

令和6年度 『健康ウォーク』 参加者募集

出合地域交流センター TEL 0836-73-2069

この講座はふるさとの自然や歴史を探訪しながらウォークをし、参加者の健康づくりと会員相互のふれあいを目指します。

計7回の講座です。奮ってご参加くださいますようご案内いたします。

本年度の『健康ウォーク』の開催日は下記のとおりです。

令和6年度 健康ウォーク実施計画		(原則、第1土曜日 8:40~12:00)		
回	開催日	テーマ・距離	コースの概要	備考
1	6月1日	初夏の江汐公園を散策しよう 5~6km	江汐公園 薬用植物園他	江汐公園第一駐車場まで車で移動
2	7月6日	下関市唐戸を散策しよう 4~5km 出合センター⇒(車)⇒埴生駅 8:37⇒(電車)⇒下関駅 9:04⇒(徒歩)⇒唐戸地区(散策・昼食約1.5時間)⇒(徒歩)⇒下関駅 12:31⇒(電車)埴生駅 12:57⇒(車)⇒出合センター	下関駅~唐戸地区(往復) 唐戸市場、亀山八幡宮、赤間神宮他 (昼食は各自で) ㊟出合せ集合 8:00 ㊟出合せ着 13:10頃	【各自負担となります】 ① 埴生駅⇄下関駅電車賃(510円×2) ② 昼食代
酷暑が予想される8・9月は実施しません				
3	10月12日	笠井順八・セメントの町について知ろう 約4km	笠井順八像、桜山公園	須恵地域交流センターまで車で移動
4	11月2日	ワイナリーを訪ねてみよう 5~6km	ねたろう広場、山口ワイナリー	厚狭小学校まで車で移動
5	12月7日	埴生漁港周辺を散策しよう 約5~6km	埴生系根神社、埴生干拓、花の海	埴生地域交流センターまで車で移動
6	2月1日	摩崖仏(有帆地区)を見に行こう 5~6km(アップダウン有)	熊野神社、摩崖仏、ばくち岩	有帆地域交流センターまで車で移動
7	3月1日	縄地ヶ鼻公園(スイセン祭り)に行こう 5~6km	グリーンハウス、縄地ヶ鼻公園他	高泊地域交流センターまで車で移動

- ・マスク、タオル、お茶などを持参の上、各自で健康管理をお願いします。
- ・原則、上記計画に基づいて行いますが、次回のウォーク内容の確認は1つ前の散会時に行います。

・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ き り と り ・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・

令和6年度 『健康ウォーク』 参加申込

氏名	住所(自治会名)	電話番号