

ウォーキング講座

健康で！美しく！ボランティア！！

“健康で！美しく！ボランティア！！”をテーマに歩くことの大切さや正しい歩き方について学びましょう♪ボランティア情報誌「たまぼら」配布ボランティアはご自宅の近くをウォーキングしながらできるボランティアです。正しい歩き方を学び、それを活かしてボランティアしてみたい方歓迎です！皆さん、ぜひご参加ください(*^^*)

- 日時：平成 30 年 1 月 27 日（土）13 時 30 分～15 時 30 分
- 講師：NPO 法人 ウォーキング研究所 講師
- 会場：福祉パルたま
- 定員：20 名(先着)
- 服装：動きやすい格好
- 参加費：無料
- その他：タオル、飲み物等をご持参ください。
- 申し込み：電話・FAX・来所またはメールにて。



*締め切りは平成 30 年 1 月 19 日(金)まで

※申込み先は裏面をご参照ください。

ボランティア情報誌「たまぼら」配布ボランティア募集！

ボランティア情報誌「たまぼら」を配布して下さるボランティアさんを募集しています。ウォーキングをしながら、ボランティアに参加できる唯一の機会です。ご自身ができる範囲で大丈夫ですので、お気軽にご参加ください。

詳しくは…

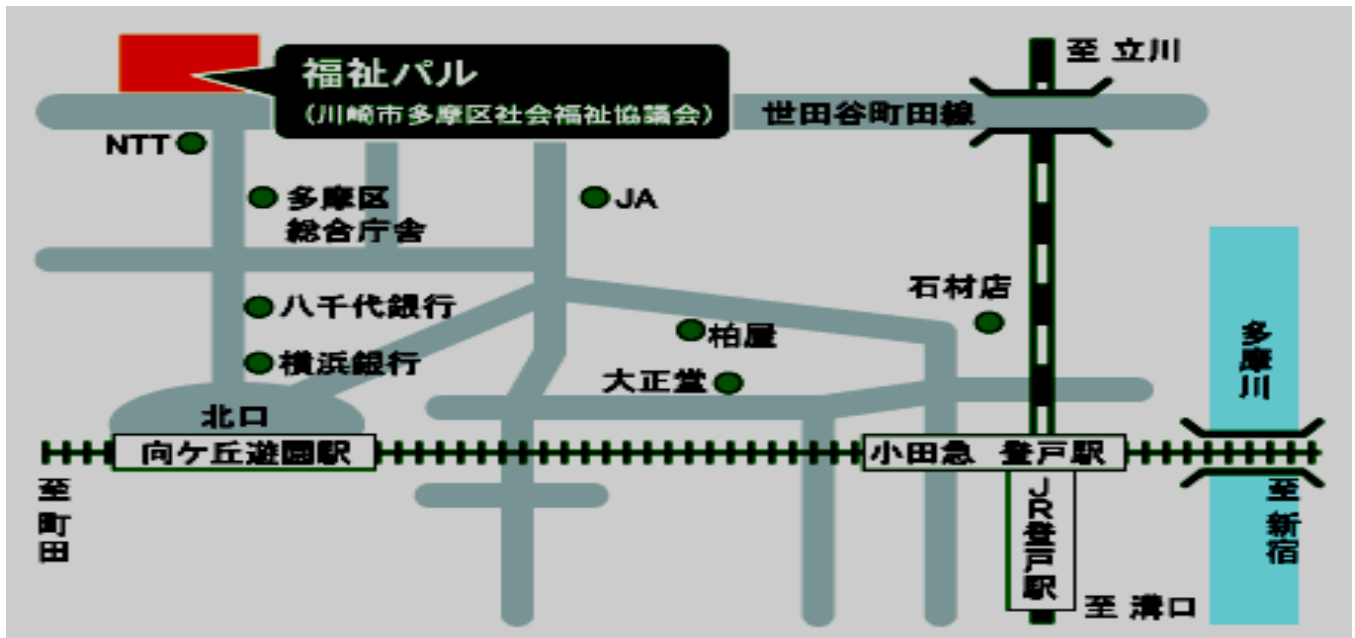
多摩区ボランティアセンターまで！

平成29年度 ウォーキング講座 申込書

名 前	
住 所	
電話／FAX	
参加動機	* 簡単で結構ですので必ずご記入ください
何を見て講座を知りましたか？	市政だより () タウンニュース () 広報紙「多摩」() たまぼら () その他 ()

☆ FAXの場合はそのまま送信してください〔FAX：911-8119〕

〔会場案内図〕



＜申込・問合せ先＞

社会福祉法人川崎市多摩区社会福祉協議会多摩区ボランティアセンター
 〒214-0014 川崎市多摩区登戸1763ライフガーデン向ヶ丘2階
 電話：044-935-5500 FAX：044-911-8119
 メール tamaku@csw-kawasaki.or.jp

JR南武線登戸駅・小田急線登戸駅下車徒歩10分

小田急線向ヶ丘遊園駅下車徒歩5分