

【 4 月に開催する例会案内 】

コース内容、参加費等の詳細は、3月号およびHP(www.tokyowalking.org/)に掲載しました。

第28回 ウォーキング教室・基本4ポイント

期日 4月3日(土) 集合時間 9時45分 距離 4km  
 集合 代々木公園原宿門前 (JR山手線 原宿駅、メトロ千代田線・副都心線 明治神宮前駅 5分)  
 解散 代々木公園内 12時頃

第164回 ミニウォーク 「ふれあい」 “染井吉野と光太郎”

期日 4月3日(土) 集合時間 10時 距離 5km  
 集合 須藤公園 (メトロ千代田線 千駄木駅 2番出口 3分)  
 解散 巣鴨とげぬき地蔵・高岩寺 (JR・都営三田線 巣鴨駅 10分) 12時頃

街道の江戸六地蔵 ④ 真性寺

期日 4月11日(日) 受付時間 8時45分～9時 距離 15km 《自由歩行》  
 集合 日比谷公園健康運動広場 (JR有楽町線 日比谷口 10分、メトロ日比谷駅 A14出口 5分)  
 ゴール 本町にぎわい広場 (都営三田線 板橋本町駅 5分) ゴール受付 13時まで

第225回 ウィークデーウォーク “コロナ退散 呑川を歩く”  
 “サザエさんと八重桜の街 桜新町へ”

期日 4月14日(水) 受付時間 9時45分～10時 距離 10km 《自由歩行》  
 集合 雪ヶ谷児童遊園・雪ヶ谷八幡神社境内 (東急池上線 石川台駅 2分)  
 ゴール 桜新町駅前 (東急田園都市線 桜新町駅) ゴール受付 12時30分まで

第55回 日比谷街角ウォーク “街角に楽しさを探して”

期日 4月17日(土) 受付時間 9時45分～10時 距離 10km 《自由歩行》  
 集合 日比谷公園健康運動広場 (JR有楽町線 日比谷口 10分、メトロ日比谷駅 A14出口 5分)  
 ゴール 新宿東宝ビル前 (JR・メトロ・都営線 新宿駅 8分) ゴール受付 12時30分まで

第55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 4月18日(日) 受付時間 9時45分～10時 距離 10km 《自由歩行》  
 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)  
 ゴール 西荻窪駅・北口 (JR中央線 西荻窪駅 1分) ゴール受付 12時30分まで

競技会場めぐり③ “東京ベイゾーン”  
 ～東京2020オリンピック施設を巡ります～

期日 4月24日(土) 受付時間 8時45分～9時 距離 10km 《自由歩行》  
 集合 月島第二児童公園 (都営大江戸線 勝どき駅 A4a出口 1分)  
 ゴール シンボルプロムナード公園セントラル広場 (ゆりかもめ 台場駅 5分) ゴール受付 12時まで

【重要】 免責事項について

参加者は万全な健康管理のもとにご参加ください。  
 万一、事故が発生した場合は、主催者が加入している傷害保険の範囲内および応急処置以外の責任は負いません。  
 家に帰るまでがウォーキングです。楽しく歩いて、元気に家に帰りましょう！

NPO東京都ウォーキング協会は、ウォークを通じて東京2020大会を盛り上げていきます。

加盟団体行事は、3頁に掲載しました。

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「レッツウオーク東京」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

2021年4月1日発行  
 第412号  
 NPO 東京都ウォーキング協会  
 発行人 西井 淳  
 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  
 TEL03-3295-6262  
 FAX03-3295-6263  
 振替口座 00160-7-189039  
 www.tokyowalking.org/

# レッツウオーク東京 4

NPO TOKYO WALKING ASSOCIATION

新役員企画運営ウォーク “お白洲から獄門台まで”

期日 5月3日(月・祝) 受付時間 8時45分～9時 距離 12km 《自由歩行》  
 集合 日比谷公園健康運動広場 (JR有楽町線日比谷口10分、メトロ日比谷駅 A14出口 5分)  
 コース 日比谷公園健康運動広場～有楽町駅(南町奉行所跡)～東京駅(北町奉行所跡)～  
 十思公園(伝馬町牢屋敷跡)～両国橋(市中引廻し)～両国回向院(鼠小僧の墓)～  
 隅田川テラス～吾妻橋～南千住・延命寺(首切り地蔵)・小塚原回向院(安政の大獄刑死者の墓)  
 ゴール 小塚原回向院 (JR南千住駅1分、メトロ南千住駅1分) ゴール受付13時まで  
 参加費 都協会員 無料 他協会員 400円 一般 500円

