

新しい年を迎えて

会長 榎本 正也



新年、明けましておめでとうございます

会員の皆様方には、よいお年をお迎えのこととお慶び申し上げます。 昨年は、コロナの感染症対策は緩和されましたが、史上例を見ない気候変動の下、ウォーキングの活動にも配慮を求められることが多々ありましたが、皆様の御理解、御協力により乗り切ることができました。皆様の御尽力に感謝申し上げます。 さて、近年、加齢による運動機能の低下が指摘されています。当会は、こうした状況に対する対応としてウォーキングの実践が効果的であると考えています。

特に、本年は乙巳の年に当たり、再生や変化を繰り返しながら柔軟に進んでいくという意味があるとされています。この趣旨から皆様の積極的な参加を期待して、新年の御挨拶とさせていただきます。

12/14 はけの道に沿って



貫井神社
で一休み

天気に恵まれ
野川を気持ち
歩きました



これからの予定

シティウォーク

1月4日(土) 第223回
武蔵野七福神めぐり 10km

自由歩行

集合 9時00分(小雨決行)
受付開始 8時30分
場所 井の頭公園野外ステージ前
解散 武蔵野八幡宮 12時30分頃

2月はお休みです

ミニウォーク(会員限定)

1月11日(土) 第247回
三河島散策 6km

集合 8時45分(小雨決行)
受付開始 8時20分
場所 JR三鷹駅改札内
解散 JR北千住駅 12時30分頃

2月はお休みです

やさしいウォーキング教室

2024年度第4回

1月18日(土)

集合 9時30分(小雨決行)
場所 井の頭公園野外ステージ前
(吉祥寺駅公園口徒歩7分)
解散 高井戸公園 12時30分頃
教室 約1時間
教室後 高井戸公園まで歩きます

歩きました

12/8 青梅の森散策



天候に恵まれて
ハイキングコースを
歩きました

塩船観音寺に到着
しました



お知らせ

おめでとう
ございます



◎長谷川 善三様 体育功労賞を受賞

令和6年11月14日(木)武蔵野市スポーツ協会
理事会において、顧問の長谷川善三様が武蔵野市
スポーツ協会の体育功労者として表彰されました