

まちかど散歩に 行こまい♪

～自分の調子に合わせて歩き体力維持をしよう！！～

豊明市ウォーキング10月9日より始まります！

日時：毎月、第2金曜日の9:30

集合場所：自治センター前

※小雨決行、雨天中止（当日8:30決定）

中止の場合は第3金曜日へ順延

※運動しやすい服装・水分持参で
ご参加ください。

※現地集合現地解散です。



【連絡先】 豊明市役所健康長寿課

地域ケア推進係 TEL:0562-92-1261

ふじたまちかど保健室でも

「まちかど散歩にいこまい♪」も実施中です！！

日時：平日の午前10時～、14時～

受付場所：ふじたまちかど保健室

その他：スタンプカードあり。

5回の参加で粗品を進呈します。



★詳細はふじたまちかど保健室の予定表で確認してください。

自分の調子に合わせて歩き、体力維持しよう！！
まちかど散歩にでかけよう♪

令和2年10月スタート
豊明市ウォーキング
予約なし！自由参加！

みんなで
準備体操しよう

日時：毎月第2金曜日

午前9：30 集合

集合場所：豊明団地

自治センター前

持ち物：飲み物、タオル



小雨決行、雨天中止→第3金曜日へ順延
(当日の天気は午前8：30 判断)



散歩帰りに
まちかど保健室で
スタンプを集めよう！！

スタンプ5個で粗品を進呈！

開室時間：平日 午前10時～、午後2時～

ふじたまちかど保健室でも
「まちかど散歩にいこまい♪」も実施中

問合せ先 **健康長寿課 地域ケア推進係**
TEL:0562-92-1261