



# NPO 法人 新宿区ウォーキング協会々報

第224号 2023年10月9日発行

## 【例会のご案内】

参加費: 会員無料、一般 400 円

### 第225回例会

**「玉川上水を歩く③ ～小金井公園（梶野橋）から上北沢（旭橋）まで～」** 約 12km

日 時: 11月14日(火) 受付: 8:40～9:00

集 合: JR線「東小金井駅」北口

コース: 東小金井駅(スタート)→小金井公園・梶野橋→三鷹駅→井の頭公園→高井戸公園→上北沢・旭橋・玉川上水第2公園(ゴール)

解 散: 上北沢・旭橋・玉川上水第2公園

12:30 頃予定

最寄駅: 京王線「上北沢駅」

### 第226回例会

**「玉川上水を歩く④ 上北沢（旭橋）から四谷地域センター（水番所跡）まで」** 約 12km

日 時: 12月12日(火) 受付: 8:40～9:00

集 合: 京王線「上北沢駅」北口改札

コース: 京王線上北沢駅(スタート)→上北沢・旭橋→玉川上水第二公園→玉川上水第三公園→代田駅→笹塚駅→新宿御苑遊歩道→四谷区民センター・水番所跡(ゴール)

解 散: 四谷区民センター・水番所跡

12:30 頃予定

最寄駅: 東京メトロ丸ノ内線「新宿御苑駅」

## 【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

**「旧都電 13 番系コース 新宿～水天宮前」**  
約 9.3km

日 時: 11月29日(水) 受付: 8:40～9:00

集 合: 西武新宿線西武新宿駅前広場(靖国通り沿い)

最寄駅: 西武新宿線「西武新宿駅」、JR線・東京メトロ丸ノ内線「新宿駅」

コース: 西武新宿駅前広場(スタート)→牛込柳町→飯田橋→水道橋→御茶ノ水→秋葉原→小伝馬町→人形町→水天宮前(ゴール)

解 散: 水天宮 12:30 頃予定

最寄駅: 東京メトロ半蔵門線「水天宮前駅」

## 【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

\* 事前申込み制 申込み・お問い合わせは

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

**「アカデミックな街で昭和レトロと自然を堪能」**

約 5km

日 時: 11月24日(金) 受付: 10:00～10:15

集 合: 榎町特別出張所

最寄駅: 東西線「早稲田駅」出口 3a

コース: 榎町特別出張所(スタート)→外苑東通り→早大通り→大隈庭園→甘泉園公園→都立戸山公園→諏訪公園(ゴール)

解 散: 諏訪公園 13:00 頃予定

JR 線・西武新宿線・東西線「高田馬場駅」

第223回例会報告  
「大使館巡りウォーク」

区立芝公園(平和の灯のあるところ)に集合した。最初から丸山古墳の山登りから始まった。古墳の頂上には伊能忠敬測地遺功表があったが、なぜここにあるのかは定かではない。

ここで給水タイムをとり、古墳を降りて赤羽橋を渡り、しばらく進むと上り坂に差しかかかかる。堀沿いに壁画があり其の内側がイタリア大使館であった。次にオーストラリア大使館を横目で見たと、高速通り沿いを進み古川橋でトイレ休憩をとった。次にイラン大使館前を通ったが正式にはイラン・イスラム共和国大使館と表示されていた。

しばらく下り光林寺で給水タイムをとった。光林寺にはアメリカ駐日公使ハリスの通訳官で、攘夷派の浪士に殺害されたヒュースケンの墓がある。次に坂道を上るとフランス大使館が見えてくる。その先にはフィンランド大使館、そしてパキスタン大使館(こちらもパキスタン・イスラム共和国となっている)があり、有栖川公園入口近くにドイツ大使館があった。有栖川公園出口付近で2回目のトイレ休憩をとった。

次にノルウェー大使館、スイス大使館、ボスニアヘルツェゴビナ大使館、カタール大使館、マダガスカル大使館、と順番に回り最後に中国大使館で13件の大使館巡りを終えた。その後六本木ヒルズを通り、ミッドタウン裏の檜町公園でゴールした。

アップダウンの多い行程でお疲れさまでした。クールダウンののち、一部の人には「極楽蜻蛉 photo クラブ写真展」を見て帰路に就いた。(塩崎)

お知らせ  
ウォーキングマスター養成講座の今期修了生



例会節目回数達成者のご紹介

☆小林 典夫様(70回)



☆福崎 範子様(70回)



☆守屋 洋様(70回)



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