

# 元気で歩こう会

4・12・17

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376回 1月12日(木) 新しい年を迎えて

集合場所 市民フラザ (東久留米市庁舎ロビー) 9:30

市民フラザ⇒多聞寺黒松跡⇒落合川・いこいの水辺⇒南沢水辺公園⇒氷川神社⇒南沢湧水群⇒多聞寺⇒市民フラザ

歩行距離 約3キロ

## 第377回 1月21日(土) 落合川上流付近を歩く

集合場所 まろにえホール (市生涯学習センター) 9:30

まろにえホール⇒落合川⇒上流端⇒八幡神社⇒小金井街道⇒落合川⇒まろにえホール

歩行距離 約3キロ

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!