

新年の 楽しい!

健康ウォーキング

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

岡崎げんき館に集合し、(社)日本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のスポットを巡る教室です!

日程 2025/1月15・22・29・2月5・12日(水)【全5回】

時間 9時20分～11時50分(受付9時10分～)

みんなで歩く
楽しいね!

集合場所 岡崎げんき館1階 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



※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。

※雨天時も開催

※大体のコースは、①六所神社②松應寺お太子様③東公園④岡崎城公園⑤岡崎天満宮と二七市を予定しておりますが、雨天等により変更する場合があります。

※コースを歩く場合は、自分のペースに合わせて、ゆっくり歩きと早歩きに分かれて歩きます。

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。

・ハガキのかた：〒444-8545(住所不要) 岡崎市保健所保健政策課内 「ウォーキング教室」係

・WEBでの申込のかた：ホームページの応募ホームから

・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

ホームページの二次元コード →



★ 申込み締め切り 2024年12月23日(月) 抽選後連絡します。

★ お問い合わせ先 岡崎市保健所 保健政策課 電話 23-6807