

元気で歩こう会

30. 9. 22

心と体の健康のために歩きます。人とひと、人と自然のふれあいを大切にします。

自由参加です。朝起きて**元気だなあ**と思ったら参加しましょう。

第279回9月22日(土) 多摩川を下るファイナル

東久留米駅2F改札口前 8:30

東久留米駅・・・池袋駅・・・品川駅・・・大鳥居駅⇒弁天橋⇒

羽田空港船着場⇒**羽田空港**・・・東久留米

歩行距離 約5*。

第280回10月11日(木) 黒目川源流さいかち窪

から小平霊園へ!

集合場所 健康フラザ(旧滝小跡) 9:30

健康フラザ⇒柳窪屋敷林⇒柳窪天神社⇒さいかち窪⇒小平

霊園⇒健康フラザ 歩行距離 約5*。

参加費 各200円(保険料、資料代、写真代・・・次回手渡し)

これからの予定 毎月第2木曜日(市内散策) 第3土曜日(ちょっと市外)

雨天中止・・・前日7:00p.m.ごろの天気予報で降水確率40%以上の場合。ただし、市内散策の場合は小雨決行

お問い合わせは りきひさ 090-2539-7343 または t-riki@cameo.plala.or.jp まで詳細は東久留米のふれあい情報サイト [くるくるチャンネル http://khttp://kuru-chan.com/](http://khttp://kuru-chan.com/) 又

は ヤフー、グーグルで **元気で歩こう会** で 一発アクセスしよう!

裏面へ

元気で歩こう会

野火止用水②、隅田川②、神田川②、石神井川②、玉川上水②、多摩川、野川②、柳瀬川、空堀川、善福寺川②、妙正寺川、新河岸川

次は皆さんのご希望により多摩川沿いを歩きます

- ① ~~7. 22~~ 羽村駅(青梅線)⇒羽村取水堰⇒多摩橋⇒睦橋・・・拝島駅
② ~~19~~ 拝島駅⇒睦橋⇒多摩川遊歩道⇒大神公園・・・立川駅
③ ~~9. 23~~ 立川駅・・・大神公園⇒立日橋⇒柴咲体育館・・・立川駅

④ ~~12. 23~~ 立川駅・・・柴崎体育館⇒立日橋⇒日野橋⇒中河原駅(京王線)

⑤ ~~1. 20~~ 中河原駅⇒関戸橋⇒南武線⇒是政橋⇒競艇場前駅(多摩川線)

⑥ ~~2. 17~~ 競艇場前駅⇒やなぎはら緑道⇒多摩川原橋⇒京王多摩川駅
約5*。

⑦ ~~3. 17~~ 京王多摩川駅⇒西河原公園⇒小田急線⇒登戸駅(南武線)
約5.5*。

⑧ ~~4. 21~~ 登戸駅⇒東名高速道⇒新二子橋⇒二子新地駅(田園都市線)
約6*。

TL 45.5*。

⑨ ~~5. 19~~ 二子新地駅⇒多摩川橋⇒多摩川駅(東横線) 5.5キロ

⑩ ~~6. 23~~ 多摩川駅⇒第2京浜⇒矢口渡駅(東急多摩川線) 5*。

⑪ ~~7. 21~~ 矢口渡駅⇒京浜東北線下⇒六郷土手駅(京浜急行線) 5*。

⑫ ~~8. 18~~ 六郷土手駅⇒産業道路⇒大鳥居駅(京浜急行線) 5*。

⑬ ~~9. 22~~ 大鳥居駅⇒羽田空港⇒羽田空港ターミナル駅(京浜急行)
5*。

TL 25.5

TTL 71*。

東久留米から電車で基点まで行き、目的地まで歩きます。第一日のコースを完歩したら電車で帰ります。次回は次の基点まで電車で行き、次の目的地まで歩きます。途中、雨で順延もあります。

最終到着点の羽田空港へたどり着くのは秋頃になるでしょう。皆さん！ご一緒しませんか。空港から飛び立つ飛行機に夢を託して 飛翔！飛翔！

雨天中止・・・前日7:00 p. m. ごろの天気予報で降水確率40%以上の場合中止、その場合は次月第三土曜日まで順延

問い合わせは りきひさ 090-2539-7343 まで

又は 東久留米のふれあい情報サイト 登録団体「元気で歩こう会」

<http://kuru-chan.com/> 参照毎月第二木曜日は、市内散策です。ご参加下さい。