

## 【9月開催の例会案内】

コース内容、参加費等の詳細は、8月号およびHP(www.tokyowalking.org/)に掲載しました。

### 第121回 ミニウォーク 「ふれあい」

期日 9月2日(土) 集合時間 10時 距離 5km  
 集合 日比谷公園健康運動広場 (JR有楽町駅 日比谷口 10分、メトロ日比谷駅 A14出口 5分)  
 解散 区立内幸町ホール (JR・メトロ銀座線 新橋駅 8分、都営三田線 内幸町駅 5分) 12時頃

### 第15回 東京都水土里の路ウォーキング

期日 9月3日(日) 集合時間 9時 距離 14km  
 集合 日枝神社 (JR青梅線 昭島駅 南口 8分)  
 解散 武蔵引田駅前 (JR五日市線 武蔵引田駅) 14時30分頃

### 第12回 日比谷街角ウォーク “街角に楽しさを探して”

期日 9月16日(土) 集合時間 10時 距離 10km  
 集合 日比谷公園健康運動広場 (JR有楽町駅 日比谷口 10分、メトロ日比谷駅 A14出口 5分)  
 解散 教育の森公園 (メトロ丸ノ内線 茗荷谷駅 5分) 14時頃

### 第12回 井の頭自然ウォーク “自然とのふれあいを楽しみに”

期日 9月17日(日) 集合時間 10時 距離 10km  
 集合 井の頭公園野外ステージ前 (JR中央線・京王井の頭線 吉祥寺駅 公園口 5分)  
 解散 神戸町児童遊園 (西武新宿線 井荻駅 5分) 14時頃

### 第182回 ウィークデーウォーク 「東京水辺ラインと景観②」

期日 9月19日(火) 集合時間 10時 距離 13km  
 集合 浮間公園 (JR埼京線 浮間舟渡駅 1分)  
 解散 足立小台駅 (日暮里・舎人ライナー 足立小台駅) 14時頃  
 (注) 昼食時利用施設の営業日の関係で火曜日の実施となります。ご注意ください。

### 第15回 大江戸線一周ウォーク

期日 9月23日(祝日・土) 集合時間 8時～8時30分 スタート 8時45分～9時  
 距離 15km・30km 《自由歩行》  
 集合 新宿中央公園 (都営大江戸線 都庁前駅 3分、JR・京王線・小田急線 新宿駅 10分)  
 ゴール 15km: 門前仲町高速下・油堀川公園 (メトロ・都営 門前仲町駅 5分)  
 ゴール受付 14時まで(厳守)  
 30km: 新宿中央公園 (集合場所と同じ) ゴール受付 16時30分まで(厳守)  
 (注) 今年は、昨年までとは異なり逆回りコースになりました。

## 【加盟団体行事】

### 浦安ウォーキングクラブ 090-2140-4776

#### さいたま市の緑と歴史を巡る

期日 9月10日(日)  
 集合 1次 新浦安駅前広場 (JR京葉線) 9時  
 2次 武蔵浦和駅改札出口 10時30分  
 (JR武蔵野線・埼京線)  
 解散 JR京浜東北線 浦和駅 14時頃  
 10km

### 武蔵野市ウォーキング協会 080-9523-0557

#### 桃園川緑道を歩く

期日 9月17日(日)  
 集合 天沼弁天池公園 (JR荻窪駅北口 10分)  
 9時30分  
 解散 神田上水公園 (JR東中野駅) 13時30分頃  
 10km

### NPO・東京都ウォーキング協会入会案内

- ①入会金および年会費  
 NPO会員 入会金 1000円 年会費 5000円  
 個人会員 入会金 1000円 年会費 3000円  
 家族会員 入会金 1000円 年会費 2500円  
 子供会員(中学生以下) 入会金 1000円 年会費 1500円  
 ②会員は、(一社)日本ウォーキング協会(JWA)の加盟  
 団体所属維持会員として登録されます。

- ③会員には、この会報「レッツウォーク東京」の奇数月  
 号を自宅宛にお送りいたします。  
 (偶数月号は、例会会場にて配布します)  
 ④連絡先  
 〒101-0052 東京都千代田区神田小川町2-1-9  
 日米商会ビル6階(小川町交差点角)  
 TEL 03-3295-6262 FAX 03-3295-6263  
 郵便振替口座 00160-7-189039

2017年(平成29年)  
 9月1日発行 第370号  
 NPO 東京都ウォーキング協会  
 発行人 大塚 忠克  
 編集人 田村 富士雄  
 年間頒布料 1200円 1部 100円



