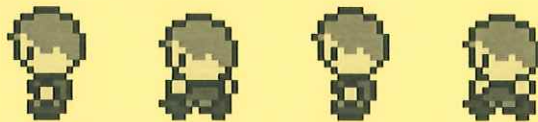


# けやきクエスト



コロナウイルス感染症の影響で外出することがなかなか難しかった間、皆さんは「おうち時間」をどのように過ごされていましたか？ 運動不足になっている方も多いのではないのでしょうか？

暑かった夏が過ぎ、過ごしやすい季節になってきました。まずは、体力作りでご近所をお散歩してみませんか？  
今まで気付かなかった新たな発見が出来るかも!?

けやきクエストシートと筆記用具をもって…さあ、小さい秋を探しに『おさんぽ』に出かけましょう!!



【対象】市内在住・在勤・在学の障害のある小学生以上の方

【参加方法】けやきクエストシート(以下「シート」)をゲットするだけ!

筆記用具とシートを持って散歩に出かけよう♪

【シート配布先】

① けやき体育館窓口

② 障害者支援センター松が丘園窓口

(相模原市中央区松が丘1-23-1)

③ けやき体育館ホームページより印刷

【シート配布および認定証発行期間】

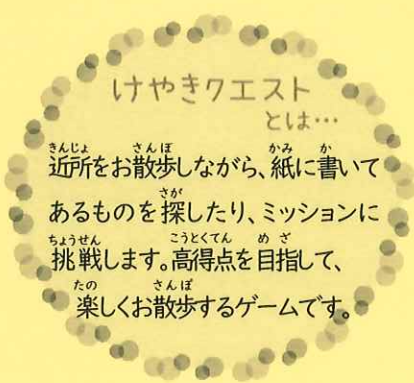
令和2年10月1日(木)から12月27日(日)まで

(認定証発行受付時間 9時~16時30分)

## けやきクエスト 注意事項

ルールを守って楽しく散歩!

- ☆ なるべく明るい時間に出かけましょう。
- ☆ 自転車や車などに注意し、公共交通ルールを守り、安全に楽しみましょう。
- ☆ マスクの着用、3密を避けるなど、感染症対策をしっかりしましょう。
- ☆ お散歩から帰ったら、手洗いうがいをしっかりしましょう。
- ☆ 体調が悪い時は家でゆっくり休みましょう。
- ☆ 未成年の方は、保護者の方と相談して、予めお散歩のルールを決めておきましょう。



まずは、『レベル1』からスタート!

シートの課題を全てクリアできたら、シートを持って、けやき体育館へGO!

シートのミッションはレベルアップとともに難しくなるよ!

クイズに答えて…  
体操をして…  
絵を描いて…

レベルアップしていきましよう♪

### お問い合わせ

さがみはらしりつ たいいくかん さがみはらしちゅうおうくふ じみ  
相模原市立けやき体育館 〒252-0236 相模原市中央区富士見6-6-23

TEL 042(753)9030 / FAX 042(769)1200

URL <http://www.sagamihara-shafuku.or.jp/keyaki/>

Twitter @keyakitaiikukan

