

松愛会 50周年記念行事 2022年度「市街地クリーン大作戦」のご案内

市街地清掃を通じて住んでいる地域の皆様に、感謝の気持ちを伝えませんか。

茨木市少林寺拳法連盟、市内各高校、NALC (Nippon Active-Life Club)、済生会茨木病院の皆様などが参加されます。(2021年度は約330名参加) 一人でも多くの皆さまのご協力とご参加をお待ちしています。

— 記 —

日 時：**2022年11月13日(日曜日) 午前8時50分集合**

・当日、朝6時55分のNHK天気予報で、午前中の降水確率が50%以上の場合は中止

集合場所：**JR茨木駅西口(バスターミナル側) 公衆トイレ前広場(下図参照)**

・自転車・バイク・自家用車は市営の駐輪・駐車場等をご使用ください。

解散場所：茨木高校正門奥広場(10:30閉会式 11:00頃 解散予定)

清掃地域：JR茨木駅西口→保健医療センターなど3コース→旧パナソニック前→川端通り→茨木高校正門奥広場

持参物：○軍手・ゴミばさみ・帽子・タオル・マスク他

※1 茨木摂津支部ベストは今年度リニューアルしましたので、当日、新ベストを貸与します。

旧ベストはお手数ですが各自処分願います。

※2 **ゴミ袋は当方で用意いたしますのでご持参は不要です。**

※3 今年度は松愛会50周年記念行事のひとつとして実施しますので、ささやかですが、参加者全員に友愛タオルと極楽湯入湯券を進呈いたします。

ご注意：・安全第一のために、必ず「歩道」を歩行・清掃して下さい。

・グループ毎に責任者を選任します。常に安全確認を徹底して下さい。



*本件に関する問い合わせ先：社会貢献担当支部役員(榎本)

支部メール ibaraki@shoai.ne.jp

松愛会 50周年記念行事 健康わいわい倶楽部「ノルディックウオーキング」のご案内

健康づくりは松愛会会員の願いであり、松愛会活動のベースでもあります。

「健康わいわい倶楽部」として、昨年実施して大変好評でした万博公園のノルディックウオーキングを本年度も実施します。ノルディックウオーキングは、安全かつ健康効果の高いフィットネスウオーキングです。

この機会に、会員様のみならずご家族もお誘い頂き、お気軽に参加いただきますようご案内申し上げます。

日時：**12月4日(日) 9:10~13:00**

但し、前日夜18:53のNHK天気予報で、当日午前中の降水確率が50%以上の場合は中止します。

場所：万博公園 ノルディックウオーキング3Kmコース

会費：無料。 昼食する方には、昼食代500円を補助します。

※50周年記念行事として、参加者全員に記念品として友愛タオルと極楽湯入湯券お渡しします。

集合時間：午前9時10分

集合場所：**モノレール「万博記念公園駅」改札口**

スケジュール

9:10~9:40 集合場所から万博公園まで移動、ポールの受渡し

9:40~11:50 支部長挨拶、インストラクターより説明・準備体操

インストラクターの指導のもと3kmコースをノルディックウオーキング

11:50~12:00 記念写真撮影、ポール返却

12:00~13:00 昼食会場「ららぽーとエキスポンティ」まで移動、食事、解散

担当講師：岡本猛先生 (健康運動指導士・日本ノルディックフィットネス協会 マスターインストラクター)

準備など：ウオーキングができる動きやすい服装、マスク着用、飲料水、タオル等ご持参下さい

参加申込み：11月24日までにメールにて申込み下さい。(メールのない方は電話も可)

申込先：メール ibaraki@shoai.ne.jp QRコードからの申込み(個人認証登録者のみ)

支部役員



開催時に撮影された写真の一部は、茨木摂津支部ホームページに掲載されます。不都合のある場合は事前に支部役員に申し出てください。