

# 「いきいき小菅ヶ谷」

2019年1月

NO.146

小菅ヶ谷連合町内会自治会



新年おめでとうございます。今年も体に気をつけて健康な1年を過ごしましょう！「いきいき小菅ヶ谷」は皆様の健康づくりの応援団です。

これからも当分は寒い日が続きますが、そういう時ほど体を動かすと暖かくなりますよ。今月のウォーキングは新年を迎え「戸塚七福神めぐり」です。

太極拳、グラウンドゴルフ、卓球もやります。事前の予約はいりませんし、用具も用意してありますのでお気軽にご参加ください。

## 新年は「戸塚七福神めぐり」でスタートします！

**日時** 1月30日(水) **集合時間と場所** 本郷台駅前時計付近10時(雨天中止)

**コース** 本郷台駅(バス) 戸塚駅~宝蔵院(毘沙門天)~妙秀寺(弁財天)

~来迎寺(寿老人)~雲林寺(恵比寿)~清源寺(毘沙門天)~高松寺(大黒天)

~海蔵院(布袋尊)~親縁寺(福祿寿)~戸塚駅(バス) 本郷台駅



**参加費** 100円(昼食、お弁当、交通費、敬老パス(お持ちの方)、雨具などご持参ください)

## 「グラウンドゴルフ」で健康とお仲間づくり！

**開催日時** 1月25日(金) 10時~12時

**場所** 小菅ヶ谷スポーツ広場 (雨天中止)

(予約不要、無料、道具は用意しています)



## 卓球をやってみよう！

**開催日時** 1月28日(月) 9時30分~

**場所** 小菅ヶ谷スポーツ広場

予約、参加費不要。手ぶらで参加OK



## 早朝日曜太極拳！

**開催日時** 1月13日(日) 8時30分~

**場所** 本郷台駅前公園 (雨天中止)

予約、参加費はいりません。

