 【講座】①歩く事の必要性と効果②心拍数と運動量③服装と持ち物
- 【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 桜木町駅 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 04-10
開運 横浜金沢七福神

金沢区
14キロ

1月7日(土)

かなざわ歩け歩けの会

七つの災いから逃れ、七つの福德を授かることができるといわれる七福神参り。数ある七福神めぐりのなかでも、海風を感じながらまわられる爽やかなコースです。(マスク着用願います)

- 【集合】午前9時 金沢文庫ふれあい広場(京急線 金沢文庫駅 4分)
- 【コース】～正法院～瀬戸神社～龍華寺～傳心寺～称名寺～宝蔵院～小柴自然公園(昼食)～長昌寺～富岡八幡宮
- 【解散】午後2時頃 八幡公園(京急線 富岡駅 10分)
* 解散時:お神酒の配布あります。
- 【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)

◇初歩きと新年会コース

箱根町
8キロ

1月10日(火)

箱根町歩く会

元箱根バスターミナルから、箱根神社にて初詣をし、真っ白な雪を頂く富士山を眺め、新春のまばゆい光を浴びる湖畔の風を受けながら箱根園から湖畔を通り、レイクアリーナを経て花月園にて新年会、完歩者表彰を行う。

- 【集合】午前9時20分 元箱根 元箱根集会所 小田原駅東口箱根登山バス3番 箱根町港行 箱根神社下車8小田原駅より55分)伊豆箱根バス5番 関所跡行 元箱根下車 ※帰路 箱根登山バス利用
- 【コース】元箱根～箱根神社～箱根園～花月園
- 【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 (マスク着用願います)
- 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

◇初歩き・虹の橋からお台場へ
(新しい年 / 銀座まで)

1月7日(土)

生き生きウォーキング
自然探索の会

レインボーブリッジからウォーターフロントを楽しみ、冬の陽射しの中お台場をぐるりと巡り豊洲市場・勝鬨橋・築地場外市場を経て銀座4丁目で解散の初歩きです。(マスク着用願います)

- 【集合】午前9時00分 JR浜松町駅・北口出口(新橋側)
- 【コース】～竹芝桟橋～虹の橋～台場公園～海浜公園～夢の大橋～豊洲市場～勝鬨橋・晴海通～築地場外市場～
- 【解散】午後3時頃 銀座4丁目角(JR新橋駅)
- 【参加費】会員300円 他協会員400円 一般500円
ウォーキングシューズで 雨具 弁当 飲料水など
- 【問い合わせ先】090-4664-2304 星野

○かまくら散策[古道]
鎌倉七福神めぐり

鎌倉市
12キロ

1月11日(水)

かまくら歴史ウォークの会

かまくら歴史の出発です。今年一年の安全・健康・幸多いことを祈願しましょう。御朱印は取扱い致しませんので、ご了承ください。(マスク着用願います)

- 【集合】午前9時 浄智寺前広場(JR横須賀線、北鎌倉駅10分)
- 【コース】広場～浄智寺～長谷寺～御霊神社～(昼食)～本覚寺～妙隆寺～宝戒寺～旗上辯財天社～鎌倉駅
- 【解散】午後1時30分頃 鎌倉駅(JR横須賀線・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)

◎厚木日曜ウォーキングスクール
53-C

厚木市
6キロ

1月8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:神奈川県議会議員歩け連盟
厚木市議会議員歩け連盟

【ぼうさいの丘 コース】厚木市文化会館を経て湘北短大からぼうさいの丘を目指します。東名のガードから愛甲石田駅までのコースです☆毎回ウォーキングや健康に関する基礎知識と楽しいウォーキングを(6~8*程度)を行います。これからウォーキングを始めたい方やご自身の歩き方を再チェックしたい方、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】坂道・階段・雨天時の歩き方(平坦道とは異なります!)
- 【集合】午前9時 厚木公園(はとぼっぼ公園)(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 愛甲石田駅 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)

◎川崎七区チャレンジ[川崎区]
川崎大師初詣と五神社

川崎区
9キロ

1月13日(金)

