

# 県央ウォーキング協会

2022（令和4年） 8月号



## 2022年 8月 例会案内

（参加費：県央及びKWA会員は200円・他協会は300円・一般の方は500円）

8月 7日（日） 早朝の泉の森散策                      10km              自由歩行  
受 付：引地台公園 8:20～8:50                      （小田急・相鉄線 大和駅～20分）  
ゴール：ふれあいの森親水広場（小田急・相鉄線 大和駅～10分）      11:00頃

問合わせは事務局へ ☎ 046-263-5154

大和市教育委員会後援

県央ウォーキング協会 8月例会 (1)

8月 7日【日】 早朝の泉の森散策

受付:引地台公園 8:20~8:50

出発式なし 受付後ストレッチ後 随時出発

解散:ふれあいの森親水広場 11:00頃

携行品:マスク・飲料水・雨具

コース:大和駅→引地台公園→引地川→ふれあいの森→泉の森入口→泉の森公園→泉の森出口→ふれあいの森親水広場

見所:早朝のすがすがしい朝日を浴び、新緑の森の中で森林浴を楽しみながら、ふれあいの森と泉の森を歩きます。

大和市

10km

自由歩行

(小田急・相鉄線 大和駅~20分)

(小田急・相鉄線 大和駅へ10分)



緑のかけ橋



しらかしの家

現在はKWAの例会がほとんど自由歩行で行われている昨今ですが、地図上で、チェックポイント(C・P)と ミステリーポイント(M・P)がありますが、C・Pは係りの人がいてチェックし、M・Pはそこに書いてある、又はつるしてある文字を□の枠の中に記入する事です。まだご存じない方もいらっしゃるので……

## 暑中お見舞い申し上げます

☆ 今年梅雨明けが早く、6月・7月・8月と益々暑くなってきました。そのうえ湿度が高く、蒸し蒸しとした歩けには辛い季節になりました。それにマスク着用での歩行には辛いものがありますが、下火になり始めたコロナも、又、徐々に増え始めてきました。自由歩行でスタートして、密にならなくなったら、時々マスクを外して歩いてください。

水分補給も早め早めをお願いします。元気で暑さを乗り切りましょう。ファイト

## 歩きました 例会報告

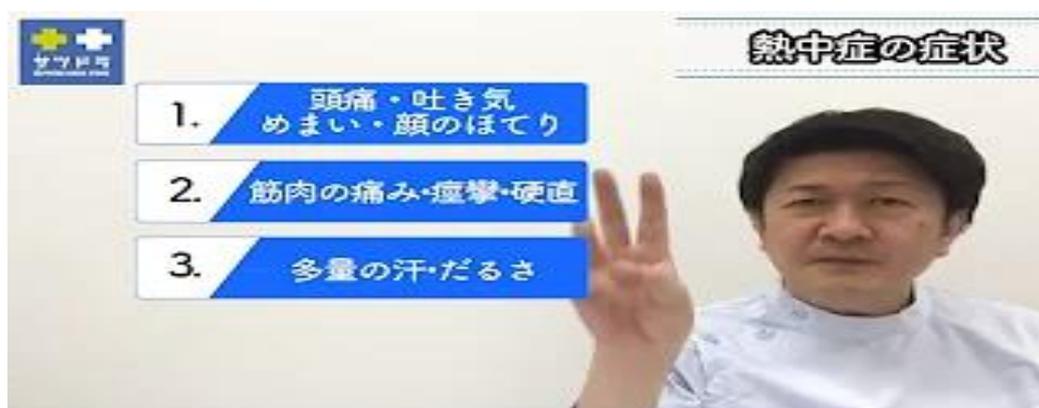
6月22日【水】綾瀬の神崎遺跡 ① 11 km ② 16 km 自由歩行

早朝は昨夜からの雨が降っていてウォークは無理かも、と危ぶまれる天候でしたが、受付開始頃になると降り止み、さらに時間が経つと熱中症が心配なほどに陽が照りつけました。

