

令和7年度 健康ウォーキング教室のお知らせ



ヘルスボランティアと楽しく一緒に歩きませんか！身近な自然、歴史、文化など地域の見どころを巡ります。ご家族やご友人とお誘いあわせのうえ、ぜひご参加ください。

小雨決行！

★日程・集合場所

開催日	集合場所	コース
4月26日(土)	保健センター	商都市高岡の古い町並みと 伝統の技・アートコース
5月18日(日)	高岡古城公園 小竹藪	見どころ満載！！高岡古城公園散策コース ※健康運動指導士による指導あり
6月8日(日)	石堤地域交流センター (旧石堤小学校)	美田コース
9月27日(土)	高岡駅瑞龍寺口 (※)	ー観光資源を歩こうー 高岡駅～新高岡駅、 瑞龍寺、八丁道・前田利長公墓所コース
10月18日(土)	おとぎの森公園 (おとぎの森館 正面)	おとぎの森公園を起点とする自然と歴史 探訪コース
11月15日(土)	古府地域交流センター	もみじ姫公園往復コース

(※) 自家用車でお越しの場合は、瑞龍寺八丁道観光駐車場や下関小学校に止めてください。

付近にヘルスボランティアがいますので、誘導いたします。

集合場所近くに、旧ダイエー跡地駐車場（1日200円）がありますが、駐車料金は自己負担になります。

★開催時間 午前9時～11時30分

★参加費 無料

★持ち物 飲み物、タオル、帽子

★参加方法 午前9時までに集合場所で受付をしてください。
(事前申込不要)

【注意事項】

・当日のウォーキングコースや距離、歩行ペースは、安全を考慮し、変更する場合があります。

主 催：高岡市ヘルスボランティア協議会

問合先：高岡市健康増進課（☎0766-20-1391）



TAKAOKA アプリ
について



市 HP

TAKAOKA アプリを使って、ウォーキングコースを回ることができます。
また、市 HP でもウォーキングコースを確認できます。
ぜひ活用してください。

