

発行：武蔵野市ウォーキング協会 〒180-0014 武蔵野市関前 1-2-3 堀口方 発行者：堀口裕恒

会員の皆様お元気ですか。今年度も 100 名以上の
方々が会員更新して頂き有難うございます。

新型コロナウイルスによる感染症は世界的規模で拡
大を続けており、国内でも緊急事態宣言まで発令され
て、いつ終息するかわからない状況が続いております。
当協会としては感染拡大の防止策として令和2年度の
前期(4月~7月)全ての事業を中止することにしまし
た。皆様のご理解のほどよろしくお願ひします。

ところで皆様お気づきになったでしょうか。今月号が
なんと、こんな大変な時期に200号を迎えました。

創刊号から16年8ヶ月、
歴代の広報担当者が休まず
編集した賜物だと思います。
次回お会いできるまで十分に
体調管理に気を付けて下さい。



楽しくウォーキングを続けるためには

- ・目的を持ったウォーキングをおすすめします
- ・趣味を生かしたウォーキングの場をつくろう
(花、鳥、写真、スケッチ、グルメ、お城など)
- ・地図を作ろう、自分のコースを作ろう
- ・歩きに変化をつけるようにしましょう：坂道、階段
- ・記録を取るようにしましょう：歩行距離、コースタイム
- ・意外な発見を楽しみ工夫をしよう：建物、お店
- ・けがをしなない、疲れを早く取り除くようにしましょう
- ・いろいろな大会に参加しよう
- ・歩きやすいグッズで楽しもう
- ・自分に合った歩きをしましょう
- ・歩きの仲間、サークルを作ろう



これからの予定

シティーウォーク

*5、6、7月は中止とさせて
いただきました。

5月17日(日)第186回
第18回 玉川上水ウォーク

6月21日(日)第187回
青梅街道に歴史を訪ねて 10km

7月19日(日)第188回
早朝W「千川上水に沿って」 10km

ミニウォーク(会員限定)

*5、6月は中止とさせて
いただきました。

5月2日(土)第209回
街並みに時代の面影を探る 6km

6月6日(土)第210回
都電荒川線と鬼子母神

<皆様のご理解のほどよろしく
お願ひします。>

やさしいウォーキング教室

*令和2年度前期4、5、6月
全て中止とさせていただきます。

<皆様のご理解のほどよろしく
お願ひします。>

*令和2年度後期日程

第1回 10月 10日(土)

第2回 11月 14日(土)

第3回 12月 12日(土)

歩きました

*4月の行事は全て
中止させて
いただきました。



*神代植物公園で
見たボケの花



*新緑の玉川上水

お知らせ

◎通常総会の中止：5月16日(土)

新型コロナウイルス感染拡大の影響により
皆様の安全安心に対するリスク回避のためにも
総会を止むなく中止といたします。
後日、総会資料を配布させていただきます。

◎アンケート調査

当協会も年々高齢化が進んでおります。人生
100年時代を楽しく・元気に歩くために皆様
のご意見・ご要望を後日お聞きしたいと思います。
ご協力のほどよろしくお願ひします。

***裏面をご覧ください。たよりのあゆみを掲載**