

ストックを使って歩きましょう

第222回

クリニックの桜でお花見の会は、歌も酒も入りのんびりと

豊かな時間となりました。

さあ、山菜の季節となりました。

元気に歩き、旬の恵みを探しましょう

日時 平成30年5月31日（木）

13：30～15：30

集合場所 幸内科クリニック前に13：30までに集合

コース 幸内科クリニック駐車場

装備 暖かな服装 帽子 タオル おやつなど

今後の予定 次回 さあ山菜の季節 6月14日（木）

自然の中で山菜を見つけよう！

自分の体は自分で守る！

きちんとした運動習慣を身につけましょう！