

秋のウォーキング報告書

イベント概要

2024年10月7日(月)、越谷市中央市民会館からレイクタウンまでのウォーキングイベントが開催されました。参加者は、開放的な元荒川緑道の景色や越谷市指定有形文化財旧東方村中村家住宅見学を楽しみながら、脳の機能を維持するための「おしゃべり」、「笑い」、「有酸素運動・ウォーキング」を実践しました。

イベント詳細

- 集合場所: 越谷市・中央市民会館の表入り口前の広場
- 集合時間: 9時30分
- 出発時間: 9時45分
- コース: 中央市民会館～新平和橋～元荒川緑道～しらこぼと橋～大聖寺～旧東方村・中村邸～大相模調整池～JR越谷レイクタウン駅
- 所要時間: 2時間30分(大聖寺・中村邸の滞在時間と休憩時間を含む)
- 持ち物: 昼食、飲み物、雨具
- その他: ウォーキングに適した服装・靴、中村邸の入館料無料

イベントの様子

参加者は、元荒川緑道や大聖寺、中村住宅などの名所を巡りながら、リフレッシュした時間を過ごしました。元荒川緑道には休憩場所・ベンチがあり、トイレも完備されていました。道中にはスーパーやコンビニエンスストアもあり、昼食の調達など便利な環境でした。



参加者の声とエピソード

参加者からは、「久しぶりのウォーキングで景色を楽しみながら、健康的な運動ができた」「おしゃべりや笑いで心身ともにリフレッシュできた」といった声が寄せられました。

元荒川緑道では、参加者が自然の中でリラックスしながら、鳥のさえずりや川のせせらぎを楽しむ姿が見られました。特に、この時期の花曼珠沙華が見られました多くの参加者が写真を撮っていました。



過去に数回訪れた事がある大聖寺での休息では、お菓子や饅頭などが PC ネット越谷から振る舞われましたが、蚊が多くこれには閉口しました。



特に印象的だったのは、越谷市指定有形文化財である中村住宅の様式と歴史について詳しく係員が説明してくれました。その話を聞きながら、在りし日の名主の栄華を思いながら、時間を過ごしました。



最後は大相模調整池ほとりで心地よいそよ風の中で昼食としました。



まとめ

今回のウォーキングイベントは、参加者にとって心身のリフレッシュと健康維持に大いに役立つものとなりました。今後もこのようなイベントを通じて、PC ネット越谷の皆様が健康で楽しい時間を過ごせるよう努めてまいります。



ウォーキングの様子 [ここをクリック](#)

担当: 麻生

文作成 大野義輝