

健康管理士と歩く 春の歩こう会 約3.5km

ウォーキング講座

寺町で赤穂浪士と商店街を楽しむ

JR 天王寺駅 ⇒ 吉祥寺 ⇒ 生國魂神社 ⇒ 空堀商店街 ⇒
からほいれん(登録有形文化財の商業施設) ⇒ 地下鉄 松屋町駅

日時: 令和7年5月29日(木) 10時~12時頃

※小雨決行です。雨天延期時は、6月5日(木)に開催。

集合: JR 天王寺駅 中央コンコース 日本旅行前

講師: 健康管理士 梶野 猛さん

対象: 市内在住の60歳以上の方

定員: 20名

参加費: 無料(保険は各自でお願いします)

申込: 4月30日(水) 10時から電話か来館にて先着順で受付

持ち物: 往復の交通費、タオル、水分補給用の飲み物など

主催: 東成区高齢者の生きがいと健康づくり総合推進会議

東成区老人福祉センター、東成区老人クラブ連合会

東成区大今里西 3-6-6 ☎ 6972-0855



※歩きやすい服装、靴でお越しください。現地集合・現地解散しますので
往復の交通費をご準備ください。

※少しでも体調がすぐれない方は、参加をご遠慮ください。ウォーキング中
の体調の変化にもご注意ください。

※集合時刻を過ぎたら出発しますので、時間厳守をお願いします。

※雨天時は、前日の午後に判断し、連絡します。