



# NPO 法人 新宿区ウォーキング協会々報

第232号 2024年6月 11 日発行

## 【例会のご案内】

参加費: 会員無料、一般 400 円

\* 事前の申し込みは必要ありません。直接  
受付時間までに集合場所においでください。

お問い合わせ: 090-3217-4109

## 【レガス健康ウォーキングのご案内】

主催: 公益財団法人新宿未来創造財団

参加費: 会員 200 円、一般 400 円

\* 事前の申し込みは必要ありません。直接受  
付時間までに集合場所においでください。

お問い合わせ: 090-3217-4109

## 第233回

### 「緑と湧水豊かな野川を歩きましょう」

約 11km

日時: 7月9日(火) 受付: 8:40 ~9:00

集合: 殿ヶ谷戸庭園脇の公園

最寄駅: JR 線・西武国分寺線「国分  
寺駅」南口

コース: 殿ヶ谷戸公園(スタート)→もみじ橋  
→弁天橋→貫井大橋→前原小学校  
→武蔵野公園→野川公園→武蔵野  
の路→八幡橋→大沢総合グラウンド  
→武蔵野の森公園(ゴール)

解散: 武蔵野の森公園 12:30 頃予定

最寄駅: 西武多摩川線「多磨駅」

## 「神田川を歩く②」約9km

日時: 7月 17 日(水) 受付: 8:40~9:00

集合: 玉川上水第三公園

最寄駅: 京王線「下高井戸駅」

コース: 玉川上水第三公園(スタート)→和泉  
第二公園→広町みらい公園→本五  
ふれあい公園→中野長者橋→淀橋  
→神田上水公園→せせらぎの里→  
清水川橋公園(ゴール)

解散: 清水川橋公園 12:00 頃予定

最寄駅: JR 線・西武新宿線・東京メ  
トロ東西線「高田馬場駅」

## 第234回

### 「早朝ウォークを都心の緑陰で/ウォーミング アップはラジオ体操！」約7km

日時: 8月 13 日(火) 受付: 6:40~7:00

集合: 新宿中央公園水の広場

最寄駅: 都営大江戸線「都庁前駅」

コース: 新宿中央公園(スタート)→甲州街道  
→西参道→参宮橋→明治神宮西参  
道口→宝物殿→明治神宮原宿門→  
代々木公園巡り→原宿門(ゴール)

解散: 代々木公園原宿門 9:00 頃予定

最寄駅: JR 線「原宿駅」、東京メトロ千  
代田線・副都心線「明治神宮前駅」

## 【いきいきウォーク新宿のご案内】

共催: 新宿区健康部健康づくり課

NPO法人新宿区ウォーキング協会

参加費: 無料

\* 事前申し込み制 申し込み・お問い合わせ:

TEL:03-5273-3494 FAX:03-5273-3930

7月と8月はありません

## 第231回例会報告

### 「不忍通りを行く～目白台から不忍池まで～」

さだまさしの『無縁坂』を口ずさみながら歩いた…、というのはウソですが(笑)、初リーダーとして、皆さまとともに『不忍通りを行く』を体験できたことを嬉しく思います。当日は小雨まじり。けっして良い天候とは言えませんでした。スタッフ15名、そして百戦錬磨の会員23名の先輩方に支えられ完歩できたことを感謝いたします。

鬼子母神からスタート。目白通りから分岐する『目白台二丁目』の信号より『不忍通り』は始まります。上野の不忍池まで続く一本道です。

沿道には、文京区らしい瀟洒な、そして小粋なお店が数々点在し、散歩には楽しいコースです。

休憩をとった『文京グリーンコート』は、かつて『理化学研究所』のあった跡地。ノーベル賞を受賞した数々の偉人が在籍した由緒正しき場所です。さらに沿道には、『東洋文庫』、『六義園』、つつじで有名な『根津神社』、『谷根千(谷中、根津、千駄木)』と、江戸、そして古い東京の下町の風情をあじわえるスポットが目白押しです。

最後は、不忍池から新緑の上野恩賜公園をめぐり、マイナスイオンを胸いっぱい吸い込み、上野恩賜公園野外ステージ前でゴールイン。

ご存知の通り、不忍池は琵琶湖を、弁天島は竹生島を、そして東叡山寛永寺は、読んで字の如く東の比叡山延暦寺になぞらえて作られました。

春は弁天島へ続く桜並木を愛でることができ、夏は蓮が水面を埋め尽くす風景が壮観です。

ぜひ、これを機に四季折々、自分だけの上野周辺のスポットを歩いてみてはいかがでしょうか。

Let`s enjoy good walking ! (伊波)

=====

本会ウォーキングの情報をご覧いただけます。

・スマホからは、下記の二次元バーコード



・パソコンからは、下記のアドレス

<https://shinjuku-walking.fc2.net/>

## 「新宿エコライフ祭りクリーンウォーク」の報告

前日の雨が晴れとなり気持ちの良い天候となった。エコギャラリー新宿での開会式後 10 時過ぎから会員1名、一般参加1名スタッフ5名の計7名で各自が「ポイ捨てやめよう 新宿区」のゼッケンを着用し、トンぐ及び 30L 入りごみ袋を手にしてエコギャラリー新宿をスタートした。

当初ゴミは少ないのではとのことで公園通り、都庁通り、議事堂通り、甲州街道、十二社通りを経てエコギャラリー新宿へ戻る約 4.5km のコースを設定した。公園通りで道の両側に二手に分かれてごみを拾い始めた。予想に反し思いのほかゴミが多く、たばこの吸い殻、雑誌等紙類、ビン・缶、PET ボトル、傘、その他諸々で数的にはたばこの吸い殻が圧倒的に多い。最近タバコを吸う人は減っていると思っていたが吸い殻量は減っていない。雨上がりも影響したのか雨傘6本がまとまって捨ててあった。ある花壇には何十個ものアルミ缶が整然と置いてあり、さすがこれにはホームレスが拾い集めて後で取りに来るのかもと営業妨害しないようにそのままにしておいた。

又、車道側にも駐車した車からのポイ捨てごみが多かった。公園通りを過ぎて都庁のところまで来たところで 11:40 になり、ごみを入れる袋も満杯になってきたので計画より短い2km 弱の距離だったが切り上げてエコギャラリー新宿に戻った。その後ごみの分別をした結果、可燃ごみ4袋、ビン缶1袋、PET ボトル1袋、傘6本入1袋と 30L 入ごみ袋がほぼ満杯の7袋分のごみを集めた。新宿区を中心とする中央公園や都庁の周辺がこの有様では恥ずかしい限りで、まだまだモラルを上げなくてはいけないことを強く感じたクリーンウォークだった。(中榮)

発行：NPO 法人新宿区ウォーキング協会  
連絡事務所：

〒161-0033 新宿区下落合3-22-18

アビターレ目白1B 小林 昌仁 方

Fax: 03-6915-3445 携帯: 090-3217-4109

発行者: 小林 昌仁 編集責任者: 青木 久仁男