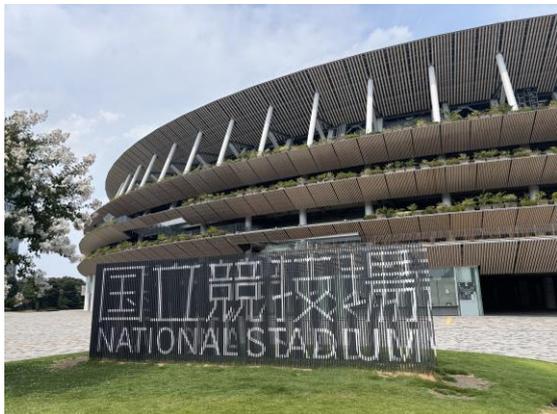


東京シティガイドと行く「健康増進歩こう会」

神宮外苑



○千駄ヶ谷から四ツ谷まで、将棋会館、国立競技場や、聖徳記念絵画館、迎賓館赤坂離宮など、新旧建築物の点在するまちを、東京シティガイドクラブの案内で巡ります。
(約 4.3km 2 時間半のウォーキング)

1. 日 時 **令和8年4月10日(金) 9時30分～12時(雨天決行)**
2. 参加資格 **都民、都区退職者等で、ご自身で歩行できる方**
3. 募集人員 30名程度(申込者多数の場合は抽選)
4. 集 合 **9時30分(時間厳守)**
JR千駄ヶ谷駅改札外
5. コー ス 千駄ヶ谷駅→将棋会館→日本オリンピックミュージアム→国立競技場→聖徳記念絵画館→明治記念館→迎賓館赤坂離宮→四ツ谷駅(解散)
6. 参加費 無 料(有料施設には入館しません)
7. 申込方法 (1) ホームページは、[こちらから](#)必要事項を入力の上、送信してください。
(2) 往復はがきは、「往信欄」に、「神宮外苑」と明記のうえ、参加者全員(2名まで)の、①氏名、②年齢、③郵便番号・住所、④代表者の携帯及び自宅電話番号を記入し、「返信欄」に代表者の、①氏名、②郵便番号・住所を記入して、下記へお送りください。
8. 申込期間 **令和8年3月2日(月)から3月13日(金)(必着)まで**
9. 留意事項 ツアー中の事故等による損害は、参加者の自己責任となります。

【申込先】 〒104-0043 中央区湊 1-12-11 八重洲第七長岡ビル4階
(一財)東京都弘済会 健康増進歩こう会担当 (電話 03-3551-1101)

【共 催】 (一社) 東京都交友会

