

2023 令和5年 第1394号

3.1

毎月1日・15日発行

発行 東京都稲城市
編集 秘書広報課広報広聴係
住所 〒206-8601 稲城市東長沼2111
電話 042-378-2111
FAX 042-377-4781
開庁時間 午前8時30分～午後5時

広報

いなぎ



緑につつまれ友愛に満ちた
市民のまち稲城

人口と世帯数

令和5年2月1日現在		(前月比)
人口	93,398人	(23人減)
男	46,744人	(16人減)
女	46,654人	(7人減)
世帯数	42,401世帯	(4世帯増)

※人口及び世帯数は、住民基本台帳によるものです。

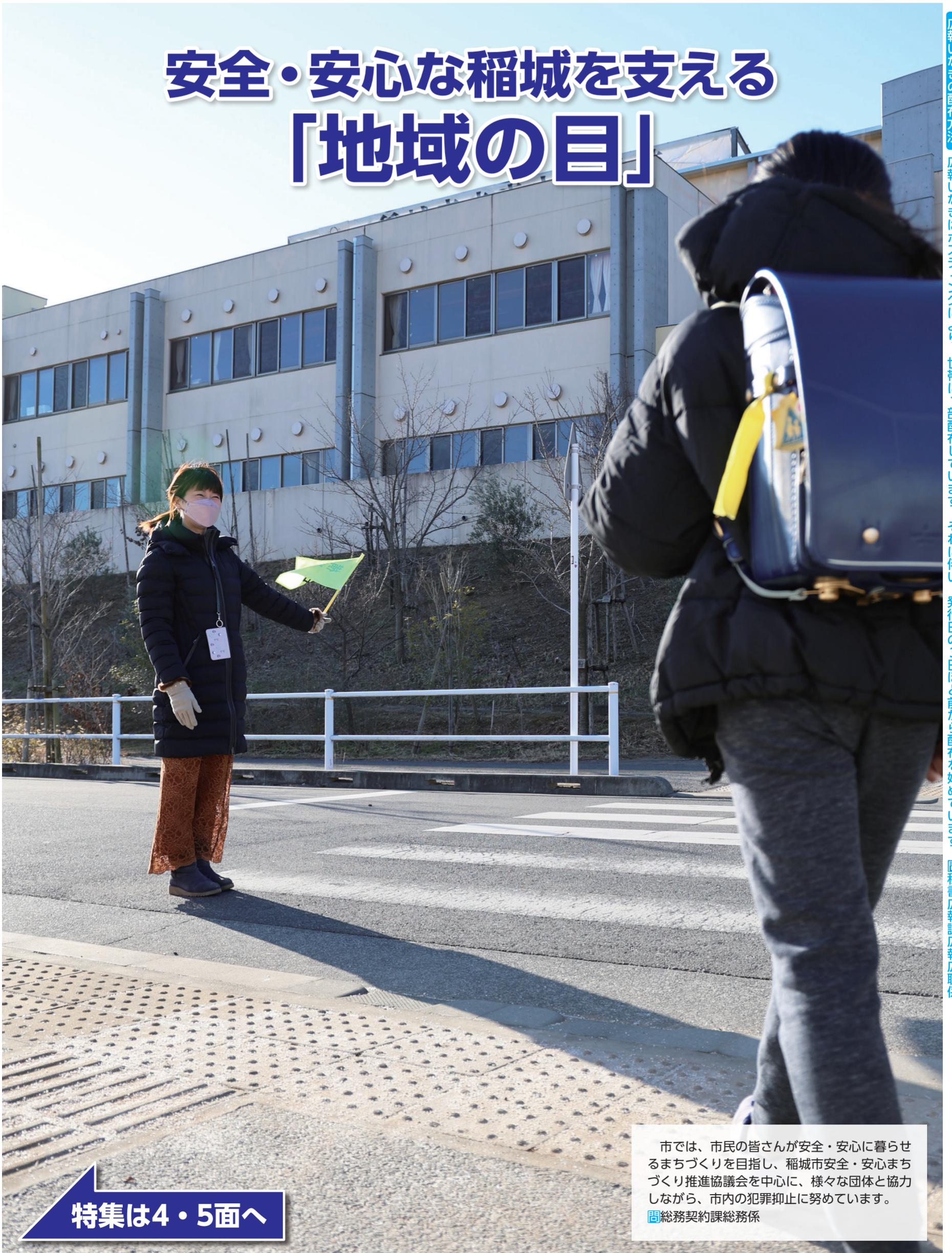
最新情報は市HPをチェック!