備考 新役員のデビューウォークです。温かい目で見守ってください。

第226回 ウィークデーウォーク “五月のみどりを・・・”  
 【女性委員会企画 (72)】

期日 5月19日(水) 受付時間 9時45分～10時 距離 10km 《自由歩行》  
 集合 赤羽公園 (JR赤羽駅 南改札口 3分)  
 コース 赤羽公園～赤羽台～小豆沢公園～新河岸大橋～志村橋～戸田橋～荒川土手～しらさぎ公園～  
 高島平九丁目公園  
 ゴール 高島平九丁目公園 (都営三田線 高島平駅 5分) ゴール受付12時30分まで  
 参加費 都協会員 200円 他協会員 400円 一般 500円

令和2年度 事業報告ウォーク

期日 5月30日(日) 受付時間 8時45分～9時 距離 10km 《自由歩行》  
 集合 月島第二児童公園 (都営大江戸線 勝どき駅 新島橋方面 A4a出口 1分)  
 コース 月島第二児童公園～晴海三～春海橋～豊洲公園～白鷺橋～しおかぜ橋～東陽町駅前～南砂緑道公園～  
 仙台堀川公園～横十間川親水公園～猿江恩賜公園  
 ゴール 猿江恩賜公園 (メトロ半蔵門線・都営新宿線 住吉駅 4分) ゴール受付12時まで  
 参加費 都協会員 無料 他協会員 400円 一般 500円

備考 当日、報告会は実施しませんが事業報告書を配布等セレモニーを実施いたします。

■ ■ うつさない、うつされない 新型コロナウイルス感染防止にご協力ください。 ■ ■

- ・ウォーキング参加者は必ずマスクを着用してください。
- ・ウォーキング参加者は集合時・歩行時には常にソーシャル・ディスタンスを必ず守ってください。
- ・ウォーキング参加者は必ず体温を測定し、平常時の体温であることを確認して参加してください。
- ・ウォーキング参加者は受付時にアルコール消毒・検温にご協力ください。
- ・他協会、一般の参加者は、筆記用具をご持参ください。

マスク着用してのウォーキング中、息苦しさ感じたら周りに人がいないことを確認して、時々マスクを外してください。

### 第165回 ミニウォーク「ふれあい」 “勝海舟と日蓮”

期日 **5月1日(土)** 集合時間 10時 距離 5km  
 集合 洗足池公園 (東急池上線洗足池駅 1分)  
 洗足池公園～池月橋～千束八幡神社～弁天橋～西郷隆盛詩碑～勝海舟夫妻墓所～勝海舟記念館～  
 日蓮聖人袈裟懸けの松～勝海舟住居跡～洗足流れ～池上梅園～池上本門寺～池上駅  
 解散 池上本門寺 (東急池上線 池上駅 10分) 12時頃  
 参加費 一律 500円  
 備考 **速さ・距離よりもゆっくり歩いて、じっくり見ながら、人と自然とのふれあいを大切に、楽しいひとときを過ごしませんか。**

### 【延期分】 東京六大学発祥・創設の地を訪ねて

期日 **5月5日(水)** 受付時間 8時45分～9時 距離 10km 《自由歩行》  
 集合 あかつき公園 (メトロ日比谷線 築地駅 3b出口 5分)  
 コース あかつき公園～慶応大学(慶応義塾発祥の地記念碑)～立教大学(立教学院発祥の地記念碑)～  
 明治大学(明治法律学校発祥記念碑)～東京大学(東京大学発祥記念碑)～  
 法政大学(東京法学社発祥記念碑)～早稲田大学(教旨・建学の碑)早稲田大学正門  
 ゴール 早稲田大学正門前 (メトロ東西線・都電荒川線 早稲田駅 5分) ゴール受付 12時まで  
 参加費 都協会員 200円 他協会員 400円 一般 500円

### 【延期分】 第53回 日比谷街角ウォーク “街角に楽しさを探して”

期日 **5月8日(土)** 受付時間 9時45分～10時 距離 10km 《自由歩行》  
 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)  
 コース 日比谷公園健康運動広場～祝田橋交差点～日比谷交差点～日比谷通り～行幸通り～  
 大手町駅前交差点～丸の内1交差点～大手町川端緑道～白山通り～水道橋交差点～職安前交差点～  
 小石川後樂園  
 ゴール 小石川後樂園(メトロ丸の内線 後樂園駅 10分) ゴール受付 12時30分まで  
 参加費 一律 500円

### 街道の江戸六地藏⑤ “霊巖寺”

期日 **5月9日(日)** 受付時間 8時45分～9時 距離 15km 《自由歩行》  
 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)  
 コース 日比谷公園～京橋～永代橋～門前仲町～霊巖寺～菊川駅前～立川3丁目～本四三丁目児童遊園～  
 源森橋～水戸街道～四ツ木橋～お花茶屋駅  
 ゴール お花茶屋駅前(京成本線 お花茶屋駅 1分) ゴール受付 13時まで  
 参加費 都協会員 300円 他協会員 500円 一般 500円  
 備考 **本シリーズ用のパスポートをお持ちください。**  
**※Walking Life紙ではゴールを金町駅で発表しておりますが、公園工事等の理由により**  
**ゴールの予定場所を変更いたしました。**

