

# 今年も楽しく歩きましょう



良い年に  
なりますように

令和 5 年 1 月予定表

(行事はすべて雨天決行です)

月 日	行 事	集合場所	出発時間	歩行距離
1 月 7 日 (土)	初春の 神社五社めぐり	金沢城公園 観光案内所	9 時 30 分	4.2 k m
1 月 28 日 (土)	健康わくわく 出前講座	金沢市近江町 交流プラザレイルーム	10 時 00 分	

当日参加大歓迎です

石川県中央歩こう会

三密を避けたウオーキングを実施 (マスク持参)

動きやすい服装、履きなれたシューズ、飲み物持参で参加。

予約なく参加できます。参加費 300 円 (保険料含)

詳細は 090-6270-1509 事務局 (森) へ連絡下さい。

ネット検索 [石川県中央歩こう会] N P O イベント情報で検索できます。

7 日のコース	石川門→尾山神社→尾崎神社→市媛神社→白髭神社→平岡野神社→金沢駅
28 日のコース	講師の指導で「体を動かすことの楽しさ」を健康体操、ダンス・ゲーム等で体験する内容です。 ※11 月 20 日からの先着順(45 名)なので要注意