

# お元気クラブへのお誘い(1、2月)

令和3年12月25日  
福祉委員会・青葉会

歩く事による健康増進と、地域の方々の交流活発化を目的に歩くことを楽しんでいきます。  
北青葉台のすべての方を対象にしています。事前の申し込み不要。9時公園にお越しください。

**3月まで延長。新規参加大歓迎**

3回以上(ラジオ体操のみは6回以上)参加して

**モックルコイン1000ポイント**を獲得しよう!

1ポイント=1円 市内の加盟店で使用可

S: 神社

健脚コース			ゆっくりコース	
1月5日	水	加賀田S、烏帽子S、長野S		加賀田S、烏帽子S
1月7日	金	千早>流谷八幡S		千早
1月12日	水	西代S>住吉S		西代S
1月14日	金	烏帽子城址>くろまる>南花台		烏帽子S
1月19日	水	千早>蟹井S>唐久谷		千早
1月21日	金	日野>高向S>くろまる		勝光寺
1月26日	水	中山S>勝光寺		中山S>加賀田公民館前
1月28日	金	岩湧寺(道路凍結の時は途中まで)		行司河原
2月2日	水	河内長野駅>願昭寺		河内長野駅
2月4日	金	勝光寺>日野>くろまる		勝光寺
2月9日	水	千早>地藏寺>加賀田		千早
2月11日	金	滝畑(滝尻)		勝光寺
2月16日	水	興禅寺>千早口		興禅寺
2月18日	金	三日市東>葛の口>東片添		三日市東>美加の台
2月23日	水	錦織公園>南海滝谷駅(電車)	梅園:満開?	烏帽子S
2月25日	金	観心寺>延命寺		東片添>美加の台

## お散歩コース

1月10日	月	加賀田S>烏帽子S	2月7日	岸上橋
1月17日	月	流谷八幡 (帰、電車)	2月14日	唐久谷>加賀田
1月24日	月	西代S>長野S (帰、バス)	2月21日	中山>加賀田公民館
1月31日	月	勝光寺	2月28日	千早口

1月19日(水) 14時~15時 お散歩コース。15時~16時 健脚・ゆっくりコース の反省会及び懇親会を行います。

コロナ禍予防の為、少人数、短時間の会と致します。(状況によっては屋外で資料、茶菓子、出席優秀者の記念品などのお渡しのみとします。また改田さんのご厚意により、野菜を提供いただけますのでお持ち帰りください。

**9時よりラジオ体操を行います。ラジオ体操のみのご参加も大歓迎です。**