

2019年度すまいるカレッジ「健康づくり講座」報告書

講座名	南区緑道ウォーキング&親睦会	回数	9/9
日時	2019. 12. 10 (火)		
場所	光明池の湖畔道から和田川沿いの道をウォーキング後すまいるセンターで親睦会		
参加人数	受講生：23名(親睦会のための5名含む)	サポータ：6名	距離 8.4km

ラジオ体操で体をほぐし光明池駅前を出発、光明池守護神社まで進みここで一休み、見晴らしがとても良い。その後、光明池水辺遊歩道を光明台1号緑地迄休憩なしで進み小休止。時期的に寒さを心配したがお天気に恵まれ上着を外して次の休憩地点「美樹の園」に向かう。

「美樹の園」ではご好意によりソワーがあるロビーを提供して頂いた、座って休めて大変有り難かった。その後、旧村美木多上まで下り、和田川の土手を歩きすまいるセンターまで全員無事に到着できました。予定通りの時間に着くことができ、午後からの親睦会の会場づくりがはかどりました。お疲れ様でした。



光明池守護神社横のカエルさんの前ではいチーズ



光明池水辺遊歩道を歩く



光明台1号緑地で小休止



親睦会には西上代表の挨拶も



晴天、川辺を歩く 鴨も散見