稲城市 検索



メール配信サービスの登録
左記または「inacity@emp.ikkr.jp」に
空メールを送信してください。

安全・安心な稲城を支える 「地域の目」



広報いなぎの配布方法 広報いなぎはポストインにより、世帯に1部配布しています。それに伴い、発行日の3日ほど前から配布を始めています。 図書館広報課広報広聴係

特集は4・5面へ

市では、市民の皆さんが安全・安心に暮らせるまちづくりを目指し、稲城市安全・安心まちづくり推進協議会を中心に、様々な団体と協力しながら、市内の犯罪抑止に努めています。

問 総務契約課総務係

広報いなぎに掲載している記事は2月15日時点の情報です。最新の情報は市HPでご確認ください。

安全・安心な稲城を支える「地域の目」 ～ 私たちが地域を見守っています!～

稲城市は令和4年中の刑法犯認知件数が256件と都内(町村・島しょ部を除く)で最も少なく、犯罪が少ない自治体です。これは「安全・安心なまちづくり」を目指し、日夜活動している自治会やPTA等、多くの防犯団体の活動の成果です。本特集では地域で防犯活動を実施している団体を紹介すると共に、活動についてお話を伺いました。
▶インタビュー内容 ①活動の内容・実績 ②今後の取り組み・目標 ③市民へのメッセージ
☎総務契約課総務係

多摩稲城防犯協会大丸支部 佐藤 博史 支部長

①地域の安全・安心のために活動しており、主に月1回青パトによる巡回と防犯チラシのポスティングの他、隔月1回程度、土・日曜日にパトロールを実施しています。自治会と協力しながら地域行事にも参加しています。

②今後は地域へのアピールという観点から、のぼり旗を掲げてのパトロールを考えています。また、巡回時間が小学校の下校時間と重なることから、これまで以上の見守り強化と声かけを心がけていきたいです。

③私たちの声を聞いたり、姿を見かけたら、ぜひリアクションをお願いします。手を振っていただくだけでも相互に自覚が広がると思います。市民同士、共に犯罪を無くしていきたいです。



向陽台二丁目住宅自治会 加藤 研郎 会長

①毎月定期的に向陽台二丁目内の防犯パトロールを実施しています。また、助成金を活用し、自治会で地域内に防犯カメラを設置し、地域で防犯意識を高めています。

②防犯パトロールを引き続き行い、積極的に地域住民に声かけします。また、コロナ禍で中止が続いている炊き出し訓練等の再開を通して、住民同士が顔を合わせる機会を増やし、「顔の見えるまち」を目指したいです。

③自治会では引き続き、防犯パトロールを実施しますが、個人でも防犯対策(防犯カメラや2階の窓にシャッターを設置等)を行い安全なまちを一緒に目指しましょう。



南山小学校サポートチーム 藤田 優一 さん

①保護者のボランティアで登下校時の見守りや、地区の植栽、清掃を行っています。「ながら見守り」を基本に、SNSを活用しながら、南山小学校区の安全・安心のための活動を、平成27年の開校時から継続しています。

②下校時間帯は不審者事案も発生しやすいですが、学年で時間が分散しており、サポートチームだけでの見守りが難しいです。行政や自治会等と協力しながら見守り強化を図りたいです。

