



NPO 法人 新宿区ウォーキング協会々報

第215号 2023年1月10日発行

【例会のご案内】

参加費: 会員無料、一般 400 円

第216回例会

「令和の甲州街道を歩こう No.10」 約 14km

日 時: 2月7日(火) 受付: 9:15~9:25

集 合: 甲府駅前エリア

(あずさ3号 新宿7:30 発→甲府9:08 着)

最寄駅: JR 中央本線「甲府駅」

コース: 甲府駅前エリア→サイカチの木→塩崎駅→

一橋家陣屋跡→葎崎駅前エリア(ゴール)

解 散: 葎崎駅前エリア 13:30 頃予定

最寄駅: JR 中央本線「葎崎駅」

【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

受 託: NPO 法人新宿区ウォーキング協会

参加費: 会員 200 円、一般 400 円

「立春の葛西臨海公園へ」 約8km

日 時: 2月15日(水) 受付: 8:40~9:00

集 合: 長島一号公園

最寄駅: 東京メトロ東西線「葛西駅」中央改札・北口

コース: 長島一号公園→葛西親水四季の道→新田

の森公園→新左近川親水公園→レクリエー

ション公園→葛西臨海公園(ゴール)

解 散: 葛西臨海公園 12:00 頃予定

最寄駅: JR 京葉線「葛西臨海公園駅」

【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

* 事前申込み制 申込み・お問合せは::

TEL::03-5273-3047 FAX:03-5273-3930

「伝説の地から大都会のオアシスへ」 約6km

日 時: 2月24日(金) 受付: 10:00~10:15

集 合: 大久保地域センター

最寄駅: JR 線「新大久保駅」

解 散: 新宿中央公園 12:00 頃予定

最寄駅: 都営大江戸線「都庁前駅」

明けましておめでとうございます。

当協会の名誉会長吉住健一区長が、3期目の区長に就任されました。昨年11月25日の定例区議会で、就任にあたっての所信を表明されました。5つの基本政策のI「暮らしやすさ1番の新宿」で「健康寿命の延伸に向けて、ウォーキングイベントの再開など、気軽に健康づくりに参加するきっかけを提案」と述べられています。ウォーキングが期待されています。秋には「新宿シティウォーク」が開催されるだろうと思います。

昨年から(一社)新宿ネットワーク協議会と始めました歩くための筋力を鍛える「エキトレ体操」は引き続き開催します。開催日は基本的に毎月第2・4の水曜日、10時30分から、小滝橋の新宿NPO協働推進センターで行っています。

今年も視覚障害者の方が1名入会される予定です。今まで、外へ出て楽しく歩きませんかと呼びかけは、健常者の皆さんに対してのみでした。今年度は、区の関係部署・障害者関連団体と計って、みんなで障害者の皆さんのウォーキングをサポート出来たらと話し合う予定です。区長にも伝えました。

「月例会」はスタッフ一同アイデアを出し合い、皆さんに喜んでいただける楽しいコースを用意出来ました。ご期待ください。「いきいきウォーク」「レガス健康ウォーキング」「薬王寺ウォーク」も主催者に面白いコースを提案させていただいております。皆さんお誘いあわせの上、ご参加ください。お待ちしております。

今年もコロナに負けないよう、歩いて元気に過ごしましょう。乾杯！

会長 小林 昌仁

第214回例会報告
「赤穂浪士と泉岳寺へ」

予定した集合場所の日比谷公園大噴水前は「東京クリスマスマーケット 2022」開催中のため近寄ることができず、日比谷通り沿いの東屋に急遽変更した。冷えびえとした雨が降る中、会員 23 名・一般9名・スタッフ 17 名の総勢 49 名が参集した。小林会長は左足ふともも負傷のため、出発のご挨拶のみ参加した。

公園を出発してすぐ日比谷通りを横切り外堀通りに向かって進んだ。通勤時間帯を過ぎているためか人通りは少なかった。堀商店とあるレンガビルを右折し、JR 線に並行して走る赤レンガ通りに入った。新虎通りを越えて右折し、最初の交差点に今回最初のポイント「浅野内匠頭終焉之地」と記された2m 程の石碑が建っていた。参加者は辞世の句が書かれている史蹟をそれぞれ興味深そうにのぞき込んでいた。

数ブロック進んで右斜めに虎の門ヒルズ森タワー52 階建ての威容が目に入ってきたところで、愛宕一丁目の交差点を渡り左折した。すぐ右の愛宕山を上るゆるやかな坂を通り頂上にある NHK 放送博物館に到着。開館時間より少し早く到着したが、係員の方が気を利かせて開けてくれ助かった。見学がてら給水とトイレ休憩を取った。休憩後は祝田通りに沿ってひたすら進んだ。増上寺を左手に見て赤羽橋交差点を渡り桜田通りに合流した。三田国際ビルに沿って右折した後、すぐ左折しイタリヤ大使館に沿って網坂を下った。途中には第2のポイント「大石主税以下切腹跡」の案内碑が建っていた。大石主税は義士中最年少でまだ元服間もない 16 歳だったとは…

再び桜田通りに戻り広い歩道を進み魚籃坂下を左折、ピーコックの手前を右に入り急な坂を上った。すぐに旧細川邸のシイが目に入り暫し巨樹を鑑賞。さらに旧細川邸の入り口に回り、赤穂義士史蹟碑を交代で見入った。「実に赤穂義士の総帥大石良雄等十七名が元禄十六年二月四日壮烈な死を遂げた現場である」とあった。旧細川邸の後は高輪中学・高校と泉岳寺の間の細道を通り抜け、無事泉岳寺前児童遊園にゴール。その頃には雨は上がり薄日が差していたので、クールダウンのストレッチ体操を行った。泉岳寺の四十七士のお墓参りをする方と高輪ゲートウェイ駅まで帰る方に案内をして解散した。(青木久仁男)

浅野内匠頭終焉之地



大石主税以下切腹跡



赤穂義士史蹟碑



発行:NPO 法人新宿区ウオーキング協会
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