



# たなか歩こう会

☆柏たなか駅周辺を歩きます☆

毎月第1・第3月曜日

10時～（雨天中止）

集合場所：ほくほくセンター

（柏北部地域包括支援センター）

持ち物：飲み物、動きやすい服装、運動靴

かしわ健康アプリ「ワニFit」（お持ちの方）



柏フレイル予防ポイントつきます



たなか歩こう会  
オープンチャット↓



お問い合わせ：ほくほくセンター

柏市小青田1-2-7 アスタリスク102号

**04-7140-8818**

