

# 令和8年度 健康づくりウォーク 予定表

ウォーキング講習会などをきっかけに、気楽に集まってウォーキングをしています。どなたでもご参加いただけます♪ ぜひ一緒にいかがですか？

定例日は、第2金・第4月曜日  
 集合時間は全て13:30  
 雨天中止 7月～9月はお休み

| 月 日        | コース                           | 集合場所                  |
|------------|-------------------------------|-----------------------|
| 4月 10日(金)  | 葛川沿いを歩く                       | 井ノ口公民館(玄関前)           |
| 27日(月)     | 中井パーキングエリアへ                   | 境コミュニティセンター           |
| 5月 8日(金)   | グリーンテクなかいを歩く                  | 井ノ口公民館(玄関前)           |
| 25日(月)     | 健康づくりコース                      | 星槎中井スタジアム<br>(中井中央公園) |
| 6月 12日(金)  | 二宮町せせらぎ公園 (菖蒲)                | 井ノ口公民館(玄関前)           |
| 22日(月)     | 震生湖方面                         | 境コミュニティセンター           |
| 10月 9日(金)  | 井ノ口～砂口方面へ                     | 井ノ口公民館(玄関前)           |
| 26日(月)     | 健康づくりコース                      | 星槎中井スタジアム<br>(中井中央公園) |
| 11月 13日(金) | なかい健康づくりステーション発<br>ポール・ウォーキング | 保健福祉センター              |
| 24日(火)     | 井ノ口～富士見台へ                     | 井ノ口公民館(玄関前)           |
| 12月 11日(金) | 半分形～遠藤方面                      | 農村環境改善センター<br>(役場庁舎隣) |
| 21日(月)     | 健康づくりコース                      | 星槎中井スタジアム<br>(中井中央公園) |
| 1月 8日(金)   | 中井メガソーラー発電所へ                  | 井ノ口公民館(玄関前)           |
| 25日(月)     | 健康づくりコース(関山線)と中井<br>中央公園      | 境コミュニティセンター           |
| 2月 12日(金)  | 雑色・鴨沢方面                       | 農村環境改善センター<br>(役場庁舎隣) |
| 22日(月)     | お楽しみ♪                         | 井ノ口公民館(玄関前)           |
| 3月 12日(金)  | 南が丘方面                         | 井ノ口公民館(玄関前)           |

※コースは天候等により当日参加者で相談のうえ、変更する場合があります。

※申し込みは不要です。当日集合場所へお越しください。

お問い合わせ：中井町健康課 ☎ 0465-81-5546