

回数	実施日	曜	例会名	集合場所	時間	歩行距離	ゴール
済 144	1月24日	土	新春の川越を歩く	脇田本町公園 /川越	9:00	6km	川越
145	2月14日	土	高沼用水路④	中浦和	9:00	6km	中浦和
146	3月21日	土	御成道浦和美園からさぎ山自然公園へ	浦和美園 /埼玉高速鉄道	9:00	6km	締切橋 /国際興業バス
147	4月4日	土	新河岸川緑道から岩淵水門へ	北赤羽	9:00	5km	赤羽
148	5月16日	土	田柄川緑道を歩く	東武/成増	9:00	5km/ 8km	地下鉄/平和台 東武/上板橋
149	6月21日	土	御成道さぎ山自然公園から岩槻へ	締切橋 /国際興業バス	9:00	7km	岩槻
150	7月18日	土	武蔵野線を歩く③〔新秋津～北朝霞〕（例会合同）	新秋津	8:30	7km	東所沢
151	8月29日	日	六辻水辺公園から別所沼へ（例会合同）	北原公園/南浦和	8:30	5km	武蔵浦和
152	9月27日	日	御成街道本郷追分から王子へ	東大前	9:00	5km	王子
153	10月17日	土	区民ハイキングとともに	北浦和公園/北浦和	9:00	6km	南浦和
154	11月21日	土	八潮に残る江戸時代の屋敷を訪ねる	越谷レイクタウン	9:00	7km	草加
155	12月12日	土	高輪ゲート駅に行こう	新橋	9:00	6km	高輪ゲートウェイ
156	1月16日	日	初詣ウォーク	上野公園/上野	9:00	5km	上野
157	2月27日	月	天沼の河津桜を見に行こう	大宮門前/大宮	9:00	5km	東武/大宮公園
158	3月28日		秋ヶ瀬緑道を歩く	中浦和	9:00	5km	桜区役所 /国際興業バス

※諸般の事情により計画が変更になることがあります。直近の【次回案内】または【さいたま市健康ナビ】でご確認ください。

「お問い合わせ先」

平澤 壽一（ひらざわ じゅいち）

090-6047-4987