③現在は保護者のボランティアが中心となっていますが、活動が形骸化しないよう、地域の皆さんで協力しながら「見守りの輪」を広げていきたいです。



みどりクラブ押立高砂会 上原 榮子 会長

①週に1回、押立地区で四小・四中の下校時間の見守り・声かけ、ごみ拾いをしながら、やりがいをもって防犯パトロールをしています。

②会員の平均年齢が約85歳と高齢化が進んでいます。今後も安全なまちが続くよう、60代の若い世代の人にも参加してもらい、活動を継続していきたいです。

③みどりクラブだけでなく、地域全体で協力して、安全・安心なまちを目指しましょう。



稲城市シルバー人材センター 飯田 規美子 会長

①高齢者が働くことを通じて生きがいを得ると共に、地域社会の活性化に貢献する組織です。市内に600人以上の会員があり、除草や清掃、施設管理等、様々な業務に就業しながら、地域の見守りを行っています。

②更に会員を増やし、活動の幅を広くすることで、「地域の目」を増やし、より地域貢献できるシルバー人材センターを目指していきたいです。

③シルバー人材センターの会員は市内全域で、「地域の目」を養いながら日々様々な活動をしています。まずは、その活動内容・実績を市民の方々に知っていただきたいです。



稲城市 総務契約課 総務係 岩城 政義 さん

①青パトで小・中学校の下校時間帯を中心に通学路・公園・児童館等の周辺や、自転車盗防止のため、自転車等駐車場周辺のパトロール、特殊詐欺防止のための広報活動を毎日実施しています。

②最近増加している「不審な電話」の情報提供に迅速に対応し、音声による広報・注意喚起で特殊詐欺の未然防止につなげたいです。

③地域との連携を深め、一人ひとりの防犯意識を高めることで、皆さんと一緒に犯罪が起きにくい環境を作りたいです。



あなたも「地域の目」になりませんか？

防犯活動実施団体、個人ボランティアの登録
防犯活動に関心のある団体・個人ボランティアの登録を随時受け付けています。登録した団体・個人には防犯資機材(ベスト、腕章等)を支給します。
▶登録件数(令和4年12月末現在)
○防犯活動実施団体 132団体
○防犯活動個人ボランティア 26人



子ども110番の家
子ども達の緊急時の避難先として、申し出があった市内の個人宅・店舗等を「子ども110番の家」として登録しています。登録時に「子ども110番の家」のプレートを支給しますので、目につきやすい場所への掲示をお願いします。
▶登録件数(令和4年12月末現在)
977件(うち、個人=572件、店舗等=405件)





親子歯みがき教室 〜0歳児のケア〜

「歯みがきってどうするの？」
「歯が生え始めの頃はど
うの？」
「歯みがき等の準備をしま

か。
対7〜10カ月の初めてのお
さんと保護者
※保護者のみの参加も可
日3月15日(水)
※利用料無料
時間 午前9時20分〜、午前10時

※時間指定不可
定各回5人(申込先着順)
ミニ集団での講話歯のケア
と離乳食の進め方について
母子健康手帳、歯ブラシ(使
っている場合のみ)
申電話(3月2日(木)〜)
場先問保健センター ☎378・
3421

ストレスチェック こころの体温計

スマートフォンやパソコン
で、いつでも簡単にストレス
度や落ち込み度をチェックで
きます。市HPまた
は下記から利用で
きます。



場先問保健センター ☎378・3421

21

こころの体温計 (本人モード)
ストレス度・落ち込み度が分かります。

水槽のヒビ 住環境のストレス
赤金魚 自分自身のストレス
石 その他のストレス
黒金魚 対人関係のストレス
水の透明度 落ち込み度
猫 社会的なストレス

本人モード 結果画面(例)

自殺防止！ 東京キャンペーン

3月は東京都の自殺対策強
化月間です。東京都では、電
話相談等を行います。詳細は
「東京都福祉保健局」HPをご覧
ください。
場先問保健センター ☎378・3421

3月1日〜3月15日の休日急病診療所・休日薬局

診療時間=午前9時〜午後5時(受付時間は各医療機関にお問い合わせください)
※休日急病診療でのPCR検査は行いません。
場先問保健センター ☎378-3421(土・日曜日、祝日=稲城消防署 ☎377-7119)

日程	医療機関	薬局	地区
3月5日(日)	簡野クリニック ☎331-8570	さくら薬局稲城平尾店 ☎331-2796	平尾
3月12日(日)	あべ内科クリニック ☎379-4870	稲城駅前薬店 ☎370-8370	東長沼

