

第156号
令和8年2月1日発行
(発行責任者)
伊川まちづくり協議会 会長 樋口恵二
伊川市民サブセンター 館長 安倍ゆかり
門司区伊川1462-1 TEL 481-7177

伊川だより

Big Walking ビッグウォーキング

日 時：3月14日(土)
10:00～12:00頃

集 合・解散場所：伊川市民サブセンター
参加費：無料

～選べる4コース（短い順）～

新たに伊川公園までのお散歩コースが出来ました！
ゆっくりと春を感じに行きましょう。ご参加お待ちしております。

- 新設**
- ① お散歩コース（伊川公園まで）
 - ② にゃんちゃんコース
 - ③ ぴょんちゃんコース
 - ④ わんちゃんコース

申込受付中 481-7177

お申込の際にご希望のコースと、初参加の方はオリジナルTシャツを
差し上げますのでサイズをお伝えください。**締切 2/20(金)**

※※雨天の場合※※

3/14(土)→3/15(日)に延期

お弁当のみ 3/14(土)にお配りします。

受け渡し 11時～12時 伊川サブセンターにて

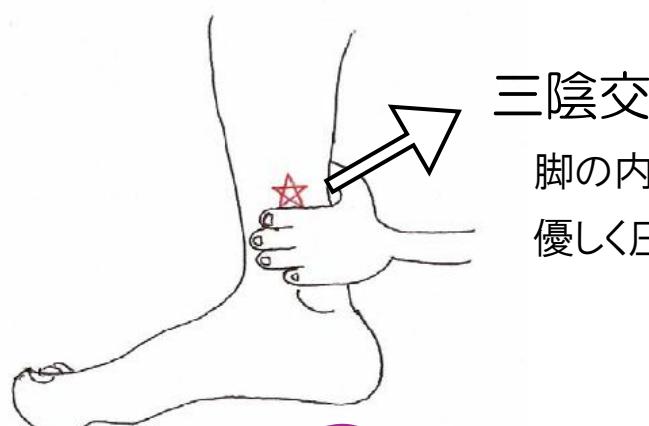
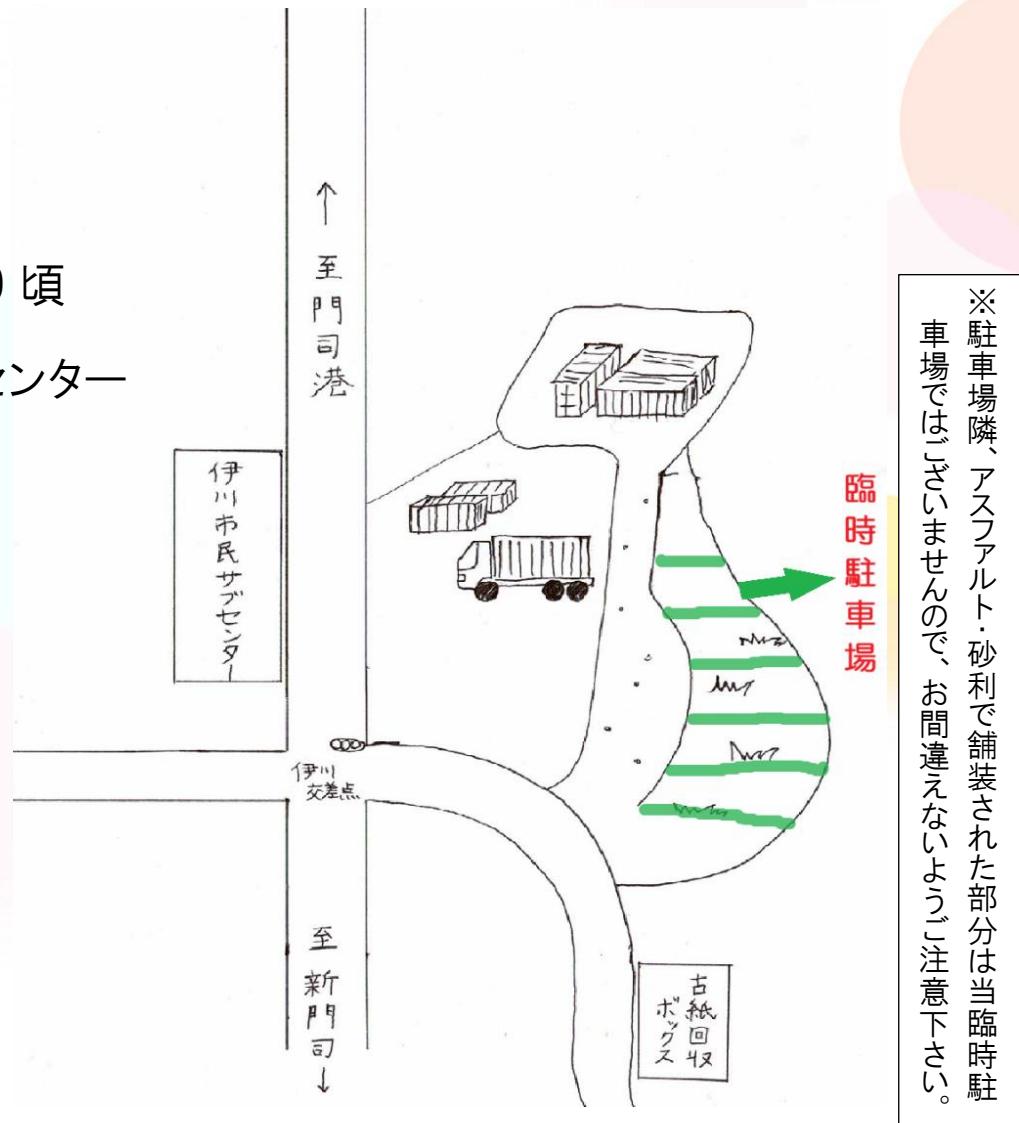
伊川フェスティバル臨時駐車場のお知らせ

日 時：2月14日(土)

10:00～12:00頃

場 所：伊川市民サブセンター

電 話：481-7177



脚の内側、くるぶしから手の指4本分辺りにあるツボ。
優しく圧して、からだポカポカ

お風呂上りに体を拭くときに、
足首のほうから上に向かってさ
すり上げるのもポイントです。

湧泉

足の裏、中央にある溝辺り
血行促進等万能のツボ。痛気持ちいい～

