

# のんびり歩こう会

6月19日(木)

午前9時 沼袋駅北口集合

## 高幡不動尊 金剛寺へ



水豊かな自然に恵まれた境内が四季の風物と調和する

※沼袋→西武新宿(西武線)・新宿→高幡不動(京王線)

7月17日(木)

午前8時30分 沼袋駅北口集合

## 高尾山へ

豊かな自然があなたを  
待っています 東京の  
オアシス・明治の森



※ 沼袋→西武新宿(西武新宿線)・  
新宿→高尾山口(京王線)



※歩こう会 8月はお休み

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