



いきいき健康ひろばは、4つのブロックに分かれています

A : 第三・白板・田川・島内・梓川・波田 B : 城北・城東・里山辺・本郷・岡田・四賀
C : 芳川・寿・寿台・庄内・松南・中山 D : 鎌田・島立・新村・和田・神林・笹賀・今井

2021.2.1 vol.118



瘡守稲荷大明神



浄林寺



松本城



深志神社



松本神社



四柱神社

1月6日、年が変わり、新年最初のウォーキングは恒例となりました「新年神社巡り」。コロナ禍においてなかなか外出ができなかったと思いますが、この日は45名の大勢の方にご参加いただき、マスク着用、ソーシャルディスタンスに気を付けて歩きました。深志神社の集合写真もみなさんマスクをしていますので、本人しか本人が分からない感じもありますが・・・ みなさん、各神社でしっかりと参拝されていました。お願いごとの中には「コロナの収束」を願った方も多かったと思います。マスクをせずにウォーキングが出来るようになる日が早く来ますように。



日	「いきいき健康ひろば」イベント今後の予定
2/10 (水)	15・10年継続表彰式【延期】 状況をみながら来年度の夏頃に令和2年度、3年度の方々合同で開催予定。 令和2年度対象者:15年継続表彰者71名、10年継続表彰者17名 令和3年度対象者:15年継続表彰者25名、10年継続表彰者22名
2/26 (金)	インターバル速歩合同トレーニング 【時間】 14:00～15:30 【集合場所】 梓川体育館
3/4 (木)	白鳥ウォーク(犀川白鳥湖) 【時間】 9:30～11:30 【集合場所】 安曇野市スワングーデン駐車場(安曇野インターそば) 【持ち物】 飲料、タオル、防寒対策、行動食 【内容】 スワングーデンから白鳥湖に向かって歩きます。白鳥湖では白鳥、カモなどの観賞をする時間をとります。
3/15 (月)	諏訪大社上社ウォーキング 【時間】 9:30～13:00 【集合場所】 茅野駅前 【持ち物】 飲料、タオル、防寒対策、行動食(お昼過ぎまでかかる予定なので準備をお願いします) 【内容】 茅野駅―諏訪大社本宮―前宮―茅野駅の順に歩きます。 【電車】 行き 松本駅発 8:43―茅野駅着 9:29 帰り 茅野駅発 13:05―松本駅着 13:50
3/18 (木)	インターバル速歩合同トレーニング 【時間】 9:30～11:00 【集合場所】 南部体育館
注)	※ 原則、屋外のイベントは 雨天、悪天候中止 とします。 ※ イベントの内容は変更になる場合もあります。 ※ イベントなどの情報は最新の「てくてく通信」でご確認ください。

※健康管理カードは

データ転送、各種イベント時に持参ください。

- ◆ 家を出る前に検温し、健康管理カードに記録して持参ください。
- ◆ 紛失および記載欄が埋まった場合は新しい記録用紙を お渡しします。(その場合は別紙に記載してきてください)

※ウォーキングイベントではバフの着用をお願いします。

JTRC のLINE あります!!

QRコードよりご登録をお願いします

- ※緊急のお知らせがある場合スマホで確認ができます。
是非 ご登録を！現在メッセージを受け取られている方はご登録の必要はありません。
- ※トーク機能で個別相談もできますが、返信までにお時間をいただく場合がございます。
- ※緊急のお問い合わせはお控えください。

