

元気で歩こう会

4・8・20

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367回 8月20日(土) マイラーズ小平霊園からさ

いかち窪へ

集合場所 わくわく健康フラザ

9:30

健康フラザ⇒ガスミュージアム入口⇒新青梅街道⇒小平霊園西口⇒さいかち窪⇒柳窪天神社⇒健康フラザ

歩行距離 約4キロ

第368回 9月8日(木) 南沢湧水群を歩く

集合場所 市民フラザ (東久留米市役所ロビー)

9:30

市民フラザ⇒落合川・いこいの水辺⇒老松橋⇒毘沙門橋⇒南沢水辺公園⇒南沢緑地保全地域⇒南沢水生公園⇒多聞寺⇒市民フラザ

歩行距離 約3キロ

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!