本日の例会は2011年に国指定史跡となった神崎遺跡(綾瀬市)を訪ねるウォーク。海老名中央公園に集合し、目久尻川沿いを歩き、神崎遺跡公園を分岐点に永池川沿いに海老名方面進むロングコース、門沢橋駅に向かうショートコースでした。神崎遺跡では資料館の展示を楽しまれた方もいました。先行した役員は、雨対策で、チョークと共に矢張りを多めに配した事から迷わずに歩けたという感想をいただき安心しました。参加人数は、182名。ありがとうございました。(近藤 郷)

### 熱中症に注意

熱中症とは、体温が上がり、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温の調節機能が働かなくなったりして、体温の上昇やめまい、けいれん、頭痛などのさまざまな症状を起こす病気のこと。



熱中症が疑われる場合は、次のような応急処置を行きましょう。

- ① 涼しい環境に移す 風通しの良い日陰や、クーラーが効いている室内に
- ② 脱衣と冷却 衣類を脱がせて、体内の熱を外に出します。...
- ③ 水分と塩分を補給する 冷たい水、特に塩分も同時に補える経口補水液やスポーツ飲料などを。

### 「イヤラウンド 足道楽大和店 定休日変更のお知らせ」

足道楽大和店は毎週水曜日を定休日として営業をしておりましたが、7月5日(火)より隔週で火曜日も定休日とすることとなりました。このため、基地運用の受付も毎週水曜日に加え、隔週で火曜日も実施できなくなりました。ご不便をおかけいたしますがご理解をお願いいたします。

(7・8月の火曜定休日は7月5日・19日・8月2日・16日・30日です。)

従いまして、7月19日・20日、8月2日・3日、16日・17日、30日・31日は連休になります。

7月号発送後に入会・継続された皆様（敬称略）4名 有難うございました。

木村 廣	石田弥寿雄	木村林次郎	近藤 美和	
------	-------	-------	-------	--

参加カードご希望の方は事務局まで一報頂ければ会報に同封致します。

2022（令和4年）9月 例会予定

9月 2日(金) 県央の公園（綾瀬市）巡り ①9 km ②13 km 自由歩行  
受 付 東柏ヶ谷近隣公園 8:50～9:20 (相鉄線 さがみ野駅～7分)  
ゴール ① 綾南公園 11:30頃 (小田急線 長後駅へバス 11分)  
② 円行公園 12:30頃 (小田急・相鉄・地下鉄線 湘南台駅～5分)  
9月 18日(日) 目久尻川の彼岸花 11km 自由歩行  
受 付 ふれあいの森親水広場 8:20～8:50 (小田急・相鉄線 大和駅～10分)  
ゴール かしわ台駅 (相鉄線) 12:00頃



マスク、手洗い、密にならないよう注意して自由歩行にて例会を進めさせていただきます。暑くなり、マスク着用も辛いですが、水分補給休憩をとり、安全で事故のない例会ができますよう皆様のご協力をお願い致します。

会員の皆さん“継続の手続きはお済みですか！”

皆さ～ん歩きのお仲間にお入りになりませんか。入会されると毎月県央の会報と神奈川県  
の会報が送られてきます。会員になると、他の協会へも通常、200円で参加できます。  
継続が近づきますと会報の封筒に会費期限が印刷されマーカーされ、封筒の中には更新の手続き  
に必要な振込用紙が同封されます。振込用紙に記入し例会の時、又は郵便振込でお願いいたします。  
会報が毎月発行の為、発行の月に期限が切れる方に振込用紙を入れておりますが、ラベルに書か  
れた継続月が近くなりましたら早めでも大歓迎です。

3ヶ月位遅れますと退会扱いになり会報が届かなくなります。又、退会される方は、事務局まで  
一報をお願い致します。ハトの会(80才)になられたら、自己申告をお願い致します。

入会金なし、年会費＝正会員 2000円 家族会員 1000円  
ハトの会(80才以上の方) 1000円  
JWA維持会員 ウォーキングライフ購読費 (年間 6回) 2000円  
郵便振替口座 00290-0-96123 県央ウォーキング協会

<http://kenouwalk.web.fc2.com/> 県央ウォーキング協会 [検索](#)

2022(令和4年) 8月号 No.172号  
発行 県央ウォーキング協会  
事務局 〒242-0021 大和市中央 3-9-19  
TEL・FAX 046-263-5154

毎月 20日発行  
会 長 近藤 郷  
編集担当 三浦カツ子