3月の乳幼児健診事業

場先問おやお包括支援センター(保健センター内) ☎378-3434

事業名	対象	実施日	備考
赤ちゃん訪問	生後4カ月まで	個別に実施	出産後、出生通知票はがきを投函してください。
3〜4カ月児健康診査	令和4年11月生まれ		
1歳6カ月児健康診査	令和3年8月生まれ	対象者へ個別に通知(4月になる場合もあります)	通知が届かない場合はお問い合わせください。
3歳児健康診査	令和2年2月生まれ		
1歳児歯科健康診査	令和4年2月生まれ		

※3〜4カ月児健康診査時に6〜7カ月・9〜10カ月児健康診査の受診票を交付します。
※1歳児歯科健康診査は第1子・多胎児が対象となります。

3月の健康相談

場先問保健センター ☎378-3421

事業名	実施日	時間	申込期限
保健相談(保健師)	第1火曜日	午前9時30分〜11時	前日までに予約
栄養相談(管理栄養士)	第2・4火曜日		

オーエンス健康プラザ 楽しく体を 動かしませんか

4〜6月コース型教室

対日時費 左下表参照
※参加費の納入後の返金はできません。
定各20人(申込者多数の場合は抽選)
※2〜3歳の親子体操は13組
申往復はがき(必要事項)教室名○氏名○年齢○性別○住所○電話番号)
※1人1教室につき1枚の応募券
限3月20日(月)必着
4月オンライン教室
スタジオのレッスンがZoomを使用し自宅で行えます。選べる3教室

4〜6月コース型教室

教室名	対象	開催日	時間	参加費
月曜朝ヨガ	16歳以上の方	4月3日〜6月26日の月曜日(全13回)	午前9時25分〜10時25分	7,150円
ヒーリングヨガ			午後7時30分〜8時30分	
シェイプアップアクア			午後7時〜7時50分	8,450円
火曜はじめてピラティス	16歳以上の方	4月4日〜6月27日の火曜日(全12回) ※5月2日を除く。	午前9時45分〜10時45分	6,600円
火曜ピラティス			午前11時〜正午	
はじめて4泳法	16歳以上のクロールが泳げる方		午前11時〜11時50分	7,800円
元気アップウォーター&フロア	60歳以上の方		午前9時40分〜10時30分(スタジオは午前10時40分まで)	7,400円
アクアピクス	16歳以上の方	4月6日〜6月29日の木曜日(全12回) ※5月4日を除く。	午後7時〜7時50分	7,800円
骨盤体操			午前11時〜正午	
金曜ピラティス	45歳以上の女性	4月7日〜6月30日の金曜日(全12回) ※5月5日を除く。	午前9時45分〜10時45分	6,600円
メノポーズケア			午前10時30分〜11時30分	
ダンス体操 de アンチエイジング	40歳以上の方		午後2時30分〜3時30分	
中級水泳4泳法	16歳以上の25m泳げる方		午前9時40分〜10時30分	7,800円
土曜はじめてピラティス	16歳以上の方		午前11時〜正午	
2〜3歳の親子体操	2〜3歳のお子さんとその保護者(両親または祖父母) ※お子さん1人に対して保護者1人 ※妊娠中の方、その可能性がある方は参加不可 ※参加者の兄弟・姉妹の同伴不可	4月1日〜6月24日の土曜日(全12回) ※4月29日を除く。	午後1時〜2時	6,600円
腰痛改善ピラティス	16歳以上の方	4月2日〜6月25日の日曜日(全13回)	午前10時〜11時	7,150円

4月のオンライン教室

教室名	対象	開催日	時間	参加費
代謝アップヨガ	16歳以上の方	火曜日	午後7時30分〜8時30分	1教室2,000円、 選べる3教室コース 4,500円、 おまとめコース 6,000円
ピラティス		土曜日	午前9時45分〜10時45分	
ボクシングEX			午後2時〜3時	
パワーヨガ		日曜日	午前10時〜11時	

