

令和 7 年 9 月 吉日

朝日町内各位

朝日コミュニティ推進委員会
委員長 笹井
健康づくり部会
部会長

「**歩**いて**笑**って健康づくり」開催のご案内

日頃はコミュニティ活動にご理解、ご協力を賜り誠にありがとうございます。
さて今年は、「歩いて笑って健康づくり」を開催させていただきます。

厳島神社・愛宕神社・天王社をウォーキング（約 1.6km）して回りながら各社の特徴などを知っていただき、その後公民館で皆様が笑顔になれる催し物を行います。笑うことはストレスを軽減し免疫力が増すと言われており、身体と心の両面から健康作りに貢献したいと思えます。

皆様お誘い合わせの上、ご参加いただきますようお願いいたします。

記

1. 日 時：11月16日(日)午前9時～午後2時（小雨決行）
2. 場 所：朝日公民館 駐車場⇒厳島神社・愛宕神社・天王社⇒朝日公民館
3. 内 容
 - 8:30～ 9:00 受付・開会式（朝日公民館・駐車場にて）
 - 9:00～10:30 ウォーキング（3社巡り）
 - 11:00～12:00 笑顔になる催し物（朝日公民館1F大ホール）
 - 12:00～・・・昼食 歓談（朝日公民館1階大ホール）
 - 14:00・・・閉会式（以降自由解散）
4. 申込方法⇒別添参加申込書に必要事項をご記入ください。
5. その他
 - (1) 当日は、昼食・飲み物をご用意いたします。
 - (2) 朝日公民館への集合は、徒歩にてお願い致します。
 - (3) 歩きやすい服装でお願いいたします。
 - (4) 天候によっては予定変更となる可能性もありますのでご了承ください。

