

みんなで歩こう

新しい発見があるかも

# かるがも館 月例ウォーキング

日時：2月1日（木）

10時～13時頃（集合：9時45分）

集合場所：大栗川・かるがも館

申込：かるがも館受付又は電話で予約  
（先着20名）

コース：三方の森・明星大学（学食体験）

持ち物：飲み物・帽子・タオル、食費・交通費など  
ウォーキングポールと傘は不可

その他：歩きやすい服装と運動靴で

初心者向けですが坂道・階段があります

雨天・酷暑中止（前日17時判断・電話連絡）

次回予定：3月7日（木）



<お問い合わせ>

大栗川・かるがも館事務局

電話：042-372-7575（受付：9時30分～17時）

主催：和田・東寺方コミュニティセンター  
運営協議会健康福祉部





明星大学  
学食体験

三方の森コミ館  
休憩

大栗川かるがも館  
スタート・最終ゴール

モノレール駅  
中央大・明星大  
解散ポイント

なかおね公園  
(トイレ)

クッカ  
天然酵母パン

ウェストスタンド  
サンドイッチ?

うさぎとかめ  
パン工房

概算距離・時間	7, 200m	2時間30分		
かるがも館 ~三方の森	1, 500m	25分	休憩	5分
三方の森 ~明星大学	1, 500m	30分	昼食	30分
明星大学 ~なかおね公園	2, 000m	20分		
なかおね公園 ~ウエスト	700m	10分	立寄	5分
ウエスト ~かるがも館	1, 500m	20分		