

元気で歩こう会

5・6・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388回 6月17日(土) 上の原でスパジウム・ジャポンを観て草花を探そう!

集合場所 東久留米駅改札口前 9:30

東久留米駅改札口前⇒上の原⇒スパジウム・ジャポン前⇒上の原
東公園⇒東久留米駅 歩行距離 約3キロ

第389回 7月13日(木) 滝山公園巡りで草花を探そう!

集合場所 市わくわく健康フラザ 9:30

健康フラザ⇒あじさい公園⇒さつき公園⇒前沢南公園(陸軍通信所跡)⇒つばき公園⇒滝山公園⇒あやめ公園⇒すいせん公園
⇒西部地域センター⇒健康フラザ 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)

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!