５・５５・１２・２４

・２２・２２

**元気で歩こう会**

***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４０１回１月１１日（木）市役所周辺散策**

**集合場所　市民プラザ　　　　　　　９：３０**

**歩行距離　約2キロ**

**＊１３：００～記念パーティー**

**場所：市民プラザ・屋内ホール**

**第４０２回１月２０日（土）新春の竹林公園へ**

**集合場所　市民プラザ　　　　　　９：３０**

**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**

**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***](file:///C%3A%5CUsers%5C%E5%8A%9B%E4%B9%85%E4%BF%8A%E6%B2%BB%5CDocuments%5C%40%E5%85%83%E6%B0%97%E3%81%A7%E6%AD%A9%E3%81%93%E3%81%86%E4%BC%9A%5C%E8%A9%B3%E7%B4%B0%E3%81%AF%E6%9D%B1%E4%B9%85%E7%95%99%E7%B1%B3%E3%81%AE%E3%81%B5%E3%82%8C%E3%81%82%E3%81%84%E6%83%85%E5%A0%B1%E3%82%B5%E3%82%A4%E3%83%88%E3%80%80%E3%81%8F%E3%82%8B%E3%81%8F%E3%82%8B%E3%83%81%E3%83%A3%E3%83%B3%E3%83%8D%E3%83%AB%20http%3A%5Ckhttp%3A%5Ckuru-chan.com%5C)***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！***