

みんな de

健康walk rally

参加賞あり!

In 翠ヶ丘公園

2026

6/6

[土]

受付

8:15~8:45

公立岩瀬病院
1階ロビー集合!

医師講話

管理栄養士監修!
減塩豚汁提供

医療スタッフ同行!

須賀川市と公立岩瀬病院でウォークラリーを開催!
楽しく歩いたら健康についても学べたり!
ウォーキングコースを気軽に歩こう!

スケジュール

※小雨決行

- 8:15 受付・血圧測定
- 8:50 医師講話(運動の講話)
「健康を支えるウォーキングの力
~骨粗しょう症との関連~」
整形外科部長 橋本慶太医師
- 9:15 理学療法士と準備運動
ウォーキング START!
- ↓
公立岩瀬病院を出発
- ↓
翠ヶ丘公園checkpointで
クイズに挑戦!
- ↓
保健センターで
減塩豚汁を試食
- 12:15 各自解散(保健センター)

対象者 : 小学生から大人まで

定員 : 50名(先着順)

参加費 : 1人 500円

コース : ゆったりコース(約2.1Km)
おしゃべりしながらゆっくり歩きます
はつらつコース(約4.8Km)
健康を意識してちょっと汗ばむ程度

持ち物 : 歩きやすい恰好、帽子や日傘、タオル、飲み物

駐車場 : 公立岩瀬病院駐車場をご利用ください。
(駐車券を院内にお持ちください。)

お申込み方法

希望コースを選択のうえ、電話にてお申し込みください。

須賀川市健康推進課

0248-88-8123

雨天時は、公立岩瀬病院にて、スタッフによる楽しいレクリエーションを実施します。