

かみなかじま健康 ウォークラリー!!

みなさん、日頃から健康に気を使っていますか？

公民館発着のウォーキングコースを利用して健康習慣を身につけましょう！

コースは2km、2.9km、6kmの3つのコースです。

各コースのチェックポイントにキーワードが設置されています。

コースを歩いてキーワードを完成させてください。

応募用紙にキーワードを書き込んで公民館に提出されると、達成回数に応じて参加賞を差し上げます。

○2kmコース、2.9kmコース

1キーワード達成・・・ペットボトル飲料1本

3キーワード達成・・・むかいさんちの農園のブルーベリーまたは
コットンカフェのドリンク1杯

○6kmコース

1キーワード達成・・・むかいさんちの農園のブルーベリーまたは
コットンカフェのドリンク1杯

★キーワードは毎週変わります。

応募用紙は公民館で配布します。

実施期間 2021年7月～9月

健康な体は日々の習慣から
コロナに負けるな！