ス、4教室全てが受けられる
おまとめコースのお得なプラ
ザはアーカイブも活用すれば
多種類の教室が好きな時間に
何度でも受けられます。
対日時費 左下表参照
定各25人
申メール
※5月5日を除く。
※オーエンス健康プラザの利
用登録がない方は電話
選) 20人(申込者多数の場合は抽
限3月20日(月)
健康教室
膝痛・腰痛予防改善教室
必要
申往復はがき(必要事項)教室
名○氏名○年齢○性別○住所
日(全12回)
対30歳以上の方
日4月6日〜6月29日の木曜
日(全12回)
健康運動指導士と管理栄養
士が運動と食事の両面から指
導する教室です。脂質異常症
や高血糖等、生活習慣病の予
防・改善を目指します。
inagrip
movie@kenkouplaza-
1171 ☎370・2280、

※5月4日を除く。
時午後1時30分〜3時
定15人(申込先着順)
費7,800円
申電話(3月3日(金)午前10時
〜)

限3月21日(火・祝)
◆共通事項
場先問オーエンス健康プラザ
(〒206・0801 稲城市大丸
1171) ☎370・2280、
movie@kenkouplaza-
inagrip

広報いなぎに掲載の事業等について 新型コロナウイルスのため、中止となる場合や参加条件を設けている場合があります。詳細は市HPをご確認ください。 問 秘書広報課 広報広聴係

なしのすけが行く

「変身!ペダリオン」

No.116 マンガ #上ジェット



協力: 坂本 太郎 (リアルペダリオンイラスト) ©K.Okawara・Jet Inoue ©稲城市

相談あない 3月1日~3月31日

新型コロナウイルスの感染拡大防止のため、変更となる場合があります。

相談の種類(相談員)	相談内容	相談日	時間	予約・問い合わせ
① 法律相談(弁護士)	離婚・遺産相続・土地家屋の賃借問題・金銭の貸し借り・自己破産等	2日(木)・7日(火)・9日(木)・12日(日)・16日(木)・23日(木)・28日(火)・30日(木)	午前9時~正午	市民協働課 予約専用電話 ☎378-2286 (受付時間=午前8時30分~正午、午後1時~5時) ▷予約期間 ①~⑤=相談日の2週間前から予約 ⑥⑦⑨=前日までに予約 ⑧=相談日の2週間前までに予約 ⑩~⑫=予約随時
② 不動産の相続、贈与等の登記相談(東京司法書士会多摩支部会員)	土地建物の名義変更等の登記等	9日(木)		
③ 不動産相談(東京都宅地建物取引業協会府中稲城支部会員、東京都不動産鑑定士協会会員)	不動産の契約更新・立退き料・家賃値上げ・土地の価格・不動産の売買等	8日(水)、22日(水)		
④ 遺言書作成などくらしの書類作成相談(東京都行政書士会府中支部会員)	離婚・相続・遺言・契約等の書類作成、手続き等	28日(火)	午後1時30分~4時30分	
⑤ 税務相談(東京税理士会日野支部会員)	相続税・贈与税・所得税等	2日(木)・16日(木)		
⑥ 行政相談(総務省行政相談委員)	国や独立行政法人の仕事に対する疑問・苦情等	14日(火)		
⑦ 人権・身の上相談(法務省人権擁護委員)	夫婦・家族の不和や近所トラブル、人権侵害等	3日(金)・17日(金)		
⑧ 住宅リフォーム相談(稲城市住宅リフォーム協議会会員)	住まいの修繕、増改築等リフォーム	1日(水)予約終了 4月5日(水)	午前9時~11時40分	
⑨ 女性の悩み相談(女性の悩み相談員)	夫婦・家族との関係、子育て・職場の悩み等	1日(水)・15日(水)・25日(土)	午前10時~午後1時、午後2時~4時	
⑩ 交通事故相談(弁護士)	損害賠償・示談・保険手続き等	14日(火)	午前9時~11時30分	
⑪ 学校アドボカシー(元稲城市立中学校校長)	子どもの学校教育に関する疑問や悩み	6日(月)・20日(月)	午後1時~5時	
⑫ 病院アドボカシー(病院アドボカシー相談員)	市立病院を利用する患者やその家族の要望や不安	平日の月・火・木(相談員の都合で変更有り)	午前9時~正午	
⑬ 消費生活相談(消費生活相談員)	不当請求・訪問販売・消費者トラブル等	平日毎日 ※来所は消費生活センターへ、電話相談も可	午前9時30分~正午、午後1時~3時30分	消費生活センター相談室(百村2111) ☎378-3738
⑭ 年金相談(年金相談員)	老齢年金・障害年金等の受給資格や請求等	平日毎日 ※第2・4水曜日は平尾出張所でも実施(祝日を除く)	午前9時~正午、午後1時~4時	保険年金課年金係 ※予約不要
⑮ 福祉とくらしの相談(自立相談支援員)	仕事・お金・健康・生活等について幅広い相談(訪問・同行応相談)	平日毎日	午前8時30分~午後5時	生活福祉課地域福祉係福祉くらしの相談窓口
⑯ 心配ごと相談(民生委員)	生活での困り事・悩み事	第1・3水曜日	午前10時~正午	福祉センター(百村7) ☎378-3366 ⑯=予約不要 ⑰⑱=予約随時
⑰ 高齢者・障害者のための法律相談(弁護士)	遺産・遺言・権利・財産侵害・成年後見等	第3水曜日	午後1時30分~3時30分	
⑱ ひとり親家庭カウンセリング相談(心理カウンセラー)	母子・父子家庭の心の悩み	第2・4土曜日	午後1時~4時	

