

第27回

～ みんなで歩こう ～

おさんぽ倶楽部

2025

11月22日 土

受付開始 13:00

おさんぽスタート 13:30

御殿山
スマイル
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♪
秋風が心地よい季節に、ひと駅程度・片道1時間のお散歩です★
医療スタッフも一緒なので、無理せず自分のペースで歩けます◎
みんな一緒に、楽しくリフレッシュしましょう♪

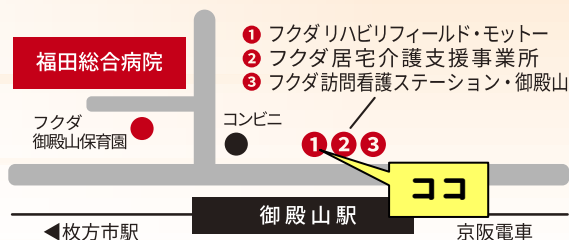


集合場所 ▶ フクダリハビリフィールドMotto^{モットー} (下図参照・枚方市渚西1-40-11)

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)



※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