NPO法人神奈川県歩け歩け協会
主管:かわさき歩け歩け運動連合会

新春を迎え多摩川沿いの寺社と年間一千万人以上の参拝者で賑わう川崎大師で厄除を願う初詣のウォークです。(マスク着用願います)

- 【集合】午前9時30分(受付時間9時より)
川崎駅東口駅前広場(JR京浜東北・南武・東海道線)
- 【コース】駅前～稲毛公園～稲毛神社～北野天満～六郷神社～本羽田公園(昼食)～御旅所～羽田神社～川崎大師～駅
- 【解散】午後1時30分頃 川崎大師(京急大師線川崎大師駅)
- 【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】090-1113-3099(神奈川県歩け 山崎)

○笑顔・みんな元気がみはら 4-⑩
相模七福神めぐり座間市
8・18キロ

1月14日(土)

さがみはら歩け歩けの会

新春を寿ぎ相模の國やすらぎの里の七福神めぐりです。卯年の皆様の「七難即滅、七福即生」を祈願して楽しく歩きます。

【集合】午前9時 相武台下駅前広場(JR相模線)

【コース】～宗仲寺～龍源院～浄土寺～①海老名中央公園(昼食)
～増全寺～妙元寺～大谷近隣公園～善教寺～本覚寺～
(マスク着用願います)

【解散】午後2時55分頃 ②門沢橋駅(JR相模線)

【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)

◇長谷から源氏山へ
大仏切通し初級コース
雨天中止

1月16日(月)

sTc 湘南トレッキングクラブ

【集合・出発】JR・大船駅 東口モノレール横広場 午前9時

【参加費】会員 無料・他協会会員300円・一般500円
(マスク着用願います)(レクリエーション保険付)

【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

【予定コース】大船駅→中央公園→笛田公園→極楽寺切通し→
大仏切通し→浄智寺→北鎌倉駅
歩行距離13km 解散14:30頃

【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)

◇ガイドと歩こう東海道 -小田原宿II- 約5km

NPO法人 東海道ウォークガイドの会

1月14日(土) 19日(木) 22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・小田原駅 改札口

【コース】小田原城大手門跡・銅門・本丸跡・天守～早川口遺構～古稀庵 etc.

【解散】午後0時30分(最終班) 板橋地蔵尊にて解散
(最寄り駅)箱根登山鉄道・箱根板橋駅(徒歩約10分) (マスクを着用願います)

【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.com<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】〒213-001 川崎市高津区久本 3-3-16-1502

東海道ウォークガイドの会 宛

【問い合わせ先】080-4815-1570 (渡邊)

◎健康ウォーキング教室

113-④

中区
6キロ

1月17日(火)

NPO法人神奈川県歩け歩け協会
主管:かめ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【本牧山頂公園コース】山頂公園レストハウス前は華やかなアイス
チューリップが満開です。ウォーキング中の楽しみを見つけ無理をせ
ず自分のペースで日常生活に取り込むと運動を習慣化できます。

します。※当日受付、どなたでも参加できます。マスク着用願います

【講座】①ウォーキングマナー②特徴ある歩き方③習慣にして継続

【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 山手駅 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)

○青空と緑の自然ふれあいウォーク 04-⑩
新春・横浜七福神巡り港北区
16キロ

1月15日(日)

横浜歩け歩け運動連合会

菊名弁財天に参拝後受付願います。横浜で一番古い七福神です
(マスク着用願います)

【集合】午前9時 菊名公園プール(東急東横線、妙蓮寺駅5分)

【コース】～蓮勝寺～正覚院～西方寺～東照寺～金蔵寺～
興禅寺～高田駅 (要昼食) 御酒あり

【解散】午後2時30分頃 高田駅(市営地下鉄)

【参加費】500円(当日受付、どなたでも参加できます)

400円(他協会、会員証提示の方)

300円(横浜歩連、かなざわ、横須賀、かまくら歴史、

かわさき歩連、いずみ、みどり、厚木、さがみはら、西湘、県央)

【問い合わせ先】090-5309-1486 (横浜歩け連合 大菊)

