

お元気クラブへのお誘い

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楽しんでいきます。

北青葉台にお住まいの方、すべてを対象にしています。

事前の申し込みなどの手続きは不要です。ご参加の方は、直接、朝9時に中央公園にお越しください。

出発前にラジオ体操 第1、第2 を行います。

ラジオ体操のみの方も大歓迎です。

お元気クラブ7,8月予定

令和4年

		健 脚 コース	備 考	ゆっくり コース
7月1日	金	加賀田>千早>惣代		加賀田>地藏寺トンネル
7月6日	水	東片添>延命寺>美加の台中		葛野橋
7月8日	金	滝尻		勝光寺
7月13日	水	烏帽子形城址>くろまる>南花台		烏帽子形八幡神社
7月15日	金	せせらぎコーナー		行司河原
7月20日	水	加賀田上>横谷		
7月22日	金	せせらぎコーナー		
7月27日	水	加賀田上>横谷		
7月29日	金	せせらぎコーナー		
8月3日	水	行司河原>大谷入口		
8月5日	金	岩湧寺	軽食	
8月10日	水	せせらぎコーナー		
8月12日	金	行司河原>トチ谷		
8月17日	水	行司河原>中の谷		
8月19日	金	せせらぎコーナー		
8月24日	水	行司河原>流谷への峠		
8月26日	金	岩湧寺	軽食	
8月31日	水	加賀田上>横谷		

お散歩コース ; 毎週月曜日 60~90分ほど歩きます

7月4日	峰垣内>南ヶ丘下>公民館	8月1日	岸上橋
7月11日	岸上橋	8月8日	
7月18日	惣代>南青葉台	8月15日	
7月25日	中山>かいと大橋>加賀田公民館	8月22日	
		8月29日	



イワタバコの花



ボタンヅル