

富士山一周ドリームウォークに思う

村島 哲夫

富士山一周ビッグウォークが何故か中止?になり、代わって12ヶ月かけて一周するドリームウォークが行なわれました。

富士山一周ビッグウォークについては参加者の減少や東周り、西回りの半周になったり、費用対効果がイマイチ等々あって継続を考え直してはどうか・・・との声もあったが、十分な議論もないまま今回のドリームウォークとなり、スケジュール的にも月2回、年度をまたがっての行事であることなど、当富士宮歩こう会としては全区間とおして関与することはできないので参加をお断りしたところ、5～7月の富士宮浅間大社～本栖ハイランドの3区間についてコースの設定、ガイドだけでもお願いしたいとのことでしたので、富士山一周ビッグウォーク以来の経緯もありお引き受けしたわけですが・・・・・・

5月の流籠馬まつり、7月の富士山御山開き、月例や下見等に多忙のなか役員の皆様には述べ66人もご奉仕いただき、無事3区間6回(2回/月)のウォークを終えることができました。誠にありがとうございました。遠来のウォーカーからも喜ばれ、感謝され、楽しいウォークでした。なんだかんだと言っても富士宮歩こう会の和と役員方のホスピタリティーの賜物としみじみ感じました。

ところで、富士山一周ドリームウォークについての感想を述べれば、富士山を取り巻く魅力いっぱいのところを大勢の人々に紹介し、ウォーキングしてもらうことは良いことですが、実際今回の5～7月参加のみで他の様子はわかりませんが、現地参加は極わずかでF旅行社のバスツアーって感じがしました。主催富士山協会だけでなくこの手の企画はいっぱいあり、行政や地元ボランティアを取り込んでやる企画としては何か足りないような気がすると思うのは私だけでしょうか。次年度以降も実施するとしたら、F旅行社のバスツアーとして、バス毎に必要なリーダーを添乗または同行させれば効率的、経費もかけなくて実施可能ではないかと思えます。富士山を一周することに意義があるのか、富士山協会として実施するとしたら、コース、回数、地元との関わりについて、一考を要すると思えますが皆様はどう思いますか?ご意見ご感想をお聞かせいただければ幸いです。

くつひもといて



その18

残暑お見舞い申し上げます。

あつい、今年の夏は本当に暑い。じっとしていても汗が吹き出る。お盆も過ぎ、暑さ寒さも彼岸までと言われますが、まだまだこの残暑は続きそうな気配です。皆さんも健康管理に努めてください。

夏バテはしていませんか?

喉越しのいい冷たい物ばかり食べないで、スタミナのつく物を出来るだけとり、この夏を乗り越えましょう。うなぎ、穴子、てんぷら、ステーキ、にんにく、ゴーヤなど等。

暑い最中でのウォーキング。暑さを凌ぐ服装以外に水分補給も大切です。ウォーキングをすることにより、体温は上昇してきます。すると、上がった体温を一定に保つように、発汗により体温を下げる働きがあります。汗となる体内水分が不足すると、熱中症を起こす危険があります。また、体内の水分が不足すると、血液の粘性が高まります。血圧の高い人は特に注意しましょう。歩き始める直前と歩き終わった後に、コップ一杯くらいの水分補給を行い、歩行中は喉の渇きを感じる前に出来るだけ沢山補給しましょう。水分は、お茶、水、スポーツドリンクなど等、色々ありますが、スポーツドリンクは汗となって失われたミネラルやエネルギーが含まれています。また、コーヒーに含まれているカフェインは、水分を体内に排出してしまいますので水分補給の点では適していません。暦は9月を迎え、朝晩は過ごしやすくなりますが、まだまだ暑い日が続きます。熱中症に気をつけて、御身ご自愛下さい。



第13回

県民スポーツ・レクリエーション祭り

来る10月1日行われる祭りの中で「ウォーキング」が実施される

実施日 10月1日(日) 雨天決行

集合場所 伊豆の国市蘆山文化センター(スタート・ゴール)

参加費 一般 500円(事前申込) 800円(当日受付)

小学生 200円() 500円()

コース ☆担庵と頼朝を楽しもう 5.5km 11時集合

☆北条氏と頼朝をしのんで 8.5km 10時集合

☆歴史と自然ぶらり 12.00km 9時集合

事務局に参加申込書があります。参加ご希望の方はお申し出下さい。

今年も本町七夕まつりに協賛

事務局より

8月5日から三日間、恒例の本町七夕祭が行われ、私たちの会もこれに協賛して昨年同様UFO ゲームを行った。ゲームに参加した人にはもちろん綿菓子やお菓子のプレゼント。何回もゲームに挑戦する子供に混じり、真剣にゲームをする大人もいたりして、事務所の前は大賑わい。本年は、5日6日の二日間でなんと930人の子供や大人がゲームに挑戦した。お手伝いしてくれた役員の皆様、ご苦労様でした。



事務所の休業日

9月6日(水)13日(水)17日(日)20日(水)27日(水)