○みどり to 自然 to ウォーキング【※10】
川崎大師初詣鶴見区
12キロ

1月19日(木)

みどりウォーキングクラブ

今年の初歩きは川崎大師初詣にしました。出発後横浜環状北線の
遊歩道を生麦 JC まで歩き鶴見川、南武線を超え川崎市街地を通
り、川崎大師まで…。マスク着用願います。

【集合】午前9時 新子安公園 (JR・京急線/新子安駅2分)

【コース】～環状北線遊歩道～鶴見川～小田公園～桜川公園(昼
食)～大師公園・解散後各自、川崎大師初詣へ

【解散】午後1時30分頃大師公園～川崎大師～大師駅/京急

【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】090-3595-6928 (みどりウォーキング 仲田)

○海の手半島ふれあいウォーク
野比海岸と水仙ロード横須賀市
8キロ

1月16日(月)

横須賀歩け歩け協会

地元の方のボランティアが育てています野比海岸の水仙を観賞して
歩きます。(マスク着用願います)(昼食不要)

【集合】午前9時30分 八幡公園

(京浜急行京急久里浜駅3分/JR久里浜駅 10分)

【コース】八幡公園～花の国正門～冒険ランド～花の国南口～
千駄が崎隧道～野比海岸～YRP野比駅

【解散】午後0時15分頃 YRP野比駅(京浜急行)

【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】090-1264-2541 (横須賀歩け 前川)

◎県立公園チャレンジ[相模三川公園]
春を待つ相模三川公園海老名市
10キロ

1月20日(金)

NPO法人神奈川県歩け歩け協会
主管:いずみ歩け歩けの会今回の三川公園は大谷地区から絶景の富士山はじめ丹沢の山脈を
堪能して、相模川、中津川、小鮎川の合流点を徐々に確認しながら
三川公園に向かいます。(マスク着用願います)(昼食時間無し)

【集合】午前9時30分 海老名中央公園

(相鉄線・小田急線・JR線、海老名駅2分)

【コース】～海老名市役所～大谷の神明社～大谷近隣公園～
沖の坂～海老名インター入口信号～あゆみ橋東～相模三川公園～

【解散】午後0時50分頃 JR海老名駅(JR相模線・小田急・相鉄)

【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】090-2450-0678 (神奈川県歩け 吉田)

◎県央一周チャレンジ[座間市]

大山街道を歩こう(2/4)・座間市

座間市

7・12キロ

1月21日(土)

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

青山通り大山街道・矢倉沢往還・古東海道を巡り渡辺嶺山と「お銀様」のゆかりの地へ辿り寄り道ウォーキングを楽しみます。

【集合】午前9時30分 大和なでしこ広場
(マスク着用願います) (小田急、相鉄、大和駅1分)

【コース】～中村橋～泉の森・せせらぎ広場～上草柳交差点～東柏ヶ谷近隣公園～①寺尾公園(昼食)～赤坂～小園橋～海老名中央公園～

【解散】午後1時55分頃 ②海老名駅(JR、相鉄、小田急)

【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)

◇栄区の東側の神社

石仏を見て歩くII

小雨決行

13キロ

1月21日(土)

さかえ歩け歩けの会

【集合】JR本郷台駅前 午前9時 (マスク着用願います)

【解散】本郷台駅前公園 午後13時頃

【参加費】会員200円 他会員300円 一般500円 (どなたでも)

【コース】本郷台駅前→鍛冶ヶ谷→上郷→野七里→桂山公園→公田→いたち川(解散式)

◆栄区の東側の神社、石仏を見て歩きます。

【問い合わせ先】(清水)TEL/FAX04-892-4575

◇三浦アルプス(凄い・楽しい)秘境コース

逗子市

1月22日(日)

生き生きウォーキング
自然探索の会

健脚コース

阿部倉山から二子山へ起伏の山道を越え、東尾根・乳頭残から南尾根に周回します。足元は厳重注意の難コースです。

【集合】午前8時30分 JR 逗子駅・京急逗子葉山駅 17キロ
(亀ヶ岡神社横広場)

