

## ノルディックウォーキング「かなみの桜」を歩く



開催案内



開催場所

令和3年2月20日(土)、ノルディックウォーキング「かなみの桜」を歩く行事が、主催：函南町観光協会、企画・運営：三島市ノルディックウォーキング協会、後援：函南町、函南町教育委員会、協力：函南町農泊推進協議会、かなみ桜の会、道の駅伊豆ゲートウェイ函南、川の駅伊豆ゲートウェイ函南、かねふくめんたいパーク伊豆、酪農王国株式会社、株式会社山本食品の方々による協賛で実施されました。

会場は、「川の駅 伊豆ゲートウェイ函南」(〒419-0124静岡県田方郡函南町塚本920-1)がスタート&ゴール地点です。

早春の風を感じながら、誰もが楽しめるノルディックで田園風景の中を、国指定の史跡「柏谷横穴群」、そして伊豆の玄関口「かなみの桜」を観て歩く、歩行距離約10Kmのコースです(写真上左右)。



受付



受付済証

9時に受付で検温、手の消毒、体調の変化について問診を済ませます(写真上左)。受付が無事に完了すると、受付完了済のシールを頂き、見やすい所に各自で貼付します(写真上右)。



ポール貸出し



随時スタート

今日の参加者状況について、三島市ノルディックウォーキング協会の井口直哉さんにお聞きしました。参加者203名(男性76名、女性127名)、そして参加最高齢者は男性84歳、女性80歳との事でした。ポールの貸し出しも行っています。ソーシャルディスタンスを考慮し、受付が済み次第、順次スタートです(写真上左右)。

「参加者の皆さん・・・心地よい汗をかきながら、楽しんで、歩きましょう！、自分のペースで歩いて下さい！、13時までに会場にお戻り下さい！」主催者からの連絡です。



スタート初期



案内表示

ノルディックウォーキングは、ポールを活用しながら歩くことにより「体のバランスを保てる」、「足腰への負担が軽減される」、上半身も使うため「全身運動になる」ことです。ポールの使い方次第では、普通に歩くより運動効果(心拍数や消費カロリー)を20～30%アップする事も可能のようです。



休憩ポイント近く



休憩ポイント到着

ほぼ中間地点の、柏谷公園付近に来ました。素晴らしい青空、そして遠くには箱根連山の山々が見えます(写真上左)。

休憩ポイントの「柏谷公園」入り口に到着しました(写真上右)。給水とトイレ休憩です。



柏谷横穴群1



柏谷横穴群2

柏谷横穴群は柏谷公園の中に位置する横穴墓群です。東西約600m、南北約250mの範囲に300基を超える横穴墓が存在すると推測されています(写真上左右)。

1976年(昭和51年)保存状態の良い一部の横穴墓群が国の史跡として認定されました。



[かなみの桜1](#)



[かなみの桜2](#)

そして本日のメインポイント、ノルディックウォーキング「かなみの桜」を歩く、のぼり旗が見えてきました(写真上左)。

函南町畑毛温泉のすぐ西の田園に、箱根山麓を源流にして穏やかに流れる一級河川「柿沢川」があります。この柿沢川沿いの右岸、左岸に2001年(平成13年)から「かなみ桜の会」の皆さんが410本の河津桜を植樹し、大切に育ててきました。

大きく育った桜並木は箱根連山、富士山の素晴らしい眺めと共に訪れる人の目を楽しませてくれます。

私たち、今日のノルディックウォーキングのメンバーも、柿沢川の右岸を歩いて楽しめます(写真上右)。



[かなみの桜3](#)



[かなみの桜4](#)

柿沢川右岸に沿って歩くと、ピンク色の河津桜と黄色い菜の花のコントラストに心癒されました。そして流れる水の綺麗な柿沢川には多くの魚たちの姿も見えます。



[沼津アルプス](#)



[富士山](#)

目を遠くに移すと、前方には沼津アルプスの山々(写真上左)、後方には、箱根連山の山々も目視できます。また、右側には雪をかぶった雄大な富士山(写真上右)、そして左側には天城山系も観賞できます。



[明太パーク看板](#)



[ゴール地点到着](#)

スタートしてから約2時間半、ゴール近くの「かねふくめんたいパーク伊豆」の赤い看板が見えてきました(写真上左)。そして10Kmのノルディックウォーキングを無事ゴールし「川の駅 伊豆ゲートウェイ函南」に到着しました(写真上右)。

ときどき強風にあおられました。ノルディックウォーキング(2本ポール)のおかげで、体のバランスを容易に取ることができました。

また、コース上には見やすい表示板の設置、交通安全を配慮し、危険個所にはノルディックウォーキング協会の方々の立哨もあり、安全に楽しくウォーキングする事ができました。

取材: 中伊豆地区担当 生きがい特派員 安藤 智章