



回  
覧

# こんにちは！「ささやま学級」です

9月(第7回)はウォーキングにチャレンジです

## 歩いて見よう！「小出川彼岸花祭り」

日 時 9月21日(土)9:00~11:00  
集 合 9:00 笹山自治会館前(雨天中止)  
出 発 9:10 到 着 9:45(散策路入口)

\*地域の皆様どなたでもOKです、お気軽にご参加下さい\*



毎年秋のお彼岸に開催されている「小出川彼岸花祭り」自治会館から歩いてみませんか？彼岸花祭り散策路入り口の大黒橋までは約3000歩 時間は概ね30分です(後期高齢者男性77歳の計測です)大黒橋から小出川に沿った散策路に入るとすぐに彼岸花のお出迎え 途中数カ所に休憩場所、簡易トイレなども整備されています

### 当日のコースの概略

- ・笹山自治会館出発後大辻方面に向かう
- ・信号遠藤矢向(東-Tバスターミナル)右折する
- ・信号宝泉寺前 左折 ・すぐに信号刈込方面に右折
- ・信号刈込手前左側大黒橋散策路入り口看板(写真)
- ・到着後、30分間の自由散策、  
\*散策後、希望の方は学級委員に申告後、自由行動も可能とします  
(慶応大学構内、笹窪公園、里山公園、腰掛け神社、宝泉寺、御嶽大神等々)
- ・当日の天気に合わせて、歩きやすい服装、シューズ、タオル、水分、日焼け日除け対策等もお忘れのないようお願いします。



### 次回予告(第8回) 10/24(木) 10:30~12:00「藤沢市の介護保険について」

介護保険は各自治体が運営主体であるため、自治体により助成範囲等に若干の相違があります。藤沢市の「介護サービス」の相談・申請から利用開始までのプロセス等を学んでおきましょう。

「ささやま学級」は高齢者が互いに学び合う場として運営しています。  
学び合う事を通じ、認知症予防、体力維持、近隣の仲間づくりなどを大きな目的としています。

お問い合わせなどはこちら  $\implies$  ささやま学級 委員 17班高橋 090-8720-8741