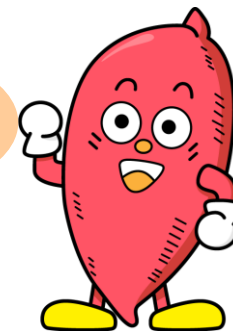


令和7年度



★対象者
村内在住の方



みんなですこやかウォーキング

期日	集合場所	時間	コース(すこやか委員おすすめアレンジコース)
令和7年4月4日(金)	白方コミュニティセンター	受付時間 午前9時～午前9時30分 ウォーキング 午前9時30分～午前11時頃 (1時間30分程度)	白方 桜薫る田園コース
5月2日(金)	村立図書館西側 (ふれあいの森公園)		ふれあいの森から新緑のコース
10月3日(金)	総合福祉センター「絆」		「絆」周回ヘルスロード A～D コース
令和8年1月16日(金)	村松コミュニティセンター		阿漕ヶ浦・虚空蔵堂コース
3月6日(金)	総合福祉センター「絆」		押延・天神山 水と緑の里山コース

ウォーキング教室
も同時開催

★コースについて

すこやか委員おすすめアレンジコースには、コースが2種類あります。体調に合わせ、好きなコースを選んでいただけます。

ショートコース：2～3km程度 ロングコース：4～5km程度

★参加者の方へ

- ・事前予約は不要です。
- ・悪天候時等は中止です。
中止時は、ホームページに8時45分以降に掲載しますので、各自ご確認をお願いします。
- ・乗り合わせや徒歩での参加にご協力をお願いします。
- ・水分・タオルをご持参ください。



中止のご案内は
こちら



各コースの
MAPはこちら

東海村健康づくり計画推進委員会
【事務局：東海村福祉部健康増進課(保健センター) ☎029-282-2797】