

長崎 学さるく～みぎわほ一む さるく

『健康ウォーキングさるくこうで』

1月～3月のおしらせ

日時・行先

※全て 10:00～12:00 集合場所:みぎわほ一む

第18回●鳴滝まで行ってみよう!

…H31年1月9日(水) 解散:鳴滝

第19回●石橋群まで行ってみよう!

…H31年3月13日(水) 解散:石橋群

※水曜日午前になりました。ご注意ください

定員 30名(最少催行人員:10名)

費用 500円

申込 みぎわほ一む (下記問い合わせ先まで)

※裏面に申込書がございます

「みぎわほ一む さるく」では歩くことを通じて「体力づくり」「仲間づくり」「まちづくり」を目指します。
スタンプラリーも実施します。(参加回数で特典あり)

【スタッフ】みぎわほ一む
理学療法士 ほか

【サポート】大塚製薬(株)

【問い合わせ先】

●白之会 みぎわほ一む

担当:松永

長崎市 片淵1丁目13-27

TEL 095-826-1165

FAX 095-895-7785

【さるくガイド】黒田 雄彦さん

NPO 法人 長崎の風 代表

東山手甲十三番館 協働運営責任者

「活動的シニアさるく」ほか学さるくを次々と展開



社会福祉法人 白之会
地域密着型特別養護老人ホーム

みぎわほ一む



●長崎国際観光コンベンション協会 長崎さるく受付
TEL 095-811-0369 FAX 095-824-9128

電話にてお申込みの方は以下の番号にお問い合わせください。

TEL:095-826-1165

みぎわほ一む 担当:松永

『健康ウォーキングさるこうで』

参加申込書

締め切り:3日前 17:00 まで

FAX:095-895-7785

※空欄部分にご記入いただき、FAXにてお申込みをお願いします。

参加ご希望の日付に○をつけてください。

(18) 1/9

(19) 3/13

代表者氏名

代表者住所

参加者全員のお名前

緊急ご連絡先

(自宅)

(携帯電話)



社会福祉法人 白之会
地域密着型特別養護老人ホーム

みぎわほ一む