

報道関係各位	発信年月日	令和5年4月24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 船林 康則	主任技師 河野 直子	(0836) 71-1814	
件名	<b>ウォーキングマイスターと歩こう！</b> <b>ウォーキングイベント～赤崎地区木戸刈屋道を歩こう～の参加者を募集します。</b>			
<b>内 容</b>				
<p>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。スマイルエイジングにおける「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」を市民のチャレンジ目標としています。今回のイベントでは、ウォーキングの魅力伝えるために、ウォーキングイベントを開催します。</p> <p>また、市ではウォーキングに関する知識と技術を身に付け、市民へウォーキングを普及するウォーキングマイスターを育成しています。今回はウォーキングマイスターの研修も兼ねて市民と交流を行います。周知と当日の取材をお願いします。</p>				
記				
1 日時	5月16日(火曜日) 9時30分～11時30分(受付開始9時15分)			
	※小雨決行、雨具等をご準備ください			
2 場所	赤崎地域交流センター 第2研修室 (赤崎一丁目1-1)			
3 内容	ウォーキング、ストレッチの実技			
	「木戸刈屋道とその周辺のウォーキング」コースをウォーキング(4km程度)			
	講師：山口県地域リハビリテーション支援団体 理学療法士 三戸 洋(みとひろし)			
4 定員	先着40名(一般公募20名、ウォーキングマイスター定員20名)			
5 応募要件	市内在住、または市内在学・在勤で4km程度ウォーキングが可能な方			
6 費用	無料			
7 申込方法	電話、Fax、窓口 (5月1日(月)から申込開始)			
8 問い合わせ・申込先	健康増進課 電話 0836-71-1814 Fax 0836-39-5624			
	Mail <a href="mailto:hokenc@city.sanyo-onoda.lg.jp">hokenc@city.sanyo-onoda.lg.jp</a>			
9 持参物及び服装	運動できる服装、運動用シューズ、水分補給できるもの、帽子			
	スマートフォン(お持ちの方のみ)			

FAX 発信者：山陽小野田市協創部シティセールス課

電話 (0836) 82-1148 FAX (0836) 83-9336