

元気で歩こう会

5・11・19

心と体の健康のために歩きます。人とひと、人と自然のふれあいを大切にします。

自由参加です。朝起きて**元気だなあ**と思ったら参加しましょう。

第397回 11月9日（木）立野川をくぐる

集合場所 東久留米駅2F改札口前 **9:30**

東久留米駅⇒落合川⇒浅間町1丁目⇒立野川・小沢橋

⇒（浅間町地区センター）⇒浅間神社⇒東久留米駅

歩行距離 約3.5キロ

第398回 11月18日（土）六仙公園から南沢湧水群へ紅葉を探して！

集合場所 まろにえホール **9:30**

まろにえホール⇒神明山南⇒六仙公園一⇒南沢湧水群⇒

南沢水生公園⇒まろにえホール 歩行距離 約3キロ

参加費 各200円（保険料、資料代、写真代・次回手渡）

これからの予定 毎月第2木曜日(市内散策) 第3土曜日(ちょっと市外)

雨天中止・・・前日7:00p.m.ごろの天気予報で降水確率40%以上の場合。ただし、市内散策の場合は小雨決行

お問い合わせは りきひさ 090-2539-7343 または t-riki@cameo.plala.or.jp まで
[東久留米のふれあい情報サイト](#) [くるくるチャンネル](#) の「福祉・高齢者・健康」の **元気で歩こう会** で 一発アクセスしよう！