

坂戸市立老人福祉センター自主事業

# 健康ウォーキング講座

2022年

9月30日

金

参加者募集!

9:30~12:00

(9:00 から受付開始)

集合場所

老人福祉センターことぶき荘

(住所 坂戸市大字赤尾2149-1)



参加者全員にさがるんマスクケースプレゼント!

対象者

市内在住・在勤、60歳以上の健康で運動のできる方

募集人数

30人程度※申込者多数の場合は抽選

申込期間

9月8日(木)~9月19日(月)

内容

ウォーキングの基礎を学び、ことぶき荘の周辺を4km程度歩きます。

講師

加藤 展宏 氏  
(坂戸ウォーキングクラブ 会長)

参加費

無料(施設利用料100円のみ)

持ち物

動きやすい服装、帽子、雨具、感染症防止のため、マスクの着用をお願いします。

注意事項

当日、発熱や体調不良の方はご遠慮ください。



●窓口で申込・・・老人福祉センターことぶき荘または、坂戸市シルバー人材センター事務局※平日のみ (ところ:坂戸市大字石井2327-5)

●電話で申込・・・老人福祉センターことぶき荘のみ ☎049-283-0223  
(9:30~17:00)

※2人以内でお申込みください。(本人以外による申込みも可能です。)

## 申込方法

## 抽選方法

9月21日(水)14:00よりことぶき荘で抽選会を実施いたします。(立会い可)  
抽選の結果は、ことぶき荘に当選者リストを掲示するほか、当選者の方には、  
9月22日(木)午後4時までにお電話にてご連絡させていただきます。

※悪天中止・・・中止の場合は7:30までにご連絡いたします。  
※新型コロナウイルス感染状況により、講座を中止とする場合もあります。