

五月晴れのもとみんなと一緒に

# ウォーキングの お誘い

楽しく歩いてみませんか

- ◆ 1時間ほど歩ける方の参加とさせていただきます。
- ◆ 日にち **H30年5月11日(金)** (65歳以上の方)
- ◆ 時間 午前10時～12時
- ◆ 場所 豊四季台近隣センター 出発・解散
- ◆ 定員 先着20名 (1ヶ月前から受け付け)
- ◆ 参加費 無料
- ◆ 持ち物 軽い運動ができる服装でお越しく下さい。  
水分は各自ご持参ください。  
履きなれた運動靴でご参加ください。
- ◆ 雨天の場合は屋内でウォーキングの講話となります。



参加申し込み  
柏西口地域包括支援センター  
04-7142-8008