

元気で歩こう会

28. 4. 14

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 と思ったら参加しましょう。

第223回 4月23日(土) (年間計画により変更)

新河岸川を下る

集合場所 東久留米駅2F改札口前 8:30

東久留米駅・・・秋津駅⇒新秋津駅・・・北朝霞駅⇒朝霞台・・・

和光市駅・・・(バス) 福祉の里⇒新河岸川・新倉橋⇒首都

高・池袋線⇒西台駅(都営三田線)・・・東久留米

歩行距離 約5*。

第224回 5月12日(木) ナンジャモンジャの花

を觀よう!

集合場所 南部地域センター 9:30

南部地域センター⇒西東京いこいの森⇒東大農場・演習林

⇒南部地域センター 歩行距離 約7*。

参加費 各200円 (保険料、資料代、写真代を含む)

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、妙正寺川に続いて、
新河岸川を一年かけて下ります。

- ① ~~7月18日(土) 本川越駅(バス)・・・水上公園→本川越駅~~ ~~6キロ~~
- ② ~~8月22日(土) 本川越駅→三光町→宮下橋→本川越駅~~ ~~5キロ~~
- ③ ~~9月19日(土) 本川越駅→宮下橋→旭橋→新河岸川駅~~ ~~6キロ~~
- ④ ~~10月17日(土) 新河岸川→旭橋→九十川合流点→上福岡駅~~ ~~5キロ~~
- ⑤ ~~11月21日(土) 上福岡駅→養老橋→浜井水門→ふじみ野駅~~ ~~6.5キロ~~
- ⑥ ~~12月19日(土) ふじみ野駅→伊佐島橋→鶴瀬駅~~ ~~6.5*~~
- ⑦ ~~1月23日(土) 鶴瀬駅→柳瀬川合流点→志木市役所(バス)~~
~~・・・志木駅~~ ~~4.5*~~
- ⑧ ~~2月20日(土) 志木駅(バス)・・・市役所→新盛橋→北朝霞駅~~ ~~5*~~
- ⑨ ~~3月19日(土) 北朝霞駅→黒目川合流点→和光高校(バス)・・・和光市駅~~
~~5*~~
- ⑩ ~~4月23日(土) 和光市駅(バス)・・・和光高校→西台駅~~ ~~5*~~
- ⑪ ~~5月21日(土) 西台駅→北赤羽駅~~ ~~4.5*~~
- ⑫ ~~6月18日(土) 北赤羽駅→岩淵水門・荒川合流点→赤羽駅~~ ~~6*~~
- 赤字は変更地点** TTL **65***

基点、東久留米から歩きます。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。

最終目的の隅田川合流点までたどり着くのは真夏になるでしょう。
皆さん！ご一緒しませんか。

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。気軽にご参加ください。