くらしの情報

消費生活センター(百村2111) ☎378-3738 (月~金曜日、祝日を除く)

はじめての賃貸借契約、基礎知識

2022年4月に成人年齢が引き下げられ18歳から契約ができるようになりました。

人生初めての重要な契約が新居の賃貸借契約だという方もいるでしょう。

契約する時

後々のトラブルを防ぐため契約時に交わす書類や現状をよく確認する事が大切です。契約前に「重要事項説明書」の説明があります。禁止事項、修繕に関する事、退去する際の費用負担、特約等、疑問に思ったら理解できるまで遠慮せず聞いておきましょう。

貸主側と現状を確認し写真を撮っておくのも一法です。

入居中

トラブルが生じたら独断で修理を行わず、まず貸主側に相談しましょう。

トイレが急に水漏れした際、貸主に連絡を取らずに、慌てて修理業者を呼んだため高額な費用を負担した事例もあります。

退去する時

「敷金精算」をします。原状回復をするための費用を精算して敷金から差し引き、残った金額は返金されます。その際、高額な修繕費用やハウスクリーニング費用を請求されてトラブルになることがあります。

「原状回復」とは入居時と同じ状態に戻すことではありません。畳や壁等は何年か経てばへたりが出たり、変色するのは自然な変化ですから借主に責任はありません。

国土交通省は「原状回復をめぐるトラブルとガイドライン」、東京都は「賃貸住宅トラブル防止ガイドライン」を作成し、どちらが負担するか具体的に図解して示しています。

基本的に「経年劣化」「通常損耗」は貸主負担、通常を超える使用による損耗や傷は借主負担になります。意見が相反した場合は双方で話し合います。

東京都では賃貸トラブルの専門窓口を設けています。ぜひ、ご利用ください。
賃貸ホットライン ☎03-5320-4958(月~金曜日、午前9時~午後5時30分)

(消費生活相談員)

高齢者の肺炎球菌感染症 定期予防接種
① 次のいずれかに該当する方
令和4年度に65・70・75・80・85・90・95・100歳になる方
② 接種日現在60~64歳で、心臓・腎臓・呼吸器の機能に障害がある方 障害者手帳1級程度及びヒト免疫不全ウイルスにより日常生活がほとんど不可能な方
※既にこの予防接種を受けている方は対象外

