

もりさんさく さそ
かがやきの森散策のお誘い

「かがやきの森」には、かがやき神戸北施設から約30分で歩ける散策路があります。かがやきの森東地区をいつもお手入れしていただいている「里山和楽会」の皆さんから樹木・草・鳥などのお話もお伺いできる予定です。ご自宅で過ごすことが多く運動不足の方も、気分転換にいかがでしょうか？歩くこと、交流することは、フレイル予防に効果抜群！どなたさまもご参加いただけます。お待ちしております！

日時：① 2020年11月14日（土）
② 11月16日（月） ①②いずれか
10時～12時 *雨天中止

集合：A かがやき神戸北施設 …10時 ABいずれか

（谷上駅から 阪急バス⑫ 筑紫が丘5丁目行き「小倉台4丁目」下車 徒歩5分）

B 谷上駅…9時（谷上駅から上り坂を約30分歩いてかがやき神戸北施設へ向かいます。）

*BコースはAコースに合流します。足元が悪い場合、Bコースは中止とします。

服装：長袖・長ズボン、帽子、軍手、マスク等、飲み物、運動靴着用

（※帽子や服装は、黒いものはさけてください）

参加費：無料



お申し込み・お問い合わせ

TEL：078-582-5544

FAX：078-582-5526

お申し込み 11月6日（金）まで

こうべきたしせつ まつだ はまだ
（かがやき神戸北施設 松田・濱田）



FAX お申込み

*コロナ感染状況により中止にする場合があります。ご連絡先のご記入をお願い致します。

【お名前】

【ご住所】

【お電話番号】

【ご希望日程】

①11/14(土) ・ ②11/16(月)

②は「つくしんぼ」弁当 500円
ご用意できます！（事前要予約）

【ご希望の集合場所】

A かがやき神戸北施設 ・ B 谷上駅