

元気で歩こう会

5・9・14

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393回9月14日（木）氷川台から緑地保全地域



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
⇒聖グレゴオの家⇒門前大橋通り⇒東久留米駅

歩行距離 約3キロ

第394回9月23日（土）米津寺から落合川上流



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⇒米津寺⇒お鷹場跡⇒八幡神社⇒

落合川上流端⇒落合川沿い⇒まろにえホール

歩行距離約3.5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！