指定医療機関一覧

医療機関名	電話番号	地区
谷平医院	377-6433	矢野口
矢野口クリニック	379-0939	
こせき内科クリニック	377-0035	
かじわら内科・泌尿器科クリニック	370-8770	東長沼
菜の花クリニック	313-9272	
東長沼クリニック	379-4851	
稲城腎・内科クリニック	370-7611	大丸
あべ内科クリニック	379-4870	
なかお内科クリニック	401-5836	
稲城診療所	377-6128	百村
市立病院健診センター	377-1421	
いしがき医院	401-3733	
稲城癒しの森内科クリニック	379-8880	平尾
菊池医院	378-3333	
稲城わかばクリニック	370-0530	
いなぎ駅前クリニック	378-1570	押立
栄耳鼻咽喉科クリニック	370-7363	
簡野クリニック	331-8570	
高クリニック	331-8201	向陽台
平尾内科クリニック	331-8221	
もりや脳神経クリニック	350-3885	
桜井医院	378-3224	長峰
竹田耳鼻咽喉科気管食道科医院	377-3087	
向陽台クリニック	378-6677	
長峰クリニック	350-7171	若葉台
若葉台クリニック	350-6075	



▽接種回数 1回
※生活保護受給者の方等は費用免除(要各証明書)
※休診日を除く。
限 3月31日(金)
☎ 378・34
21 問 保健センター

2023 令和5年 3.1 第1394号

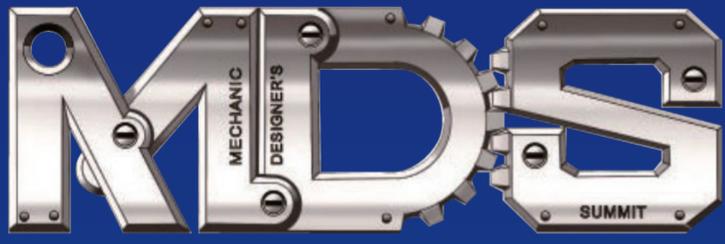
広報 いなぎ Plus

稲城のイチオシ情報をお届けします

次の休日開庁日は3月12日(日)
▷受付時間 午前8時30分～11時45分、午後1時～5時 (受付時間外は庁舎に入れません)
▷窓 〇 市民課、国民健康保険係、市民税係、収納課 (税外債権の取り扱いはいりません)

東京ヴェルディ 今月前半のホームゲーム
日時 3月5日(日) 午後2時～ VS ヴァンフォーレ甲府
味の素スタジアム 問東京ヴェルディ(株)
☎03・3512・1969

広報いなぎに掲載の事業などについて 新型コロナのため、中止となる場合や参加条件を設けている場合があります。詳細は市庁舎を確認ください。問秘書広報課広報広聴係



メカデザイナーズ サミットVol.10

問 観光課観光係

トークショーの内容を 少しでもご紹介!

トークショー 不朽の名作『機動戦士ガンダム』はどのように生まれたのか。

大河原 邦男氏をホストに迎えたトークショーをライブ配信します。
世界でも絶大な人気を誇るアニメシリーズ「機動戦士ガンダム」。ファーストと呼ばれる一作目の「機動戦士ガンダム」は1979年に放送が始まり、骨太なストーリー、魅力的なキャラクターが紡ぐドラマ等、当時は小学生を視聴対象としていたロボットアニメに一石を投じました。
今回のトークショーでは、どのように不朽の名作が生まれたのか、当時の制作秘話を交え語ります。
最新情報は市庁舎、「稲城市(観光)」Twitter(@inagi_kanko)で公開します。ぜひフォローしてお待ちください(右記参照)。

日 3月18日(土)
時 午後1時～
※約90分の配信を予定
場 いなぎ発信基地ペアテラスから生配信
▷トーク出演者

- 大河原 邦男氏(メカニックデザイナー)
- 安彦 良和氏(漫画家)
- 松崎 健一氏(脚本家)
- 石井 誠氏(MC・フリーライター)

▷視聴方法 MDSYouTubeチャンネル(右記参照)で配信
※配信映像を撮影・録画・録音し、転用することは一切禁止です。
※動画配信のため、大量のデータ通信が必要です。
※電波状況・視聴環境によっては映像が乱れる場合があります。
※メカデザイナーズサミットVol.08、Vol.09トークショーの様子も、同チャンネルでアーカイブ配信中です。ぜひご覧ください。



