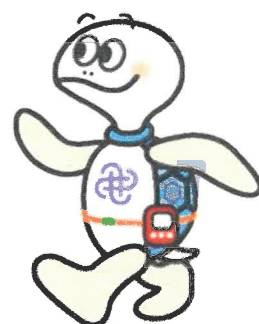


いきいきウォーキング

●我が町の新しい発見を求めて 路地巡り健康ウォーキングです
今年度は『健康ストレッチ（室内）』を隔月で実施します！

- 申し込みは不要 参加費 無 料
- 動きやすい服装 はきなれた靴と水分とタオル
- ウォーキング前の血圧測定、準備運動
ウォーキング後には、クールダウンも実施
- 偶数月は雨天中止、奇数月は雨天時も開催

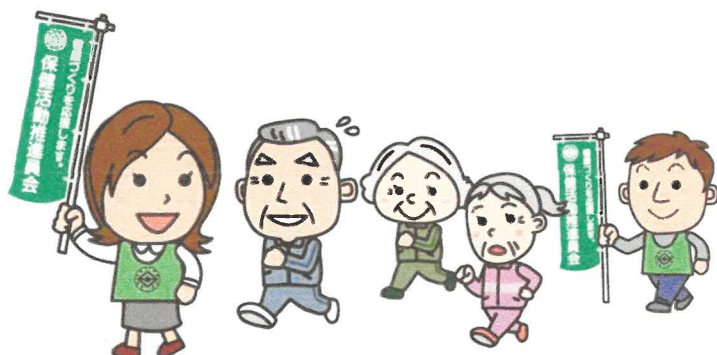


神奈川区マスコットキャラクター
かめ太郎

松見地区2025年度予定表

集合場所：松見集会所		開始時刻：13時	
4月	10日（木）	10月	9日（木）
5月	8日（木）	11月	13日（木）
6月	12日（木）	12月	11日（木）
7月	10日（木）	1月	8日（木）
8月	お休み	2月	12日（木）
9月	11日（木）	3月	お休み

偶数月：健康ウォーキング、奇数月：健康ストレッチを開催



主催：松見地区保健活動推進員会

後援：松見連合町内会

松見地区社協・松見集会所