

合併10周年記念

「みやこのじょうウォーキングマップ」を作成しました

市民の皆さまの健康寿命を延伸し、いつまでも笑顔で生活できるよう、運動習慣の見直しをするきっかけづくりや運動意欲の喚起を目的に、新たに『みやこのじょうウォーキングマップ』を作成しました。

本市は、健康づくり活動を推進するため、「みやこのじょう健康づくり計画21（第2次）」に沿って、様々な取り組みを行っています。運動分野では、「いつでも・どこでも・だれでも・楽しく・気軽にできる」運動プログラムとしてウォーキングを推進しています。

ウォーキングマップは、「ウォーキングの効果・方法」「市内15地区ウォーキングコースと見どころの紹介」「新日本歩く道紀行100選コースの紹介」「ウォーキング記録表」の4部構成で、カラー36ページとなっています。



発行部数 45,000部

配布先 医療機関・特定保健指導対象者 25,000部 小学生 9,500部
まちづくり協議会・地区公民館 6,200部 健康教室等参加者 1,800部
その他 2,500部

※2月5日の「記念式典」、2月10日の「健康づくり大会」で配布予定です

作成費用 4,428,000円

作成協力団体・関係課

まちづくり協議会、まちづくり協議会準備委員会、みやこんじょ健康づくり会、ウォーキング推進員、各地区公民館、コミュニティ課、文化財課 他

●問い合わせ 健康課 23-2765