

# 元気で歩こう会

31. 4. 11

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295回 4月20日(土) 黒目川から東京湾へ

**集合場所 東久留米駅2F改札口前 8:30**

東久留米駅⇒黒目川・神山大橋⇒関越自動車道⇒市場坂橋⇒浜崎橋⇒北朝霞駅・・・東久留米 歩行距離  
約6.5<sup>キ</sup>。

## 第296回 5月9日(木) 再び上の原へ!

**完成した温泉ビルを觀よう**

**集合場所 東久留米駅2F改札口前 9:30**

東久留米駅東口一⇒浄牧院⇒上の原交番前⇒海軍通信基地跡⇒天然温泉・スパジアムジャポン⇒堂阪公園  
⇒東久留米駅 歩行距離 約5<sup>キ</sup>。

**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](mailto: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/> 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②、野川②、柳瀬川、空堀川、善福寺川②、妙正寺川、新河岸川

次は皆様のご希望により黒目川から東京湾まで

## 14回に分けて歩きます

- ① ~~3月14日(木) わくわくセンター⇒さいかち窪⇒宮裏橋 約6\*~~
  - ② ~~3月23日(土) 宮裏橋⇒下里氷川神社⇒神山大橋⇒東久留米駅 約5\*~~
  - ③ 4月20日(土) 東久留米駅⇒神山大橋⇒浜崎橋⇒北朝霞駅 約6.5\*
  - ④ 5月18日(土) 北朝霞駅・朝霞駅(バス) 朝霞田島⇒新河岸川合流点⇒和光市駅 約5\*
  - ⑤ 6月22日(土) 和光市駅・(バス) 福祉の里⇒新倉橋⇒西台駅 約5\*
  - ⑥ 7月20日(土) 西台駅⇒舟渡大橋⇒北赤羽駅 約4.5\*
  - ⑦ 8月17日(土) 北赤羽駅⇒岩淵水門・荒川合流点⇒王子・神谷駅 約6\*
  - ⑧ 9月21日(土) 王子・神谷駅⇒豊島橋⇒小台橋⇒都電小台駅 約6\*
  - ⑨ 10月19日(土) 都電小台駅⇒尾竹橋⇒南千住駅 約6\*
  - ⑩ 11月23日(土) 千住大橋駅⇒吾妻橋⇒浅草駅 約6\*
  - ⑪ 12月21日(土) 浅草駅⇒永代橋⇒月島駅 約6\*
  - ⑫ 1月18日(土) 月島駅⇒勝鬃橋⇒築地市場駅 約4\*
  - ⑬ 2月22日(土) 築地市場駅⇒レインボーブリッジ⇒お台場海浜公園駅 約6\*
  - ⑭ 3月22日(土) お台場海浜公園駅⇒市場前駅(豊洲) 約5\*
- 合計 77\*

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。

最終到着点の東京湾へたどり着くのは陽春の頃になるでしょう。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 力久(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。