

報道関係各位	発信年月日	令和4年11月30日		
担当部課名	担当課長名	担当者職氏名	連絡先電話番号	
福祉部健康増進課	健康増進課長 尾山 貴子	主任技師 中村 早枝華	(0836) 71-1814	
件名	「山陽小野田市 ウォーキングMAP 歩こうやあ」が完成しました。			
内 容				
<p>山陽小野田市では、笑顔（＝スマイル）の源となる「心身の健康」を保ちつつ、誰もが笑顔で年を重ねていく（＝エイジング）「スマイルエイジング」に積極的に取り組むことにより、「健康寿命の延伸」を目指しています。</p> <p>スマイルエイジングの取組の1つである「運動」分野では、「まずは、毎日プラス10分、プラス1000歩、歩こう」「毎日体を動かそう」というチャレンジ目標を市民が達成できるように、ウォーキングに関する情報発信や環境整備等を進めています。この取組の1つとして、今回市民が楽しんで運動に取り組むためのツールとして「山陽小野田市 ウォーキングMAP 歩こうやあ」を作成しましたので、下記の通りお知らせします。</p> <p style="text-align: center;">記</p> <p>1 ウォーキングマップの内容</p> <p>ウォーキングに関するお役立ち情報（シューズの選び方、必要物品、歩き方、体操等）と市内のウォーキングコースを6コース（海と山!!を満喫!竜王山周辺、木戸刈屋とその周辺のウォーキング、Beautiful ONODA Bridge!!、公園～公園 笠井順八翁を知るコース、JR 厚狭駅→湯ノ峠駅トレイン&amp;ウォーキング、寝太郎公園おさんぽコース）載せています。ウォーキングコースは、健康増進課が作成したコース以外に市民の方が考えたコースや健康増進課以外の課がイベントで歩いたコースの中から、親子連れ、成人向け、高齢者向けを考慮し選びました。マップはイラストレーターのきじま靖枝さんの手書きでとても親しみやすいタッチになっています。また、市内の歴史等も記載し、マップを片手に楽しみながら歩いていただけるよう工夫しています。</p> <p>2 配布方法</p> <p>公共施設、市内スーパー等で配布予定。</p> <p>3 その他</p> <p>ウォーキングMAPに掲載しているウォーキングコース及び掲載することができなかった他のウォーキングコースは、山陽小野田市ホームページに掲載しています。</p> <p>URL : <a href="https://www.city.sanyo-onoda.lg.jp/site/smile-ageing/uo-kingumap-arukouyaa.html">https://www.city.sanyo-onoda.lg.jp/site/smile-ageing/uo-kingumap-arukouyaa.html</a></p>				

FAX 発信者 : 山陽小野田市企画部シティセールス課  
電話 (0836) 82-1148 FAX (0836) 83-9336