

平成 30 年 10 月 18 日

◎平成30年度 ふれあい歩こう会(秋)の報告

南街・桜が丘地域防災協議会本部

東大和市社会福祉協議会主催の「ふれあい歩こう会(秋)」が催され、ボランティアとして参加致しました。

「ふれあい歩こう会」は春・秋の年2回開催され、市内在住の65歳以上の方が、3つのコース(一般・健脚・のんびり)に分かれて、ぶら歩きとおしゃべりを楽しまします。

当日(10月18日)は秋晴れの中、さわやかなひと時を過ごしました。

1. 開催にあたって



東大和市社会福祉協議会による
ボランティアへの事前説明



奈良橋市民センターでの
参加者受付

2. 開会式



東大和市社会福祉協議会
中澤会長 様



東大和市
尾崎市長 様



東大和警察署
秀島交通課長 様



進行
東大和市社会福祉協議会
関田事務局長 様





ボランティアの高橋様による、全員での準備体操
(東大和元気ゆうゆう体操 他)



3. 健脚コース(7.4Km)(9:50~12:10)



①奈良橋市民センター
さあスタート



②ニツ池公園を
ぬけて



③都立東大和公園

④公園に入り、トイレ休憩



⑤公園内をひたすら、歩け、歩け



⑥狭山公民館を抜けて市街地に行く。
交通整理有難うございます



⑦狭山公園到着。しばしの休憩。



⑧さあ出発 多摩湖自転車道に行く



⑨狭山緑地・鹿島橋をぬけて



⑩最後の休憩



⑪さあ帰ろう



⑫最後尾が奈良橋市民センターに到着



⑬緊急用車両
コースを常に寄り添って頂きました。



⑭おみやげ
お弁当とお茶をもらって
帰路に。



4. パンフレット

秋涼のさわやかなひとときを一緒に楽しみましょう！

ふれあい 歩こう会秋

平成30年 10月18日(木)
午前9時30分開会(受付:午前9時より)

◇集合場所◇
奈良橋市民センター
※お車の使用はご遠慮ください

◇ご参加いただける方◇
市内在住の65歳以上の方
(要申込)

体力等に応じ、以下の3つのコースからお選びください。

- ①一般 約4.5km
- ②健脚 約7.4km
- ③のんびり 約2.2km

※コースの地図は裏面です。

お申込み ☎042-(564)-0035 東大和市社会福祉協議会
☆一般の方は10月5日(金)まで
☆老人クラブの方は10月2日(火)までに各クラブの会長へ

コース地図

飲み物・帽子も忘れずに
ご持参ください！

ふれあい歩こう会

- ◆参加証をお持ちの方は、当日ご持参ください。
- ◆おにぎりは、必ず昼食時にお召し上がりください。
- ◆各コースとも、休憩場所での集合時間はお守りください。
- ◆天候がはっきりしない場合は8時15分以降、社会福祉協議会へお問合せください。TEL (564) 0035