

《野外教室開催のお知らせ》

令和5年7月～9月分

下記日程で知恩寺境内（阿弥陀堂前）をお借りして、野外教室を開催いたします。

開催期間：2023年7月3日（月）から9月29日（金）

曜 日：平日（月曜日～金曜日まで毎朝、祝祭日はなし）

＊毎月15日（手作り市）、お寺の行事がある場合は休止

時 間：9時15分～9時45分

場 所：百万遍 知恩寺 阿弥陀堂前

公共交通機関：市バス百万遍下車 徒歩5分

参加費無料
申込み不要

＊雨天中止（少雨であっても中止します《足場の確保困難》）

＊当日、自宅にて検温をお願いします。体調がすぐれない場合はお休みください。

＊日よけの帽子、飲み物は必ずお持ちください。

＊毎回、お名前の確認をさせていただきますので、ご協力ください。

＊運動中は参加者同士の距離を十分に取ってください。

＊道中、教室参加中における事故は、自己責任となります。



裏面日程表

京都市左京区地域介護予防推進センター

☎075-762-5529（平日9:00～17:00）

2023年 <知恩寺野外教室日程表>

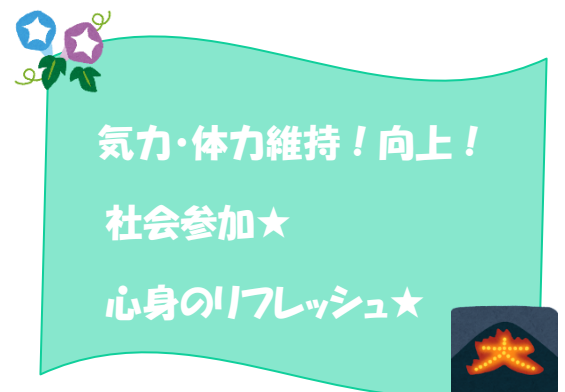
7月

日	月	火	水	木	金	土
2	3 ×	4 ○	5 ○	6 ○	7 ○	1/8
9	10 ○	11 ○	12 ○	13 ○	14 ○	15
16	17 ×	18 ○	19 ○	20 ○	21 ○	22
23	24 ○	25 ×	26 ○	27 ○	28 ○	29
30	31 ○					



8月

日	月	火	水	木	金	土
		1 ○	2 ○	3 ○	4 ○	5
6	7 ○	8 ○	9 ○	10 ○	11 ×	12
13	14 ×	15 ×	16 ×	17 ○	18 ○	19
20	21 ○	22 ○	23 ○	24 ○	25 ○	26
27	28 ○	29 ○	30 ○	31 ○		

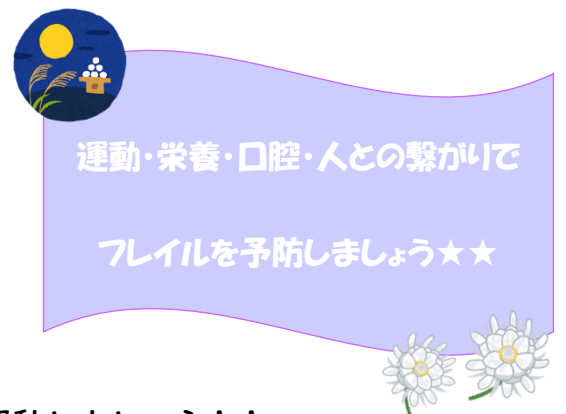


9月

日	月	火	水	木	金	土
					1 ○	2
3	4 ○	5 ○	6 ○	7 ○	8 ○	9
10	11 ○	12 ○	13 ○	14 ○	15 ×	16
17	18 ×	19 ×	20 ×	21 ×	22 ×	23
24	25 ×	26 ×	27 ○	28 ○	29 ○	30

8月21日~9月6日まで、教師養成道場中につき、マイクの音量を低く抑えての野外教室になります。

声が聞きづらくなりますが、何卒ご理解、ご協力の程、よろしくお願いいたします。



*体を動かすには良い気候です。体調の良い日は皆さんで運動しましょう!!

*出かけて来ること、体操等の取り組みで、活動量を増やし体力レベルを維持しましょう。