

## 銀杏の道テクテク

神宮外苑 ささえーるまで全員完歩



神宮外苑銀杏並木を歩くウォーキング講座が12月3日にありました。

10名の参加者と講師などサポート役7名の一行は午前9時40分にJR信濃町駅に集合。聖徳記念絵画館前広場でウォーミングアップしてから歩き始めました。神宮外苑から銀杏並木を往復した後、ささえーるまで歩いて戻りました。

毎年参加しているという60代から80代の

3人の方は「歩くことは身体にいいね」と笑顔で話していました。

今年のイチョウは台風19号や大雨の影響なのか例年の黄金色ではなく、みなさん残念そう。帰り道では四谷3丁目にある消防博物館で休憩。10階展望休憩室で富士山を眺めたあとラストスパートです。行程4.3キロ、全員が完歩しました。

(記事・写真=菊地喜子さん、江上二三雄さん)