

「いきいき小菅ヶ谷」

2023年 9月

NO.198

小菅ヶ谷連合町内会自治会

9月



9月、暑かった今年の夏も終わりを告げ、いよいよ秋がやってきます。健康づくりにはもってこいの季節です。今月のウォーキングは、戸塚にあります「まさかりが淵市民の森」を巡ります。

「グラウンドゴルフ」は11月12日(日)に誰でも参加できる大会を計画していますので今のうちに腕を磨いておきましょう!

「卓球」も好評です。指導の先生が基礎から教えてくれますよ。

9月のウォーキングは

戸塚の「まさかりが淵市民の森」を巡ります!

日時 9月30日(土) 集合出発時間・場所 10時 本郷台駅前時計台付近

コース 本郷台駅バス～戸塚駅バス～中村三叉路～まさかりが淵～市民の森(散策・昼食)

～中村三叉路バス～戸塚駅(解散) *川に入りますのでビーチサンダル等を持参方

参加費 100円 *お弁当、交通費、敬老パス、保険証写し、飲み物、雨具等ご持参方



“卓球”楽しいな!

グラウンドゴルフ気分爽快

日時 9月25日(月) 10時～12時

場所 小菅ヶ谷公園内 「球技棟」

参加費無料 上履き持参
用具は準備。3人の
コーチが熱血指導します。



日時 9月22日(金) 10時～12時

場所 小菅ヶ谷公園スポーツ広場

参加費無料 用具は準備。
事前予約不要
飲み物持参方

