

藤塚三本木地区に

『ふれあいウォーキング』の  
新しい拠点がオープンします

9月2日(土)スタート

**場所** 三本木第1公園  
春日部藤塚 1233-6

**曜日** 毎週 土曜日

**時間** 7:30~8:00

**内容** ウォーキングの準備体操  
ウォーキングフォームの確認  
歩き方アドバイス など

**コーチ** ゆりのき鍼灸整骨院  
日本陸上競技連盟トレーナー  
鍼灸師・柔道整復師 小峰

※活動は屋外で行います  
天候・気温等でお休みすることもあります。



【問合せ・連絡先】

ゆりのき鍼灸整骨院 小峰 048-733-2487

料金  
無料

申し込み  
不要

年齢性別  
不問

厚生労働省「通いの場全国フェスティバル」  
最優秀賞 受賞

ふれあい  
ウォーキング



つながり作り

居場所作り

介護予防

「ふれあいウォーキング」活動を通じて推進しています

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT  
GOALS



活動の様子は、こちらのQRコードを読み取ってご覧下さい

LINE



Facebook

You Tube



豊春地区に

9月28日(木)スタート

# 『ふれあいウォーキング』の 新しい拠点がオープンします

**場所** グループホームみんなの家  
春日部花積  
春日部市花積 108-5

**曜日** 毎週 木曜日

**時間** 10:00～10:30

**内容** ウォーキングの準備体操  
ウォーキングフォームの確認  
歩き方アドバイス など

**コーチ** 理学療法士 蓮見 克之

ココです



料金  
無料

申し込み  
不要

年齢性別  
不問

※活動は屋外で行います

天候・気温等でお休みすることもあります。

【問合せ・連絡先】

エスポワール岩槻 蓮見 048-793-3612

厚生労働省「通いの場全国フェスティバル」  
最優秀賞 受賞

## ふれあい ウォーキング



つながり作り

居場所作り

介護予防

「ふれあいウォーキング」活動を通じて推進しています

SUSTAINABLE  
DEVELOPMENT  
GOALS



活動の様子は、こちらのQRコードを読み取ってご覧下さい

LINE



Facebook

You Tube