### 【延期分】 第222回 ウィークデーウォーク 草覆う“清流”＝川辺の風景「野川」

期日 **5月12日(水)** 受付時間 9時45分～10時 距離 10km 《自由歩行》  
 集合 きたみふれあい広場 (小田急小田原線 喜多見駅 8分)  
 コース きたみふれあい広場～野川緑道～谷戸橋～野川大橋～神代団地(公園)～野川サイクリング道路～  
 馬橋東(甲州街道)～榎橋(三鷹通)～又住橋～御塔坂橋(武蔵境通)～深大寺入口～  
 深大寺ゴール  
 ゴール 深大寺前 (調布駅・三鷹駅・吉祥寺駅行きバス停へ 1～5分) ゴール受付 12時30分まで  
 参加費 都協会員 200円 他協会員 400円 一般 500円

今月号は、五月に開催される行事予定を掲載しました。

(加盟団体行事については四月に開催する行事を掲載しています)

### 第56回 日比谷街角ウォーク “街角に楽しさを探して”

期日 **5月15日(土)** 受付時間 9時45分～10時 距離 10km 《自由歩行》  
 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)  
 コース 日比谷公園健康運動広場～和田倉門前～東京駅丸の内北口前～竜閑さくら橋～常盤公園～  
 神田ふれあい通り～神田ふれあい橋～秋葉原駅中央改札前～  
 CHABARA(買い物お楽しみエリア)～芳林公園～昌平橋～  
 ワテラスモール(買い物お楽しみエリア)・淡路公園～鎌倉橋～丸の内仲通り～行幸通り～  
 仲通り～東京ミッドタウン日比谷/パークビューガーデン  
 ゴール 東京ミッドタウン日比谷 (JR有楽町駅日比谷口 5分、メトロ日比谷駅 3分) ゴール受付 12時30分まで  
 参加費 一律 500円

### 第56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 **5月16日(日)** 受付時間 9時45分～10時 距離 10km 《自由歩行》  
 集合 井の頭公園野外ステージ前 (JR中央線・京王線 吉祥寺駅 南口 5分)  
 コース 井の頭公園野外ステージ前～中道通り～吉祥寺西公園～鶴山小路～立野公園～千川上水～  
 武蔵野中央公園～グリーンパーク遊歩道～いちょう橋～桜通り～木村公園～JR武蔵境駅  
 ゴール JR武蔵境駅 (JR中央線 武蔵境駅) ゴール受付 13時まで  
 参加費 一律 500円

### 【延期分】 第161回 ミニウォーク「ふれあい」 深川の文化と寺社めぐり

期日 **5月22日(土)** 受付時間 9時45分～10時 距離 5km  
 集合 八名川公園 (都営新宿線・大江戸線 森下駅 A1出口 5分)  
 コース 八名川公園～深川神明宮～伊東深水生誕地～芭蕉庵史跡展望庭園～萬年橋～横綱通り(相撲部屋4  
 部屋)～清澄公園～霊巖寺(江戸六地藏)～滝沢馬琴生誕地～法乗院(深川えんま堂)～旧弾正橋(八  
 幡橋)～富岡八幡宮～伊能忠敬像～人情深川ご利益通り～深川不動堂～深川公園  
 解散 深川公園 (メトロ東西線・都営大江戸線 門前仲町駅 5分) 12時頃  
 参加費 一律 500円

### 【延期分】 第52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 **5月23日(日)** 受付時間 9時45分～10時 距離 10km 《自由歩行》  
 集合 井の頭公園野外ステージ前 (JR中央線・京王線 吉祥寺駅 南口 5分)  
 コース 井の頭公園野外ステージ前～吉祥寺駅・サンロード商店街～五日市街道～西荻窪駅前～  
 天祖神社～荻窪二丁目～荻外荘公園～大谷戸けやき緑地～成宗須賀神社～南阿佐ヶ谷駅～  
 中杉通り～阿佐ヶ谷駅前広場  
 ゴール 阿佐ヶ谷駅前広場 (JR阿佐ヶ谷駅) ゴール受付 13時まで  
 参加費 一律 500円

### 【加盟団体行事】 (4月開催行事)

**千代田ウォーキング協会** 03-3268-1040

4月は例会はありません。

**調布市ウォーキング協会** 03-5497-0286

#### 多摩川ウォーク(4月)

期日 4月18日(日)  
 集合 京王多摩川駅(京王線多摩川駅 0分) 9時  
 解散 京王多摩川駅 11km・19km 13時30分

**武蔵野市ウォーキング協会** 080-9523-0557

#### 下町のレトロな街歩き

期日 4月18日(日)  
 集合 日暮里南公園(JR日暮里駅北口外10分) 9時  
 解散 JR日暮里駅改札口 10km 12時45分

**浦安ウォーキングクラブ** 090-2140-4776

4月は例会はありません。