



楽しく 歩いて 健幸に！

コロナ禍の中、家に閉じこもりがちになっていませんか？
今回は屋外で行うウォーキングと体操とゲームを計画しました。
認知症予防のためにも、楽しく歩いて秋の1日を楽しみましょう。

日程と内容

10月7日(水) 9時30分～11時30分 雨天時は10月14日に延期

9時30分 ボランティアセンター集合(体温測定を行います。)

9時35分 ボランティアセンター出発

楽しくウォーキング樹木センター(甘沼)まで (往復 約2km 50分)

*マスクの着用と飲み物の用意をお願いします。

10時 樹木センター着

休憩

認知症予防のお話と体操とゲーム

11時 樹木センター出発

11時25分 ボランティアセンター着

お弁当・お菓子・飲み物をお配りします。

(今年はお家でお召し上がり下さい。)

会場 樹木センター(甘沼)

募集人数 15名

申込締切 9月30日(水)

*申し込みの電話は、月・木曜日の10時～12時。それ以外はファックスをご利用ください。

申込時に氏名・住所・電話番号・年齢をお知らせ下さい。

なお、当日までの2週間の間で体調不良がありましたら
参加出来ません。

【問い合わせ・申込先】

湘北地区ボランティアセンター

電話・FAX: 0467-27-2030

住所 茅ヶ崎市香川2-18-17

受付日: 月・木曜日 10時～12時

(時間外はFAXにて受付)

