

令和7年4月～9月予定表

とよあけ健康ウォーキング

楽しく健康的に歩いてみませんか？
とよあけ健康大金星マイレージ対象事業です。

豊明市メール配信サービスに登録すると、
ウォーキング開催日時、場所、コースや、
雨天中止などのお知らせが配信されます。

ぜひ、ご登録を！登録はこちらから



日程 (原則毎月第4金曜日)	集合・解散 場所	受付 時間	コース名	
			ショートコース (距離・目安時間)	ロングコース (距離・目安時間)
4月25日(金)	大蔵池公園 (時計台の下)	午前 8時 40分 ～ 8時 55分	とよあけ歩きたいマップ③自然満喫Aコース 大蔵池・大府みどり公園コース (約4.7km・約1時間30分)	大府みどり公園と 曹源寺を訪ねてコース (約7km・約2時間)
5月23日(金)	中央公園 (ひろば)		琵琶ヶ池コース (約4.5km・ 約1時間30分)	境川あじさいロードコース (約7.2km・ 約2時間25分)
6月27日(金)	勅使墓園 (駐車場)		勅使池緑地コース (約4.3km・ 約1時間30分)	勅使池・ 諸の木北公園コース (約7.4km・約2時間20分)
9月26日(金)	大蔵池公園 (時計台の下)		とよあけ歩きたいマップ③歴史堪能2コース 桶狭間古戦場めぐりコース ※ 熱中症予防のためショートコースのみ (約5.0km・約1時間40分)	

熱中症等の危険性があるため、安全面を考慮して7月・8月は実施しません。

- *雨天中止。判断に迷う場合は、当日午前8時15分以降に健康推進課へお問い合わせください。
- *上記の予定(コースのみ)は変更する場合があります。(集合場所の変更はありません)
- *申込み不要☆参加費無料☆コース途中までの参加も可能☆ポールウォーキングでの参加も大歓迎！
- *4月から翌年3月までのすべての開催日(年8回以上開催された場合)に参加された方には完歩証の表彰あり！

●ご参加前にお読みください●

- ・体調の良いときにご参加ください。
- ・保険等への加入はしていません。交通ルール等を守り、自己責任で事故やけがにも十分ご注意ください。
- ・歩きやすい服と靴で、タオルや水分補給できるものを持ってご参加ください。途中休憩もあります。
- ・集合場所には十分な駐車場がありません。公共交通機関の利用や乗り合わせにご協力ください。
- ・集団でのウォーキングのため、推進員が安全確保等の注意を促すことがあります。

第3次とよあけ健康21計画



あ
ある
歩きたくなるまち、あなた流の運動習慣
～生活の中に10分の運動を意識することからはじめます～



<問合先>

豊明市役所 健康推進課

電話(0562)85-3009

裏面もご覧ください

配布中

★結成 15周年記念★

とよあけ歩きたいマップ③

「とよあけ健康ウォーキング」はウォーキング推進員が運営をしています。

コースは、推進員が実際に歩き考えたおすすめの市内9コースです。

「とよあけ健康ウォーキング」では、マップ内で紹介したコースを歩く日程

もあります。とよあけ歩きたいマップ③は好評配布中！詳細は健康推進課まで！

★令和2年度に、

保健衛生の向上への貢献が称えられ豊明市より表彰されました。

推進員のメンバーを随時募集しています。
できること・できる範囲でウォーキング推進員の
メンバーとして活躍してみませんか？

活 動 内 容

●会 合	毎月第3金曜日 10時から1時間程度 ・コースの選定やウォーキング当日の役割等を決める。
●コースの下見	・会合時にコースの下見の予定を決め、選定したコースを歩き、安全を確かめる。
●ウォーキング当日	毎月第4金曜日 8時30分から2～3時間程度 ・参加者の受付や準備体操、誘導をする。

＜お問合せ先＞ 豊明市健康推進課 ☎0562-85-3009