

主催：青葉区保健活動推進員会
(ウォーキング部会企画)

春に向けて元気にウォーキング

～花と緑で健康づくり～

開催日時

平成 29 年 3 月 4 日 (土)

9 時 30 分 開始 12 時 00 分 終了予定
(9:00受付開始)

参加費： 無料 ※雨天の場合は中止になります。

コース

次の3コースの中から、お好きなコースを選んでご参加ください。

募集定員： 各コース約50名
(事前申込制です。各コース詳細は裏面をご覧ください)

Aコース 小さい春さがそう!コース (約 6km)

集合：向根公園(あざみ野駅徒歩約5分:案内あり) 解散：山田富士公園

Bコース 緑道のびのびウォーキング!コース (約 6km)

集合：センター南駅前広場 解散：せせらぎ公園 古民家

Cコース 春が待ち遠しい!コース (約 5km)

集合及び解散：嶮山公園 (あざみ野駅より【バス】すすき野1丁目下車、
バス停より案内あり)

お申し込み方法

平成 29 年 1 月 11 日より電話受付 (先着順)

045-978-2440 (平日 8:45~17:15)

お申し込み時にお名前、お住まいの町名、電話番号、希望のコースをうかがいます。
キャンセル待ち、当日申込みは受け付けません。

持ち物・服装等

飲み物、タオル、歩きやすい靴、温度調整しやすい服装

承認 区連会第22号



各コースについて

※開花時期（例年）
 桜：3月末～4月頃
 梅：2月～3月頃
 ハス・スイレン：7月頃
 バラ：5月頃
 花桃：3月頃

Aコース

小さい春さがそう!コース (約6km)

緑道が続くコース! “干支”をさがそう!

【集合場所】 向根公園 (新石川一丁目31-1)

【解散場所】 山田富士公園 (最寄駅: 市営地下鉄 北山田駅)

【コース経路】 向根公園～山崎公園～徳生公園～山田富士公園

【コースで見られる樹木※】 桜、梅、ハス、スイレン

Bコース

緑道のびのびウォーキング!コース(約6km)

坂道の少ない優しいコース! ウォーキングで友達作り!

【集合場所】 市営地下鉄 センター南駅前広場 (1番出口)

【解散場所】 せせらぎ公園 古民家 (最寄駅: 市営地下鉄 仲町台駅)

【コース経路】 センター南駅～鴨池公園～せせらぎ公園・古民家

【コースで見られる樹木※】 桜、スイレン

Cコース

春が待ち遠しい!コース(約5km)

登り道もある健脚コース!その先にある眺望を楽しみに頑張ろう!

【集合場所】 嶮山公園 (すすき野一丁目11-1)

※すすき野交番並び、野球場ネット裏のあずま屋(休憩場所)が目印

【解散場所】 嶮山公園 (集合場所と同じ)

【コース経路】 嶮山公園～荏子田公園～平川の大灯籠～保木公園～嶮山公園

【コースで見られる樹木※】 バラ(荏子田太陽公園)、花桃、桜

主催者 青葉区保健活動推進員会について

- 保健活動推進員は、
地域のみなさんの健康づくりをお手伝いするために、横浜市長から委嘱を受けて活動している市民です。
- 青葉区ではこんな活動をしています!
 ・ウォーキング ・健康体操 ・健康チェック ・研修会、講習会
 ・健康に関する啓発活動 ・育児教室等のサポート