

岡崎げんき館市民会議は、げんき館を拠点として、健康づくりや子ども育成などに関する事業を、岡崎市や事業者と連携しながら実施し、「健康おかざき21計画」などに基づく市民の健康づくりを推進していくことを目的として活動しています！

岡崎げんき館市民会議運動サポート部会  
岡崎市ウォーキング協会・健康づくりリーダー連絡協議会

# 冬の 楽しい！ 健康ウォーキング

岡崎げんき館に集合し、  
(社)ウォーキング協会公認指導員及び健康づくりリーダーの指導のもと、  
岡崎の名所や、季節の花などを見ることができるスポットを巡る教室です！

**日程** 1月16・30日・2月6・13・20日(月) [全5回]

**時間** 9時20分～11時50分(受付9時10分～)

**集合場所** 岡崎げんき館1階 ロビー又は多目的室

**参加費** 1000円(欠席をされた場合も、減額・返金はできませんのでご了承ください)

**対象者** 医師からの運動制限を受けていない方 35名程度

みんなで歩くと  
楽しいね！



- ※ 運動のできる服装・帽子・紐のある運動靴で参加してください。マスク着用
- ※ 飲み物・汗拭きタオル・雨具・手袋・健康保険証(写し)を持ってきてください。

申込みについて

- ★ 氏名・年齢・住所・電話番号(FAX番号)を記入し、下記へお申し込みください。  
ホームページの応募フォームから応募のかた：こちらのQRコードから→  
ハガキのかた：〒444-8545(住所不要)  
岡崎市保健所保健企画課内 「ウォーキング教室」  
FAXのかた：岡崎げんき館市民会議事務局 23-5073  
げんき館に来られるかた：保健所総合受付(2階)窓口へ
- ★ 申込み締め切り 2023年1月5日(木) <12月1日より受付ます>
- ★ お問い合わせ先 岡崎市保健所 保健企画課 電話 23-6807



<申込み用紙> 冬のウォーキング教室

お名前・年齢	_____ 歳 / 男・女	_____ 歳 / 男・女
住所	〒 _____	〒 _____
電話		
F A X		

(ご記入いただいた情報は、健康ウォーキング教室のみに利用し、他には一切利用いたしません)