

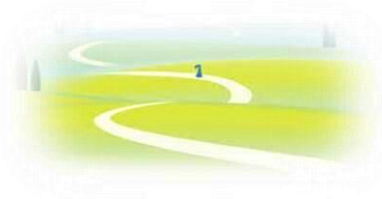


「ほやしろ歩き」

運動不足解消、気分転換のためにウォーキングを始めてみませんか？

ゆっくりと無理のないペースで楽しみながら行います。

皆様の参加をお待ちしております！



日 時 : 令和 7 年 4 月～6 月毎週木曜 15:00集合 15:10頃出発

対 象 者 : 社地区在住の65歳以上の方

医師に運動の制限等をされていない方

集合場所 : セーレンドリームアリーナ前 (旧福井県営体育館)

あるく場所 : セーレンドリームアリーナから西部緑道の往復約 1.8km位のコース
をゆっくりと歩きます

※雨天時は屋内 (体育館のランニングコース) を歩きます

参 加 費 : 無料です

申し込み : 不要です

参加希望の方は集合時間までに集合場所にお越しください。

(初回参加の方には、当日に同意書の記入をお願いしております)



【お問合せ先】

ほやねっと社 (福井社包括支援センター)

電話 : 0776-36-1246

担当者 : 山田知樹、内田和秀

「ほやしろ歩き」とは・・・

令和 3 年より実施しているウォーキング教室です。

社地区にお住いの 65 歳以上の方であればどなたでも参加できます。

令和 7 年度「ほやしろ歩き」スケジュール(予定)

15:00 セーレンドリームアリーナ前 15:10 頃出発します

令和 7 年 4 月						
月	火	水	木	金	土	日
	1	2	3	4	5	6
7	8	9	10	11	12	13
14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30				

令和 7 年 5 月						
月	火	水	木	金	土	日
			1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	31	

令和 7 年 6 月						
月	火	水	木	金	土	日
						1
2	3	4	5	6	7	8
9	10	11	12	13	14	15
16	17	18	19	20	21	22
23	24	25	26	27	28	29
30						

福井県営体育館前→運動公園内
→西部緑道を往復する
約1.8km位のウォーキングコースです。途中で休憩をはさみ、四季を楽しみながらゆっくりと歩きます。

