

# 健康ウォーキング ボランティア

時間：5月・6月・9月・11月 8:30～ 1時間程度  
7月・8月 7:30～ 1時間程度

集合：小山田地域公民館駐車場

申込：申し込み無し（当日お出かけください）

歩きながら地域を見守り、  
ごみを見つけたら拾いましょう！



※雨天中止です。  
※ゴミ袋、ゴミばさ  
みはこちらで用意  
します。

## 【 年間の日程 】

- 1回目 5月28日(日)8:30～
- 2回目 6月11日(日)8:30～
- 3回目 7月 9日(日)7:30～
- 4回目 8月27日(日)7:30～
- 5回目 9月24日(日)8:30～
- 6回目 10月14日(土)
- 7回目 11月18日(土)8:30～

（6回目は、事前に参加した方でバスに  
て出かける情報交換会。詳細は後日お  
知らせいたします。）

## 【持ち物】

動きやすい服装  
帽子 タオル  
飲み物 軍手



いつまでも元気で  
健康な体をつくりましょう！

問い合わせ：事務局 小山田地域公民館  
電話 024-952-3123