

令和3年度みんなで健幸ウォーク予定表

※各地区に自主的に歩くグループができるきっかけとなることを目標とします。

回	1	2	3	4	5	6
日程	4/15	5/20	6/3	7/15	8/19	9/16
予備日	4/22	5/27	6/24	7/29	8/26	9/30
集合場所	中央公民館	妙楽寺区民センター	北山田青年館	中央公民館	役場	大上構造改善センター
回	7	8	9	10	11	12
日程	10/21	11/11	12/16	1/20	2/17	3/24
予備日	10/28	11/18	12/23	1/27	2/24	3/31
集合場所	佐貫区民センター	長楽寺区民センター	福祉交流センター	寺崎コミュニティセンター	道の駅むつざわつどいの郷	中央公民館

◎集合時間：9:30（7月・8月は17:00となります。）

- ・対象は、睦沢町民です。町内、約3kmを歩きます。
（但し、むつざわ健幸ウォーキングサポートクラブ登録者は町外でも参加できます。）
 - ・自宅で検温し、健康チェックに記入してください。
 - ・内服薬は必ず飲んで参加してください。
（体調の良くないときは、無理せず休みましょう）
 - ・予備日が雨天の場合は、中止となります。
 - ・ポールを使ったウォーク体験もできます。
- 《連絡先》 ふれあいホップクラブ 44-5211、健康保険課44-2506

