



NPO 法人 新宿区ウォーキング協会々報

第255号 2026年5月13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

第256回例会

「光が丘公園と田柄川緑道を歩く」約 12km

日 時:6月9日(火) 受付:8:40~9:00

集 合:石神井公園(ポート池前)

最寄駅:西武池袋線「石神井公園駅」

コース:石神井公園(スタート)→練馬城址公園→
城北中央公園→田柄川緑道→秋の陽
公園→光が丘公園しばふ広場(ゴール)

解 散:光が丘公園 13:30 頃予定

最寄駅:都営大江戸線「光が丘駅」

第257回例会

「東京駅地下街を歩きつくす」約8km

日 時:7月7日(火) 受付:8:40~9:00

集 合:日比谷公園大噴水前広場(ただし大噴水
は工事中)

最寄駅:東京メトロ日比谷線「日比谷駅」

A14 出口

コース:日比谷公園大噴水前広場(スタート)→日
比谷交差点→地下街(お堀沿い)→地下街(大手
町ビジネス街)→地下街(丸の内・八重洲貫通)→
屋外・八重洲中央口グランドーフ→地下街(八
重洲商店街)→地下街(丸ビル前)→地下街(東京
フォーラム)→地下街(有楽町地下広場)(ゴール)

解 散:有楽町地下広場 12:30 頃予定

最寄駅:JR 線「有楽町駅」・東京メトロ丸ノ
内線・銀座線・日比谷線「銀座駅」

【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

「猫にまつわる神社巡り2(妻恋神社から人形町 三光稲荷)」約8km

日 時:6月17日(水) 受付:8:40~9:00

集 合:飯田橋駅東口(JR 線)

最寄駅:JR 線・東京メトロ東西線・南北線・
有楽町線・都営大江戸線「飯田橋駅」

コース:飯田橋駅東口(スタート)→妻恋神社→神田
明神→昌平橋通り→江戸桜通り→三光稲荷
→甘酒横丁→水天宮→浜町公園(ゴール)

解 散:浜町公園 12:00 頃予定

最寄駅:都営新宿線「浜町駅」

* ニャンコがマスコットの新宿のサッカーチーム「クリア
ソン新宿」の選手が挨拶に来る予定です。

【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

「いきいきウォーク③ 新宿御苑特別回」約5km

日 時:6月26日(金) 受付:9:15~9:30

集 合:新宿御苑新宿門前

最寄駅:東京メトロ丸ノ内線「新宿御苑前駅」

コース:新宿門(スタート)→楽羽亭→日本庭園→ユリ
ノキ→バラ花壇→玉藻池→新宿門(ゴール)

解 散:新宿御苑新宿門 11:30 頃予定

第254回例会報告

「私鉄めぐり 北品川から神泉へ」

桜もほぼ散った4月14日は、二十四節気では清明。春の暖かな日差しで、天地万物が清らかにいきいきとする頃です。この日、スタッフ19名、会員39名、一般参加者11名の計69名の皆さんと東京私鉄沿線を結ぶウォーキングを実施しました。ご存知の通り、東京の各私鉄は、山手線の主要駅から放射状に伸びていて、それぞれの沿線には独特のキャラがあります。そんな私鉄沿線の駅(ほぼ一駅目が中心)を時計回りにめぐったのが今回の企画です。

スタートは北品川からほど近い、八ツ山橋東海道品川宿入口。スタートする頃には日差しが強くなり、汗ばむ陽気となりました。旧東海道の風情を味わい、新馬場駅(京浜急行)付近からは目黒川沿い、山手通りを歩きました。そして、大崎広小路駅(東急池上線)、不動前駅(東急目黒線)を通過後、目黒不動尊を参拝しました。再び山手通り沿いを歩き中目黒駅(東急東横線)へ。休憩後、代官山駅(東急東横線)を抜け、西郷隆盛の実弟・西郷従道の邸宅跡の西郷山公園で一休み。ゴールは神泉駅(京王井の頭線)近くの神泉児童公園でした。

今回のウォーキング、皆さんはどんな印象を持たれたでしょうか。私がいつも思うのは主要駅から一駅目なのに、昭和が息づいている商店街や建物が残されているところがけっこうあるということです。次々に街並みが変わっていくなかで、エアポケットのような場所を見つけて歩くのは楽しいものです。

今回ご参加いただいた皆さんの中にはそれぞれの沿線に懐かしい思い出がある方、全く馴染みのない知らない場所だったという方、さまざまいらしたでしょうが、あるテーマで思い出をたどったり、行ったことのない町を散策するのは楽しいですよ。そんなテーマを探してまた皆さんと一緒に歩いてみたいと思います。

Let's enjoy good walking! (伊波達也)

例会節目回数達成者のご紹介

50回を達成された河津 樹若子様、おめでとうございます！これからも次の目標に向けてご参加を！



*先月号でお名前に間違いがありました。お詫びして訂正いたします。

誤) 川端 浩治様 正) 川端 幸治様

令和7年度例会皆勤者(12回完歩)のご紹介



守屋 洋様



海妻 聡子様



高林 一宏様



川端 幸治様

発行:NPO 法人新宿区ウォーキング協会

連絡事務所:

〒160-0015 新宿区大京町9番地11 高橋方

Fax:03-3351-5026 携帯:090-3217-4109

発行者:高橋 英明 編集責任者:青木 久仁男