

# 元気で歩こう会

1. 11. 24

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309回 12月12日(木) 錦秋の柳窪を歩く

集合場所 健康フラザ 9:30

健康フラザ⇒柳窪屋敷林(村野邸前)⇒天神社⇒さいかち

窪⇒健康フラザ 歩行距離 約6\*。

## 第310回 12月21日(土) 黒目川から東京湾へ

NO. 10

集合場所 東久留米駅2F改札口前 8:30

東久留米駅・池袋駅・日暮里駅・千住大橋駅(京成

本線)⇒千住大橋・隅田川⇒水神大橋⇒言問橋⇒吾妻橋

⇒浅草駅(地下鉄)・東久留米 歩行距離 約6\*。

参加費 各200円(保険料、資料代、写真代・次回手渡し)

裏面へ

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/](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!

# 元気で歩こう会

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<sup>キ</sup>。~~
  - 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<sup>キ</sup>。~~
  - 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<sup>キ</sup>。~~
  - ④ ~~5月18日(土) 北朝霞駅⇒黒目川⇒新河岸川合流点⇒幸魂大橋⇒福祉の里(バス)・・・和光市駅 約5<sup>キ</sup>。~~
  - ⑤ ~~6月22日(土) 和光市駅・・・(バス) 福祉の里⇒新倉橋⇒高島平駅 約5<sup>キ</sup>。~~
  - ⑥ ~~7月20日(土) 高島平駅⇒舟渡大橋⇒北赤羽駅 約5<sup>キ</sup>。~~
  - ⑦ ~~8月17日(土) 北赤羽駅⇒岩淵水門・荒川合流点⇒王野火止用水②、隅田川②、神田川②、石神井川②、玉川上水②、多子・神谷駅 約6<sup>キ</sup>。~~
  - ⑧ ~~9月21日(土) 王子・神谷駅⇒豊島橋⇒小台橋⇒都電小台駅 約6<sup>キ</sup>。~~
  - ⑨ ~~10月19日(土) 都電小台駅⇒尾竹橋⇒南千住駅 約6<sup>キ</sup>。~~
  - ⑩ ~~12月21日(土) 千住大橋駅⇒吾妻橋⇒浅草駅 約6<sup>キ</sup>。~~
  - ⑪ ~~1月18日(土) 浅草駅⇒永代橋⇒月島駅 約6<sup>キ</sup>。~~
  - ⑫ ~~2月22日(土) 月島駅⇒勝鬨橋⇒築地市場駅 約4<sup>キ</sup>。~~
  - ⑬ ~~3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<sup>キ</sup>。~~
  - ⑭ ~~4月18日(土) お台場海浜公園駅⇒市場前駅(豊洲) 約5<sup>キ</sup>。~~
- 合計 77.5<sup>キ</sup>。

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！  
一緒にしませんか。

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。