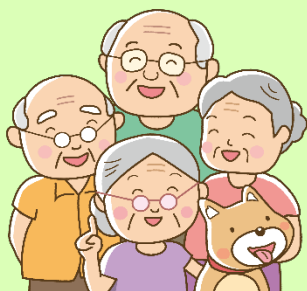


楽しくフレイル予防！



参加者  
大募集

# 早朝ウォークラリー & 青空朝食会

初夏の清々しい朝、清水杉谷町でウォークラリー！景品もあります。  
ウォークラリーの後は、公民館でみんなで朝食をいただきます。  
一緒に楽しいひと時を過ごしましょう！



令和7年

**6月8日(日) 6:15集合～8:30終了予定**

※雨天時は清水東小学校体育館にてミニウォークラリー

- 場 所・・・清水東公民館集合 ※6:15～受付
  - 持ち物・・・飲物・タオル 雨具・内履き(天候によりご準備ください)
  - 服 装・・・歩きやすい服装・靴(サンダルやクロックスは×)
  - 対 象・・・60歳以上の方 ■ 定 員・・・20名
  - 参加費・・・100円 ※保険代として
  - 申込先・・・清水東公民館 ☎98-4510
- または、右記のQRコードより →



申込用QRコード

※お申し込みは6月4日(水)までをお願いします。

こちらも  
大募集

この会のお手伝いをしてくれる人も募集します。  
ポイントでシールを貼る人、公民館で朝食の準備をしてくれる人などetc  
下記申込書にてお知らせください！

6月8日(日) 早朝ウォークラリー & 青空朝食会 参加申込書 ・ 協力申込書

氏 名	年 齢	住 所	連 絡 先