

元気で歩こう会

3・12・18

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352回 1月13日(木) 帰ってきた冬鳥を見よう!

集合場所 市民フラザ(東久留米市庁舎) 9:30

市民フラザ⇒落合川・いこいの水辺⇒下谷公園⇒黒目川・神山大橋⇒浄牧院⇒東久留米駅 歩行距離 約3キロ

第353回 1月22日(土) 南町の森の中散策

集合場所 西部地域センター 9:30

西部地域センター⇒小金井街道⇒南町地区センター⇒南町緑地保全地域⇒小金井街道⇒バス停「前沢住宅」・東久留米駅

歩行距離 約3.5キロ

東久留米駅西口バス停	8:55	9:10
団地センター	9:06	9:23
西部地域センターまで徒歩5分		

参加費 各200円(保険料、資料代、写真代・・・次回手渡)

裏面へ

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!