



但馬ウォーキングクラブみち草

1 趣 旨

「死ぬまで自分の足で歩こう」をモットーに自然に親しみながら和気藹々のウォーキングで健康な生活をおくり広める

2 活動紹介

月に5回～10回ほど実施しています。但馬と周辺の四季に合わせて例会を催しています。

春・桜 夏・滝&早朝ウォーキング&香住、竹野、久美浜の花火 秋・紅葉 冬・但馬五社巡拝 スノーシュー ザゼンソウ 小白鳥 梅などをテーマに10キロ～20キロのウォーキングコースを計画します。

意外と但馬に住んでいながら知らないこと、行っていない所が多く参加者は年齢に関係なく元気に楽しく歩いています。

特に弁当（昼食）時にはおやつを分け合ったり子供の遠足のようなようです。

平成20年に11月1日から例会に参加し完歩した距離を個人別に2か月毎に計算し100キロごとに会長名で認定書を出し表彰します。1,500キロ完歩者にはウォーキングウェアを贈り表彰します。3,000キロ完歩者にはリュックサックを贈り表彰します。

現在は74歳の女性が7,000キロ超えを記録しております。

3 目 標

「みんなで地球一周40,000キロを歩こう」を掲げていましたが、一年半で達成しました。現在の目標はみんなで月へ行こうを掲げ一歩一歩積み重ねております。

	28年度累計	29年度累計	30年度累計
地球から月までの距離	384,400	384,400	384,400
道草累計距離	282,966	303,683	330,346
達成率	73.6%	79.0%	85.9%

4 年度別参加人数

20年度	2,001
21年度	2,441
22年度	2,121
23年度	2,619
24年度	2,786
25年度	2,862
26年度	3,075
27年度	2,445
28年度	2,341
29年度	2,066
30年度	2,199
計	26,956





第810回例会
福知山・長安寺もみじウオーク
令和元年11月17日 15km



第817回例会
平成30年度みち草総会と清掃ウオーク
令和元年12月7日 7km



第819回例会
綾部光明寺・国宝二王門ウオーク
令和元年12月15日 15km

仁王門



第823回例会
丹波七福神巡拝ウオーク
令和2年1月13日 16km

出雲大神宮

報告者：中嶋 洋二郎