【コース】～川久保交差点～阿部倉山～二子山～馬頭観音～乳頭山～南尾根～観音塚～大山尾根～桜山～

【解散】午後3時30分頃 JR 逗子駅 (マスク着用願います)

【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[横浜市営地下鉄]

ブルーライン沿いの公園を歩く

神奈川県

11キロ

1月24日(火)

NPO法人神奈川県歩け歩け協会
主管:かなざわ歩けの会

横浜市営地下鉄 新横浜駅(標高7.5M)から横浜駅西口(標高1.6M)までの地下鉄沿いに歩きます。地上部の高低差を感じながらのウォーキングです。(マスク着用願います)

【集合】午前9時30分 新横浜駅東側広場(地下鉄、JR 横浜線)

【コース】～岸根公園(標高27M)～片倉町駅前(標高20M)～神大寺中央公園(標高34.3M)～片倉うさぎ山公園(標高51M)～三ツ沢公園・昼食(標高44M)～

【解散】午後1時頃 沢渡中央公園:4.8M(横浜駅西口10分)

【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)

◎神奈川の鉄道シリーズ[相模鉄道]

弘明寺観音に健康祈願

旭区

12キロ

1月22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

冬枯れの公園を繋いで権太坂から横浜市児童遊園地を訪ねます。大池、花壇、梅林を経てこども植物園を通り、六ツ川公園からフラットな道を弘明寺まで。(マスク着用願います)

【集合】午前9時 鶴ヶ峰公園(相鉄線 鶴ヶ峰駅5分)

【コース】～栢谷公園～たちばなの丘公園～新桜ヶ丘団地入口～境木地蔵尊～権太坂小学校～横浜市児童遊園地(昼食)～こども植物園～六ツ川公園～

【解散】午後1時25分頃 弘明寺駅(京浜急行)

【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)

○西湘月例会

香り漂う寄のロウバイ観賞

秦野市

12キロ

1月25日(水)

西湘歩け歩け協会

冬の寒さから別れを告げるように1200本のロウバイの特有の甘い香りと黄色い可憐な花を眺めながら昼食を執ります。

(マスク着用願います)

【集合】午前9時30分 国栄稲荷神社(小田急線 渋沢駅5分)

【コース】～桂林寺(参拝)～四十八瀬川遊歩道～太平洋クラブ相模コース～寄ロウバイ園(昼食)～

【解散】午後1時30分頃 寄バス停
(各自バスで小田急線 新松田駅へ)

【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】090-3341-7574 (西湘歩け 北野)

◎厚木日曜ウォーキングスクール

53-D

厚木市

8キロ

1月22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:神奈川県議会議員歩け連盟
厚木市議会議員歩け連盟

【恩曾川・玉川 コース】厚木市内の6河川うち恩曾・玉川の河川敷を歩きます。川沿いの草花から春の兆しが見えるかもしれません

☆毎回ウォーキングや健康に関する基礎知識と楽しいウォーキングを(6～8キロ程度)を行います。これからウォーキングを始めたい方やご自身の歩き方を再チェックしたい方、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】ストレッチの基本(柔軟性が大切です!)

【集合】午前9時 厚木公園(はとぼっぼ公園)(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 愛甲石田駅 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)

○かまくら散策[札所]

鎌倉十三仏めぐり(その1)

鎌倉市

10キロ

1月26日(木)

かまくら歴史ウォークの会

誰でもが、死後にお会いする十三仏に、生前に参拝しておきましょう。ご朱印は、取り扱いませんので、ご了承ください。

昼食場所は設定いたしませんので、解散後各自食事を摂って下さい。(マスク着用願います) (昼食不要)

【集合】午前9時30分 八坂神社(JR・江ノ電、鎌倉駅西口7分)

【コース】神社～明王院～浄妙寺～報国寺～覚園寺～鎌倉駅

【解散】午後0時30分頃 鎌倉駅(JR横須賀線・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)

