

2025秋・冬号

中高年みんなと一緒に歩きましょう!

2025. 10 あやせ歩こう会



☆ 会のモットー：「もし、心が乾いたら友と歩こう」 ☆
広くみなさんにも参加していただき、**第2日曜(原則)と一緒に歩きたいです**

予定日	コース (予定)	距離 Km	現地スタート駅
10月12日	大岡川沿いと久良岐 (くらき) 公園散策	5.0	地下鉄 上大岡駅
11月09日	明治神宮&代々木公園散策	5.4	地下鉄 明治神宮前駅
12月14日	港南台 野鳥の小径を歩く	6.2	J R 港南台駅
1月25日	寒川神社へ初詣 (半日コース) 第4日曜	3.2	J R 相模線 寒川駅
2月08日	曽我の里散歩コース(梅まつり)	5.5	J R 御殿場線 下曽我駅
3月08日	東横フラワー緑道～みなとみらい地区へ	5.0	東横線 東白楽駅

集合場所：長後駅又は海老名駅（自宅に近い駅）に集合し、スタート駅まで
行きます(現地集合也可)

歩行時間：現地10時～14時頃に約4～6kmを40人程で安全に歩きます

持ち物：お弁当、飲み物、体験参加費(500円)、交通費、健康保険証



2025年3月 目黒、林試の森公園で昼食

オレンジの旗が目印

あやせ
歩こう会



2025年5月 東高根森林公園 (湿生植物園)

＜注意とお願い＞

- ・ ウォークできる健康状態で参加願います
- ・ ケガや事故は自己責任です

恵まれた自然の中に身を置き、
史跡を訪ねて新たな発見をし、
友とのふれあいに喜びを分かち、
そして豊かな心と感謝の気持ちで、
ゆっくり歩きます。

＜お願い＞ 実施有無を必ず**直前確認**ください (雨天等での延期・中止、コース変更、集合時刻確認)

確認の連絡先： 龍(りゅう) Tel. 080-2252-9881 or 馬場 Tel. 090-2319-7657

一般参加者カード (当日500円を添えて提出)

参加カード	あやせ歩こう会	年	月	日
住所	綾瀬市			
フリガナ				
氏名		男	女	
電話番号				

領 収 書

参加費として下記の金額を受領しました	
様	金500円
年 月 日	あやせ歩こう会
会計	
取扱者	



I. 連絡事項

◎ 夏季の例会実行可否判断について
3年前から柔軟な対応としたが、毎年の気温
上昇で安全に例会を開催するための判断
基準について幹事会にて審議した。
「近場で木陰があり平坦な半日コース」前提
で「気温33℃以下の気象予報」の時に実行
できる、としました。

★ 9月新会員の紹介 ★

・石渡善司さん (7班薩田G)
会員数54名(9月現在)

★ 来年度の例会候補地回収 ★

来年度例会の行きたい所を募集しました。
幹事会で検討し総会で発表します。

★ 公益活動 P.Bキャップと使用済みタオル回収のお願い ★

12月10日(水)までにP.Bキャップと使用済みタオルを幹事・幹事補佐へお願いします。
年一回、使用済み(洗濯済)タオルを社協経由で市内施設に寄付されます。



II. 12月ウォーク

一般市民参加はカード記入と参加費500円が必要となります

港南台 野鳥の^{こみち}小径を歩く

さえずりの丘公園まで
長い上り坂(高低差80m)

【日程】 **12月14日(日)** = 雨天延期 = **難度中級**・市街地・丘陵地

荒天予報の時は前夜7時に連絡網で案内 予備日：12月21日(日)

【開会式】 午前 10時 20分 (JR根岸線) 港南台駅南側 駅前広場 : 開会式

【解散】 午後 14時 00分 同 上 : 閉会式

乗車時間 **約1時間**
トイレにご注意

【受付集合】 「長後駅 or 海老名駅」で受付し、開会式場に行きます(現地直行も可能)

【あし】 長後駅 9:01発 → 藤沢駅 9:13着 (のりかえJR) 9:27発 → 大船駅 9:31着
(のりかえ) 大船駅 9:41発 → ^{快速}港南台駅 9:49着

(JR相模線) 海老名駅 8:56発 → 茅ヶ崎駅 9:25着 (のりかえ) 9:34発 → 大船駅 9:46着
(のりかえ) 大船駅 10:01発 → ^{快速}港南台駅 10:09着

【お願い】 当日の体温が「37.5度以上」の時は参加をご遠慮願います。

【あし代】 長後駅 → 港南台駅 470円 海老名駅 → 港南台駅 590円

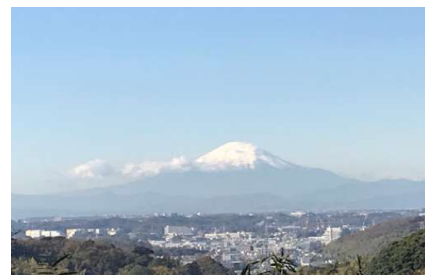
【ガイドリーダー】 薩田・藤原・協力 福島さん・左右田さん



造形美が映える街



マロニエ通り



さえずりの丘公園からの眺望

- ◆**港南台駅** 港南台駅前プロムナードに横浜彫刻展入選作品8点が展示され、造形美が映える街となっている。港南台西公園から港南台駅に向かう途中で彫刻やモニュメントを観ることが出来ます。
- ◆**マロニエ通り** 毎年5月のゴールデンウィーク時期になると港南台の街路で赤や白の花をつけるマロニエの木。ヨーロッパの街路樹に多く、港南台の魅力づくりのために1990年代に植樹が始まりました。横浜港南台商店会の呼びかけで、港南台連合自治会や金融機関とともに活動を続け、2011(平成23)年には100本に到達しました。
- ◆**さえずりの丘公園** 円海山の中腹にあり、港南台のまちを一望することができます。広い芝生でのびのびすごせる公園です。高台の上にあるので富士山や綺麗な景色が眺められます。坂道からは、横浜ランドマークタワーや横浜ベイブリッジなどを望むことができます。

【コース】 距離 約 6.3 Km 歩行時間 約 2 時間 10 分

港南台駅前広場（開会式） 150m →（造形美道） 700m → ①マロニエ街道 950m →

②港南台南公園 1100m → ③港南台さえずりの丘公園【昼食】 1900m →

④港南台5丁目 600m → ⑤港南台地区センター 900m → (ゴール) 港南台駅前広場 (閉会式)

