

それぞれの

高円寺の

第3号

体と町を元気に!

町
体 **KMG** 元気 高円寺

毎週 月曜日

JR 高円寺駅南口 (風の塔下) より

ウォーキング

保険付き
参加費無料

● 集合時間 午前 9 時 45 分 (10 時出発)

往復
約1時間30分

1 週 ▶▶▶ 東方面 ・ 2 週 ▶▶▶ 西方面

3 週 ▶▶▶ 南方面 ・ 4 週 ▶▶▶ 北方面

5 週 ▶▶▶ 区外の公園へ (事前申込み・往復交通費自己負担)



※月曜日が雨の日の場合も実施します (阿佐ヶ谷方面 高架下)・祝日の場合も実施します

令和元年の杉並区健康づくり表彰で
KMG 高円寺は優秀賞を受賞しました



スタッフ募集

ウォーキングの企画・運営・安全等に協力していただけるボランティアスタッフの方を募集しています。

資金協力者募集

高齢者の長寿健康に関心があり、1口500円(何口でも可)でKMG高円寺のウォーキングに協力していただける方を募集しています。

★高円寺の町を元気にするアイデア・企画など
についてもご連絡ください。

主催：KMG 高円寺
後援：杉並区社会福祉協議会

【連絡先】 ながいてつお
080-6725-7643



杉並区社会福祉協議会
地域福祉活動費助成金事業
「募金(おもい)」が「地域(まち)」をよくするしくみ

