

第25回

～みんなで歩こう～

朝活

ぶ

# おさんぽ倶楽部

2025

7月26日(土)

受付開始 午前 6:30

おさんぽ 6:45-8:00

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

## みんなで朝活！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♪  
昨年大好評だった“早朝開催”が今年も帰ってきます！  
医療スタッフと一緒にだから安心♡初参加も大歓迎です★



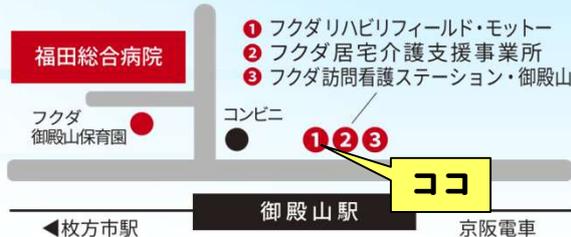
集合場所 ▶ フクダリハビリフィールドMotto (下図参照・枚方市渚西1-40-11)

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いただきます。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!

主催  
(お問合せ)

医療法人御殿山  
福田総合病院  
大阪府枚方市渚西1-18-11

デイサービス Motto(モットー)  
TEL 072-807-4135