〒101-0052  
 東京都千代田区神田小川町2-1-9  
 日米商会ビル6階  
 TEL 03-3295-6262  
 FAX 03-3295-6263  
 振替口座 00160-7-189039  
 www.tokyowalking.org/

# レッツウォーク東京 9

## NPO TOKYO WALKING ASSOCIATION

### 第7回 ウォーキング教室・基本4ポイント

スポーツとしてのウォーキングを感じながら、体幹を使って「しっかりと歩く」事を習得していただきます。  
 「美しく、正しい歩き方の基本(4つのポイント)」を繰り返し実践して、健康の維持につなげていただければ幸いです。

期日 10月7日(土) 集合時間 9時45分 距離 4km  
 集合 代々木公園大噴水前 (JR山手線 原宿駅、メトロ千代田線・副都心線 明治神宮前駅 10分)  
 解散 代々木公園内 12時頃  
 参加費 一律 500円  
 【注】 飲み物、帽子、敷物をお持ち下さい。 次回は12月2日(土)に開催します。(偶数月開催)

### お江戸えんま大王 四十四ヶ所めぐり⑧ (最終回)

期日 10月8日(日) 集合時間 9時 距離 13km  
 集合 上野公園口前広場 (JR上野駅公園口 2分)  
 コース 上野公園～谷中6丁目～⑫長久院～谷中霊園～⑪天王寺～谷中銀座～よみせ通～谷田橋～  
 ⑮東覚寺～⑯円勝寺～駒込駅前～巣鴨駅前～⑭真性寺～巣鴨4丁目～⑩善養寺～  
 滝野川3丁目～板橋4丁目～東板橋公園(昼食)～⑬文珠院～豊島病院前～⑧専称院  
 解散 専称院 (東武東上線 中板橋駅 5分) 14時30分頃  
 参加費 都協会員 200円、他協会員 500円、一般 500円  
 備考 本シリーズ用パスポートをお持ちください。  
 「お江戸えんま大王四十四ヶ所めぐり」に7回以上参加の皆様には、「結願賞」を贈呈いたします。

### 甲州夢街道ウォーク 2017

#### ～八王子の緑の丘再発見～

主催: 甲州夢街道(八王子・相模湖・藤野エリア) 主管: NPO東京都ウォーキング協会  
 後援: 八王子市・相模原市・国土交通省相武国道事務所 賛助: (一社)関東地域づくり協会  
 今回の甲州夢街道(八王子・相模湖・藤野エリア)では、八王子市市制100周年記念の中心的事業(全国都市緑化  
 はちおうじフェア)のメイン会場とサテライト会場を巡るコースを設定いたしました。  
 八王子の花と緑豊かな潤いのある街を散策して楽しんでみませんか!

期日: 10月9日(祝日・月) 距離: 12km 《自由歩行》  
 集合場所: JR八王子駅南口前広場 (JR中央線 八王子駅 南口 1分)  
 受付: 9時～9時30分 出発式: 9時30分～10時 スタート: 10時  
 コース: JR八王子駅南口前広場～片倉城址公園～東京工科大学前～宇津貫公園～つどいの森公園～  
 小比企町交差点～富士森公園～八幡町交差点～横山町公園(ゴール)  
 ゴール: 横山町公園 (JR八王子駅 10分) ゴール受付時間 14時30分まで  
 参加費: (1人あたり) 事前申込 300円 当日申込 500円 小学生未満 無料  
 募集定員: 300名(定員になり次第締め切ります。)

事前申込方法: 事前申込締切 9月29日(金)まで必着

- ①所定の申込書に現金を添えて直接例会等で、またはTWA事務所へお申込みください。
- ②郵便振替で、口座名: 東京都ウォーキング協会(口座番号 00160-7-189039)へ  
 通信欄に、大会名「甲州夢街道」、参加者全員の氏名・住所・年齢・性別・代表者の電話番号を  
 明記して、お申込みください。(振込手数料は参加者をご負担ください)
- ③参加当日、受付に領収書または振替払込受領証(控)を必ず提出してください。
- ④参加取消または不参加の場合、参加費は返却いたしません。

問合せ先:

- ①甲州夢街道事務局(八王子商工会議所内) Tel 042-623-6311  
 問合せ受付時間: (平日の) 9時～17時
- ②NPO東京都ウォーキング協会 Tel 03-3295-6262 Fax 03-3295-6263