

# 「ほやしろ歩き」 説明会のご案内

**日時：** 令和8年3月26日 木曜 15:00~16:00

**対象者：** 「ほやしろ歩き」に参加希望で社地区在住の65歳以上、  
医師に運動の制限等をされていない方

**場所：** 9.98 スタジアム会議室

- 内容：**
- ◇ 令和8年度「ほやしろ歩き」の説明
  - ◇ 「ほやしろ自主歩き」の案内
  - ◇ 参加同意書の記入
  - ◇ 目標設定(専用のノートを配布します)

(※今回の説明会ではウォーキングや運動はしません)

**参加費：** 無料

**持ち物：** 筆記用具

【 お問い合わせ先 】

ほやねっと社(福井社包括支援センター)

担当者: 山田、内田

電話: 0776-36-1246



# 「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8年度「ほやしろ歩き」スケジュール(予定)

木曜日: 14:45 福井県営体育館前 15:10 頃出発します

月曜日は「ほやしろ自主歩き」となります。

令和8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8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8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2.0km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。