○花と水辺と祭りウォーキング
新春の花菜ガーデン 平塚市
7・13キロ

1月27日(金) 後援:厚木市議会歩け歩け議員連盟
厚木歩け歩け協会

厳しい寒さもかすかながら緩み始めている花菜ガーデン。遠目には枯葉色にしか見えない園内ですが、クリスマスローズ・クレマチス・菜の花・ロウバイ等見頃です。入園料は厚木歩けが負担しますので無料で園内鑑賞ができます。一時解散であれば思う存分園内に。一時解散はバスで平塚駅又は秦野駅行へ(マスク着用願います)

【集合】午前9時30分 新宿公園(JR 東海道線平塚東口8分)
 【コース】～平塚市総合公園～東橋～花菜ガーデン(一次解散・昼食)～吾妻橋～南金目交差点～おおね公園～
 【解散】午後1時50分頃 鶴巻温泉駅(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)

◎横浜 18区チャレンジ《M13》 保土ヶ谷区
8キロ

1月29日(日) 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

保土ヶ谷公園散策。梅林の花は咲いているでしょうか。尾根道までの登りは階段コースを取りました。
 (昼食時間はとりません)(マスク着用願います)

【集合】午前9時 保土ヶ谷駅前公園(横須賀線)
 【コース】霞台公園～保土ヶ谷公園(梅林)～ビジネスパーク～
 宮田町公園～松原商店街～天王町駅
 【解散】正午頃 宮田町公園～松原商店街～天王町駅/相鉄
 【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】090-5333-2943(神奈川県歩け 石橋)

◎健保連かながわ100キロウォーク 大和市
5・8キロ

1月28日(土) 健康保険組合神奈川県連合会
NPO法人神奈川県歩け歩け協会

自由歩行(感染対策)(マスク着用願います)

【受付・出発】午前9時30分より受付後順次出発、最終締切10時
 【集合】大和シリウス前広場(相鉄 小田急、大和駅3分)
 【コース】～大和東高交差点～大和市役所～リラの丘公園～
 かみの公園～中央林間6丁目～
 【ゴール】正午迄 柿の木通り公園(中央林間駅10分)
 【参加費】200円健保連神奈川県連合会会員(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。
 *保険証をお持ち下さい。
 【問い合わせ先】090-4611-4982(神奈川県歩け 榎本)

◎神奈川の鉄道シリーズ[東京急行] 大和市
11キロ

1月30日(月) 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

西口プロムナードからふれあいの森・深見歴史の森を散策
 (マスク着用願います)(昼食不要)

【集合】午前9時30分 なでしこ広場
 (相鉄線・小田急線 大和駅1分)
 【コース】～ふれあいの森～泉の森～大和市役所～
 深見歴史の森～つきみ野駅
 【解散】午後0時30分頃 つきみ野駅(東急・田園都市線)
 【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(神奈川県歩け 大菊)

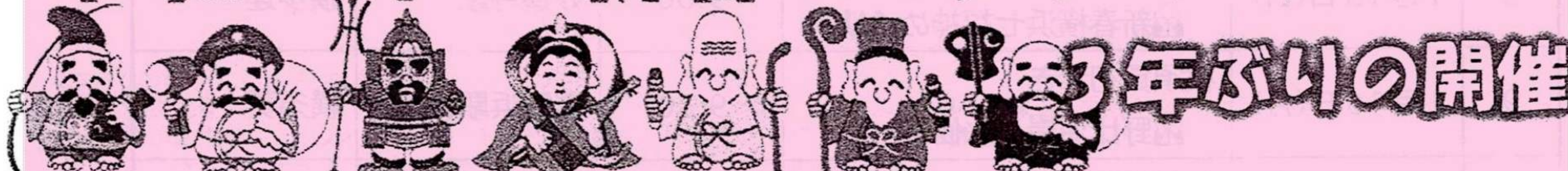
神奈川県全市区町村完歩者名簿 2022年 令和4年11月

森崎 一実 様(横浜市旭区) 山本 宣次郎 様(横浜市港南区) 網島 好夫 様(綾瀬市)

