

岡村公園

# スマイルウォーキング &梅の花めぐりツアー

ケガをしないための身体づくりや、姿勢、足の運び方、腕の振り方などが主な内容の歩き方を学ぼう！  
岡村梅林をみんなで歩き、梅の花を楽しもう！



講師紹介：  
**松永 恵美子 氏**  
横浜姿勢・歩行運動指導員

スポーツセンター、  
ケアプラザ、地域等で  
こどもから高齢者まで幅広く運動指導をされています



開催日：2026年2月28日(土)

開催時間：10時00分～12時00分

10時～11時15分 ウォーキング教室

11時30分～ 梅の花めぐりツアー 梅林で解散予定

開催場所：岡村公園 ケヤキ広場集合

\*雨天中止（中止の場合申込の方にご連絡いたします）

◆定 員：25名（事前申込）

◆対 象：どなたでも

◆参 加 費：500円/人（税込）

◆持 ち 物：動きやすい服装・タオル・運動靴・飲み物

◆申込方法：Web申込 右記QRコードより→

または下記お電話か

受付窓口まで



岡村公園 指定管理者 横浜緑地株式会社

住所：神奈川県横浜市磯子区岡村2-17 ☎045-751-4375

✉info-okamura-slcg@yokohamaryokuchi.com