

## 2022年度 瀬谷水緑の健康ウォーク年間予定

特別イベント

【 4月:11月 瀬谷ウォーク&amp;スポーツ体験 】

≪4月:11月【障害者地域活動ホーム共同企画】≫

回数	実施日	コース名	集合場所	集合時間	解散場所	距離	当月担当者
158	4月16日(土)	瀬谷オープンガーデン巡り&スポーツ体験 第17弾	三ツ境駅 二ツ橋公園	8:45	瀬谷駅 北口広場	9km	名雪
159	5月23日(月)	命のめぐみ (県立境川遊水地公園)	弥生台駅 駅前公園	9:00	湘南台駅 湘南台公園	9km	永原
160	6月27日(月)	善波川・鶴巻あじさい散歩道	鶴巻温泉駅 駅前広場	9:30	東海大学前駅 おおね公園	7km	深澤
161	7月25日(月)	座間・里山公園散策	小田急線相武台前駅 かにが沢公園	9:00	座間駅 座間谷戸山公園	8km	植村
162	8月22日(月)	瀬谷・旭の四つの市民の森	三ツ境駅 二ツ橋公園	8:45	三ツ境駅 楽老南公園	9km	永原
163	9月26日(月)	大和の緑地散策	大和駅 シリウス前	8:45	高座渋谷駅 渋谷6号公園	9km	名雪
164	10月24日(月)	横須賀「うみかぜの道」	馬堀海岸駅 馬堀海岸公園	9:30	汐入駅	9km	深澤
165	11月26日(土)	瀬谷ウォーク&スポーツ体験 第18弾	三ツ境駅 二ツ橋公園	8:45	瀬谷駅 瀬谷駅南口	7km	横田 三浦
166	12月26日(月)	師走の臨港パークと 松原商店街のにぎわい	関内駅 横浜公園	9:00	天王町駅 追分公園	9km	植村
167	1月7日(土)	瀬谷八福神めぐり(南まわり)	瀬谷駅 瀬谷駅北口公園	8:45	瀬谷駅 瀬谷駅北口公園	14km 7km	名雪
168	2月27日(月)	三溪園散策	山手駅 本牧緑が丘公園	9:00	三溪園	8km	植村
169	3月27日(月)	海老名の緑地	かしわ台駅 北部公園	8:45	海老名駅 海老名中央公園	7km	深澤

## ご注意

新型コロナの関係で中止にする場合もありますので、開催の有無について各回の問合せ先と下記の瀬谷スポーツセンターHP【瀬谷区ウォーキング情報】でご確認ください。

問合せ先

※お問合せは、各月ごとに異なります。それぞれの月の担当者まで御連絡ください

月	担当者	連絡先
4月	名雪	080-5683-2784
5月	永原	090-2336-2475
6月	深澤	090-5998-4248
7月	植村	090-1543-7543

月	担当者	連絡先
8月	永原	090-2336-2475
9月	名雪	080-5683-2784
10月	深澤	090-5998-4248
11月	横田	080-1171-1437
	三浦	090-4754-1340

月	担当者	連絡先
12月	植村	090-1543-7543
1月	名雪	080-5683-2784
2月	植村	090-1543-7543
3月	深澤	090-5998-4248

## その他注意事項

- \* 『NHK7時の天気予報』において、午前中に横浜で大雨警報等荒天予報が発令された場合は中止とします。小雨の場合は実施します。
- \* 事前申込みは不要です。当日、集合場所・集合時間厳守でお越しください。参加費として、200円/人(各回)を当日受付時にいただきます。
- \* コース内容や集合・解散場所等は、事前に発行する『3ヶ月チラシ』で確認してください。やむを得ず実施内容を変更する場合がありますので、必ず、『3ヶ月チラシ』を確認ください。
- \* 年間予定・3ヶ月チラシは、瀬谷区役所、瀬谷スポーツセンター、区内各地区センターや地域ケアプラザ、コミュニティ・スクール等で配布しています。また、横浜市瀬谷スポーツセンターホームページ内の【瀬谷区ウォーキング情報】で「検索」できます(URL <http://www.yspc.or.jp/seya.sc.ysa/>)。
- \* 飲料水・雨具等をお持ちください。※注3ヶ月チラシで有無をご確認下さい。

瀬谷スポーツセンター  
ホームページ  
ウォーキング情報

随時サポーター会員を募集しておりますので、お気軽にお声がけください

主催：瀬谷水緑(みりよく)の健康ウォークサポーター会  
協力：瀬谷スポーツセンター(共催月 4月・11月)  
後援：瀬谷区役所



# みりょく 瀬谷水緑の健康ウォーク サポーター会

## MKW

### スタッフ募集中!!



MKWは、月1回のウォーキングの会を実施しており  
2021年3月で12年目に入りました。  
スタッフ([サポーター]と言います)は10名ほどです。  
ウォーキングのより一層の活発化に向けて  
フレッシュな感性とフレキシブルな行動力を持つ方々を  
現在募集中です!!!

MKWは、月1回のスタッフによる準備会と  
月1回の一般参加者を含めたウォーキング例会を  
行っております。

MKWは、瀬谷スポーツセンターとの共催や協力を得ております。  
また年2回、瀬谷障害者地域活動ホームの方々と  
共同企画で活動もしております。  
更に、瀬谷区役所から助成と後援を頂いております。

ご関心おありの方は  
下記までご一報ください。

代表：名雪勝利

080-5683-2784

#### < 活動日 & 活動時間 >

準備会： 毎月第3火曜日 13:00~15:00

例会： (基本) 毎月第4月曜日 8:45~14:30



Let's Go WALKING!