かもめカード完歩者名簿 2022年 令和4年11月

根田ウタ子(横須賀市、27689km/2310回) 汐満一虎(横浜市緑区、23124km/1950回) 石原秀和(横浜市旭区、21908km/1950回)
 川尻千恵子(海老名市、20177km/1740回) 高橋光慶(横浜市磯子区、19755km/1680回) 上条明子(座間市、17682km/1590回)
 芝田誠二(横浜市旭区、17664km/1470回) 菅原時子(厚木市、17515km/1560回) 浜田秀人(横須賀市、17078km/1470回)
 鈴木敏子(横浜市泉区、16986km/1440回) 秋葉京子(横浜市緑区、16444km/1500回) 松田義久(横須賀市、14995km/1320回)
 浅富淑彦(横浜市港北区、13367km/1200回) 柳川昭夫(平塚市、13284km/990回) 小林 茂(大和市、12931km/1200回)
 吉田正顯(横浜市港南区、8670km/870回) 安室慶雄(藤沢市、8622km/690回) 福島 裕(横浜市神奈川区、8476km/750回)
 堀金公雄(相模原市緑区、8472km/720回) 蓑田浩道(横須賀市、7939km/569回) 江川和子(横浜市磯子区、6723km/660回)
 安室美智子(藤沢市、6589km/540回) 稲垣昭子(綾瀬市、5639km/570回) 平川 恵(伊勢原市、4290km/360回)
 阿部宗男(大和市、3934km/390回) 河村昌子(平塚市、3716km/360回) 野田順一(横浜市鶴見区、3446km/300回)
 脇山幸子(座間市、2449km/210回) 市川征彦(横浜市中区、2317km/195回) 榊原光裕(横浜市西区、1675km/180回)
 土屋邦夫(鎌倉市、534km/60回) 敬称省略

令和5年 新春 スタンプラリー



3年ぶりの開催

7回以上参加で記念品贈呈!

令和5年 新春 初歩きスタンプラリーのご案内

令和5年(2023年)新春 かながわ歩け
初歩きスタンプラリーが3年ぶりに開催します。
今年一年、無病息災、そして安全に楽しくウォーキングができますよう祈りつつ、スタンプラリーに参加しませんか。

対象コース全10回完歩者は勿論♡

7回以上の参加者には記念品を贈ります。

☆ 是非挑戦してください ☆

初歩きスタンプラリー対象コース

番号	開催日	コース名	集合時間	最寄り駅	主催
1	1月3日(火)	西湘初歩き 小田原七福神巡り	9:30	小田原駅	西湘
2	1月4日(水)	かわさき初歩き 川崎七福神巡り	9:00	元住吉駅	かわさき
3	1月5日(木)	いずみ初歩き 祝卯年・瀬谷八福神	9:00	瀬谷駅	いずみ
4	1月6日(金)	厚木初歩き 秦野七福神	9:30	秦野駅	厚木
5	1月7日(土)	かなざわ初歩き 開運 横浜金沢七福神	9:00	金沢文庫駅	かなざわ
6	1月11日(水)	かまくら初歩き 鎌倉七福神めぐり	9:00	北鎌倉駅	かまくら
7	1月14日(土)	さがみはら初歩き 相模七福神めぐり	9:00	相武台下駅	さがみはら
8	1月15日(日)	横歩連初歩き 新春横浜七福神めぐり	9:00	妙蓮寺駅	横歩連
9	1月16日(月)	横須賀初歩き 野比海岸と水仙ロード	9:30	久里浜駅	横須賀
10	1月19日(木)	みどり初歩き 川崎大師初詣	9:00	新子安駅	みどり

表紙

2023年 令和5年 新春

かながわ歩け

初歩きスタンプ帳



1 1月3日(火) 西湘初歩き	2 1月4日(水) かわさき初歩き	7 1月14日(土) さがみはら初歩き	8 1月15日(日) 横歩連初歩き
3 1月5日(木) いずみ初歩き	4 1月6日(金) 厚木初歩き	9 1月16日(月) 横須賀初歩き	10 1月19日(木) みどり初歩き

10回完歩の方と7回以上ご参加の方は
スタンプ面