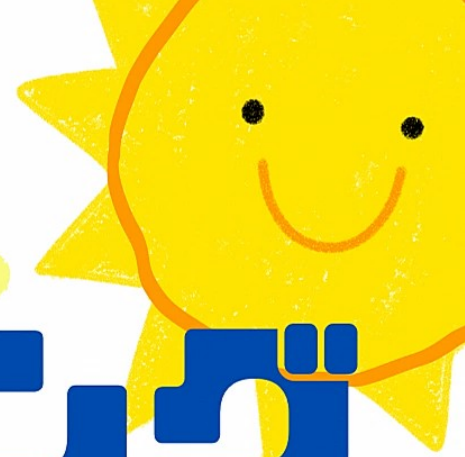




ウォーキングdayは健康づくり推進員  
主体で行っている活動です

健康づくり推進員とは:市民の健康づくりのリーダーです



# ウォーキング day

申込不要

## 【開催日時】

毎週月曜あさ9時から（荒天中止）

## 【場所】

いこいの市民パーク

## 【対象】

宜野湾市民で運動制限のない方

## 【持ち物】

帽子 飲み物 日傘

※暑さ・感染症対策をお願いします



★みんなでストレッチや美らがんじゅう体操、  
公園周囲を1時間程度ウォーキングします

お問い合わせ

宜野湾市保健相談センター 098-898-5597