

白鷺公園を歩く会



歩く前にみんなでラジオ体操をしています



公園の外周を歩いています



公園の自然も
楽しめます



【集合（実施）場所】

白鷺公園 野球場外野フェンス裏

【活動日時（集合時間）】

毎週金曜日

午前 10 時

(6~9月は午前 9 時)

月・水曜日は自由参加

【参加するには？】

北保健センターへご連絡ください

【活動内容】

白鷺公園の自然を楽しみながら、主に北区在住の方と健康のために歩いています。
ラジオ体操をしてから歩き始めます。入会には会則があります。

動きやすい服装・靴（ウォーキングできる靴）・水分を持ってきてください。
お待ちしています。

令和 7 年 10 月現在

お問い合わせ先

堺市北保健センター

電 話：072-258-6600

FAX：072-258-6614