

健康講座

# ウォーキング教室

～大清水あじさいロードから  
俣野別邸庭園へ～



藤沢公民館(Fプレイス)スタート→御殿辺公園→白旗廻り第三公園→  
大清水あじさいロード→立石橋→俣野別邸庭園(庭園散策後解散)

日時：2023年(令和5年)6月9日(金)(雨天中止)  
午前9時30分～正午

集合：藤沢市藤沢公民館・労働会館等複合施設  
(Fプレイス)2階 多目的室1

講師：湘南ふじさわウォーキング協会

内容：大清水あじさいロードを通り、俣野別邸庭園  
への5km程度のウォーキング

対象：成人20人

【持ち物】タオル・飲み物・帽子

【参加にあたってのお願い】

- ・動きやすい服装・靴でお越しく下さい。
- ・主治医に運動を制限されている方は、ご遠慮ください。
- ・当日の体調管理はご自身でお願いいたします。
- ・ご自宅に血圧計がある方は、血圧を測ってきてください。



●○申込み・問合せ○●

5/17(水)午前9時～

来館または電話で(先着順)

藤沢公民館 藤沢市本町 1-12-17

平日の午前9時～午後5時

Tel 0466-22-0019

Fax 0466-22-0293