

第20回

～ みんなで歩こう～

# おさんぽ倶楽部

2024

4月7日(日)

09:30～

30分前より受付開始します

御殿山  
Goten-yama  
スマイル  
Smile Project  
プロジェクト

参加無料  
予約不要

## ひと駅歩こう！ウォーキングイベント

運動不足解消や健康維持のために街歩きをしてみませんか♪  
今回は 昨秋好評だった枚方市駅方面へ片道1時間のおさんぽです★  
現地解散後、お時間や体力に余裕ある方で御殿山まで戻ります\*



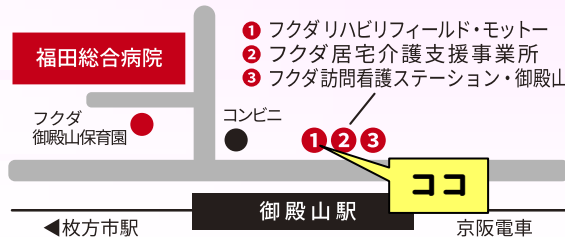
集合場所 ▶ フクダリハビリフィールドMotto (下図参照・枚方市渚西1-40-11)

服装 ▶ 動きやすい服装、スニーカー

持ち物 ▶ タオル、飲み物、当院診察券※

雨天時 ▶ 室内での体操など (1時間程度)

モットー



※診察券をお持ちでない方は、参加者の安全管理のため簡単なアンケートの回答にご協力ください。  
また、運動開始前に簡単な健康チェックを行います。健康状態により個別の内容をご案内する場合があります。  
心疾患、呼吸器疾患、高血圧、緑内障等の疾患をお持ちの方は事前にお問い合わせください。



SNS  
更新中!

お問合せ

医療法人御殿山  
福田総合病院

デイサービス Motto(モットー)  
TEL 072-807-4135