



NPO 法人 新宿区ウォーキング協会々報

第256号 2026年6月9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

(ただし大噴水は現在工事中)

最寄駅:東京メトロ千代田線・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→大手町ビジネス街→丸
の内・八重洲貫通)→屋外・八重洲中央ログランドル
ーフ→地下街(八重洲商店街→丸ビル前→東京国際
フォーラム→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」

第258回例会

「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18日(火) 受付6:40~7:00

ラジオ体操6:30

集 合:新宿中央公園 ファンモアタイム広場

(旧: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→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」

【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

「夕涼みウォーク 涼風を感じる」約8km

日 時:7月15日(水) 受付:15:20~15:40

* 時間が遅いのでご注意ください。

集 合:東京テレポート駅出口 A

最寄駅:りんかい線「東京テレポート駅」

コース:東京テレポート駅(スタート)→お台場海
浜公園→お台場巨大噴水「東京アクアシ
ンフォニー」→レインボーブリッジ→高輪
ゲートウェイ駅 (ゴール)

解 散:高輪ゲートウェイ駅 18:30 頃予定

最寄駅:JR 線「高輪ゲートウェイ駅」

【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・8月の予定はありません。

次回は9月です。

==

第255回例会報告

「東京大仏と荒川戸田橋緑地を散策」

目に青葉、山ホトギス、初鯉という風薫る五月。自然に感謝し、無事故で楽しく、元気で終わられる様願いを込めウォーキングをしました。

この日、スタッフ 18 名・会員 35 名・一般 11 名の計 64 名でした。

練馬区光が丘公園に集合しスタート。新緑の道、緑のカーテンを進み、板橋区に入り赤塚新町公園で初めての休憩をしました。メインの東京大仏のエリアは、がまん鬼・石像群があり、庭も手入れされ見事でした。赤塚緑地に入り、森林浴をしながら、鳥のさえずりが聞こえました。季節の花ニリンソウは、大門地区が自生地では都内で最大とされているという事でした。

赤塚公園で休憩を取り、荒川戸田橋緑地をゆっくりと歩き、今までと違う景色が広がっていました。途中、気温・湿度が高くなり、胸突き八丁という感じでしたが、舟渡大橋の小陰で涼風が吹き抜け、気力がでて、皆様無事に真畔公園にゴールする事ができました。

私自身、リーダーとして初めての経験で、緊張・重圧・不安でしたが、会員の皆様のご協力、諸先輩のご指導・励ましのお陰で、無事終了する事ができました。大変にありがとうございました。感謝で一杯です。次回まで、少しでも成長し、勤めが果たせるよう頑張ります。(野溝均)

東京大仏(板橋区乗蓮寺)



ウォーキング協会ブログ
直近の情報はこちらから

例会節目回数達成者のご紹介

達成された3名の皆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！

☆鈴木 緑様(30回)



☆中村 清子様(80回)



☆伊藤 育雄様(80回)



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