

蘇我コミュニティセンター×ハーモニープラザ分館× Drops企画



# お花見散歩

in 青葉の森公園

2026年4月4日(土) 9:30スタート

@蘇我コミュニティセンターハーモニープラザ分館

## 当日の流れ

- 9:00~ 受付開始
- 9:30~ 講義、準備運動
- 10:00~ お散歩開始
- 11:00~ お花見（感想の共有）
- 12:00~ 現地解散



参加費無料

雨天中止

\*中止の場合は前日にご連絡させていただきます

講師：岡村大介・野崎真里奈  
(Dropsメンバー、理学療法士)

お散歩ビンゴ!  
ゲーム感覚で公園の魅力を発見!!



理学療法士が  
散歩の効果と歩き方を伝授

動きやすい服装でご参加ください

各自お飲み物と好きなおやつを  
ご用意ください。

講座へのお申込・問合せは  
TEL:043(420)8001

千葉市中央区蘇我コミュニティセンター  
ハーモニープラザ分館

千葉市中央区千葉寺町1208-2ハーモニープラザ内  
※駐車場は台数に限りがございます。



講座申込QR



京成電鉄千原線「千葉寺駅」徒歩6分

