

元気で歩こう会

5・7・22

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392回 8月19日(土) 西東京いこいの森公園

へ!

集合場所 東久留米駅2F改札口前

野外昼食

9:30

東久留米駅・・ひばりヶ丘駅・・バス停「谷戸小」⇒西東京いこいの森公園内散策⇒「車座集会」で語り合う⇒バス停「谷戸小」
・・ひばりヶ丘駅・・東久留米駅 歩行距離 約1キロ

第393回 9月14日(木) 氷川台から緑地保全地域

へ

集合場所 東久留米駅2F改札口前

9:30

東久留米駅⇒黒目川⇒オオヤマフジ・氷川台緑地保全地域⇒聖ヶ
レゴオの家⇒門前大橋通り⇒東久留米駅 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!