

21 スキップの会



スキップの会は、平成21年に東保健センターの「ウォーキング実践講座」を受講した仲間
でサークルを作り、活動を始めた会です。

“100歳までの健康づくり”をモットーに、冬の間(1月～3月)は、月に一回、地下歩行
空間でウォーキング、夏の間(4月～12月)は、月に一度、市内全域から場所を選んで、屋外で
ウォーキングをしています。また、毎年3月に、メンバーで相談して翌年度の行き先を決めて
います。

予定表を見て、集合場所にきた人たちで出発です。出欠は問いません。

現在の会員数は、28人。新しいメンバーの参加をいつでも歓迎しています。

《2021年の活動報告》

1月12日(火)	千・カ・ホウォーキング
2月1日(月)	ふまねっと運動 札幌市サポーター派遣事業。簡単だけど難しいを体感！
3月15日(月)	千・カ・ホウォーキング
4月30日(金)	白石サイクリングロード⇒雨のため大通り地下街を歩行
5月11日(火)	大倉山 宮の森シャンツェ(中央区) ⇒ 中止
6月4日(金)	川下公園(白石区) ⇒ 中止
7月5日(月)	屯田防風林～安春川(北区) 小雨の中整備された川沿いを歩く。川には鴨や鯉が。
8月10日(火)	藻岩山 ロープウェイまでウォーキング(中央区) 頂上では最高の景色が。帰りも大通りまで歩きました。
9月20日(月)	五天山公園(西区) 満開の萩の花や、イトトンボなど。お弁当を食べて最高。
10月23日(土)	鴨々川～中島公園(中央区) 川には鴨や鯉が。真っ赤な紅葉に感動し癒されました。
11月1日(月)	北大銀杏並木(北区) 銀杏と紅葉のコントラストが素晴らしく、10年以上毎年訪れています。
12月10日(金)	JR苗穂駅～アリオ札幌3Fウォーキングコース(東区)



◀ 8月藻岩山



9月五天山公園



▲ 10月中島公園



11月北大銀杏並木 ▶

～一年を通じて、一緒に楽しく歩きましょう～