

# 「ウェルネス森林さんぽ♪」のご案内

- ★ 西宮では遠足先としてもお馴染みの『甲山森林公園』。「日本の都市公園百選」にも選ばれた自然豊かな森林浴スポットですが、園内にある展望台では、阪神間の一大パノラマを楽しめます。今回は、そこを目的地に『森林さんぽ』です♪
- ★ 冬は本来、ウォーキングなど運動でエネルギー代謝を上げやすい時期。寒さに負けず、気持ちよく緑の中を歩きましょう！

●日時：1月29日（金） 12：45～14：50

●目的地：甲山森林公園内・展望台

●内容：～ 歩く距離は廣田神社位をイメージしてください～



12：45 掃除分担 ⇒ 車に分乗して「とも」出発

13：10 甲山森林公園・駐車場到着 ⇒ 森林さんぽへ

13：40 展望台到着



～ カフェ&展望タイム ～ お菓子と温かいドリンクで

★外なので、離れてのカフェ&おしゃべりはOKです♪



14：00 展望台出発

14：30 駐車場到着・車で「とも」へ出発

14：50 「とも」到着



※移動の車内では「話さない」ルールです！

※行事ではありませんので、『書道』参加や個人活動もOKです♪

●応募方法：下欄に必要事項を記入ください。 **応募締切：1月28日（木）**

氏名	利用形態	飲み物	氏名	利用形態	飲み物	氏名	利用形態	飲み物
	DC・PM	コ・紅・カ		DC・PM	コ・紅・カ		DC・PM	コ・紅・カ
	DC・PM	コ・紅・カ		DC・PM	コ・紅・カ		DC・PM	コ・紅・カ
	DC・PM	コ・紅・カ		DC・PM	コ・紅・カ		DC・PM	コ・紅・カ
	DC・PM	コ・紅・カ		DC・PM	コ・紅・カ		DC・PM	コ・紅・カ

※飲み物：コ＝コーヒー、紅＝紅茶、カ＝カモミールティ