

# 元気で歩こう会

4・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373回 11月19日(土) 文化の秋5宝泉寺・上の原海軍通信隊跡を歩こう!

集合場所 東久留米駅2F改札口前 9:30

歩行距離 約3キロ

東久留米駅・・・バス停「宝泉寺前」⇒宝泉寺⇒金山緑地⇒上の原東公園⇒海軍通信隊跡⇒上の原北公園⇒バス停「東久留米団地」・・・東久留米駅

## 第374回 12月8日(木) 文化の秋6・郷土資料室見学・陸軍北多摩通信所跡へ

集合場所 西部地域センター 9:30

歩行距離 約3キロ

西部地域センター⇒郷土資料室(わくわく健康フラザ内)⇒陸軍通信所跡・・・西部地域センター

会費 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](mailto: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!