

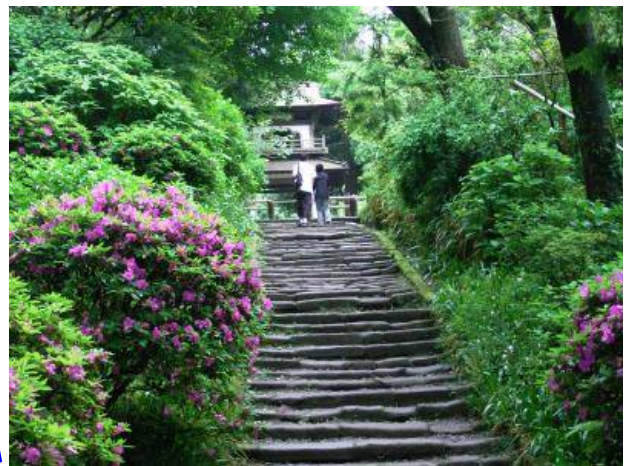
# のんびり歩こう会

**11月21日(金)**

**午前8時30分 中野駅北口集合**

深まりゆく秋の気配を満喫

**北鎌倉・  
銭洗弁天・大仏**



※湘南ライナー→戸塚駅乗り換え・北鎌倉へ

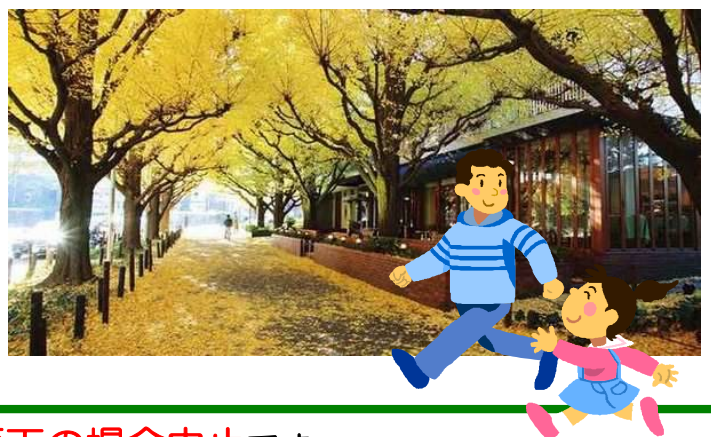
**12月12日(金)**

**午前9時30分 沼袋駅北口集合**

冬の銀杏並木を散策

※ 高田馬場乗り換え-山手線原宿

**明治神宮  
外苑**



皆様のご参加お待ちしております。○雨天の場合中止です

○昼食を持参してください。念のため雨具も。○参加費は無料。交通費・入場料は各自負担。

○シルバーパス ○バス券のない方は年齢を証明するものを持参ください。

◎連絡 ぬましん健康友の会 3387-3424 藤澤