



# 新緑の中で ウォーキングを楽しもう！

暖かい日が増えて、新緑が目にもぶしい季節になりました。  
地域の中の自然を楽しみながら、一緒に散策してみませんか？

日時：平成27年5月13日（水）



10:00 十日市場地域ケアプラザ 集合

コース：10:10 出発 ～ 玄海田公園散策 ～  
11:30 昼食・体操 ～ 12:30 玄海田公園出発 ～  
14:00 十日市場地域ケアプラザ 解散

持ち物：飲み物、お弁当、タオル、雨具（天候が心配な場合）

対象：地域にお住まいの方

定員：20名程度（事前申込み、先着順）

\*お申込みされても、当日体調がすぐれない場合は無理をせず  
お休みしてください

→その場合はケアプラザまでご連絡ください



<お申込み・連絡先>

横浜市十日市場地域ケアプラザ  
地域包括支援センター・地域活動交流  
安藤・糸井・渦原・樋口

TEL 045-985-9034