▲「稲城市(観光)」Twitter

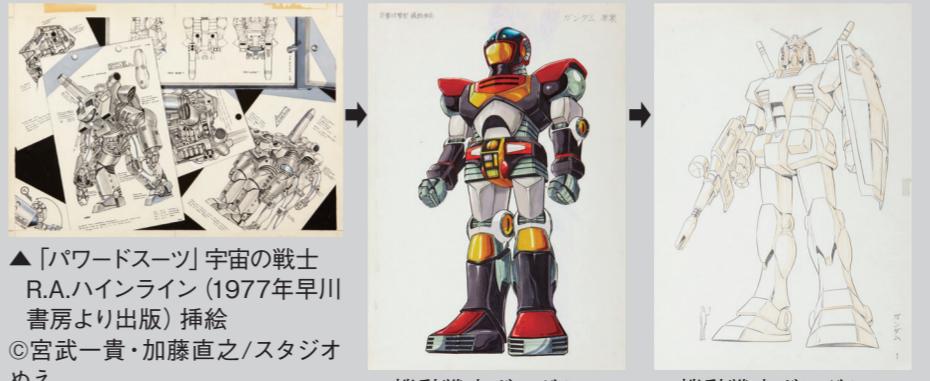


▲MDSYouTubeチャンネル

ガンダムのデザインが決定するまで

ガンダムシリーズに登場するモビルスーツ(機体)は、スタジオぬえが描いた「パワードスーツ」がイメージとなっています。初期稿のガンダムは作品が制作されるかどうか未定の状態で描かれていましたが、その後監督やスポンサーの意向を踏まえ、デザインが定まっていきました。
今回のトークショーでは、詳細な背景設定を踏まえたモビルスーツのデザイン等にも触れます。

デザイン決定の流れ



▲「パワードスーツ」宇宙の戦士 R.A.ハインライン (1977年早川書房より出版) 挿絵 ©宮武一貴・加藤直之/スタジオぬえ



▲機動戦士ガンダム 設定資料 初期稿 ©創通・サンライズ



▲機動戦士ガンダム 設定資料 ©創通・サンライズ

同時開催 いなぎ発信基地ペアテラスワークショップ

いなぎ発信基地ペアテラスワークショップとは、様々な企業が考えたオリジナルワークショップを体験できる、大人も子どもも楽しめる日本のモノづくり体験ワークショップイベントです。
時 午前10時～午後4時 場 いなぎ発信基地ペアテラス前、いなぎペアパーク

稲城一周 ハートフルウォーキング



稲城市一周(ハーフコースもあり)をコースとしたウォーキングイベントを開催します。桜の咲く季節にウォーキングを楽しみながら、稲城市の新しい魅力を発見してみませんか。長い距離にチャレンジしてみたい方・楽しく春の稲城を歩きたい方等多くの方の参加をお待ちしています。

- 一周フルコース(全長約20km、高低差約125m)**
アップダウンが激しく、非常に長い距離を歩くため、健脚の方向けのコースです。
▷行程 大丸公園～多摩川緑地公園～穴澤天神社～よみうりランド～ふれんど平尾～平尾近隣公園～若葉駅～稲城長峰ヴェルディフィールド～城山公園～大丸公園
▷解散時間・場所 午後3時30分(目安)・大丸公園
- ハーフコース(全長約10km、高低差約100m)**
▷行程 大丸公園～多摩川緑地公園～穴澤天神社～よみうりランド～ふれんど平尾～平尾近隣公園
▷解散時間・場所 正午～午後1時・平尾近隣公園

- ◆共通事項
日 3月26日(日)
※小雨決行、荒天中止
時 午前9時～(受付=午前8時30分～8時45分)
▷集合場所 大丸公園(JR南武線南多摩駅から徒歩5分)
定 40人(申込者多数の場合は抽選。当落含む詳細は3月20日(月)ごろに通知)
申 申し込みフォーム(右下記参照)、はがき[必要事項○件名「稲城一周ハートフルウォーキング申し込み」○氏名(ふりがな)○年齢○性別○住所○電話番号○希望コース○希望グループ(歩行速度=速い・中・遅いから選択)]
※一度に2人まで申し込み可
限 3月13日(月)必着
先 問 スポーツ推進課スポーツ推進係



▲申し込みフォーム