

あなたも参加してみませんか！

令和7年度

地区ウォーク

市内各地域のコースを、運動普及推進員と一緒に
少人数でウォーキングします。

いっしょに
歩こうフク！



つくば市
イメージキャラクター
フックン船長

開催日

第1回	令和7年4月6日(日)～11日(金)	第4回	10月5日(日)～10日(金)
第2回	4月20日(日)～25日(金)	第5回	12月7日(日)～12日(金)
第3回	6月1日(日)～6日(金)	第6回	令和8年2月1日(日)～6日(金)

※市内各所で実施予定ですが、日程などは変更になる可能性があります。

※天候などの状況により、開催を中止する場合があります。

「地区ウォーク」の参加方法

- ① 下記の問合せ先にお電話ください。
ご希望の「地域」や「日時」、ご連絡先などを伺います。
- ② ご希望に合った地域・日時にウォーキングを予定している「運動普及推進員」と調整し、ご連絡します。
※運動普及推進員の活動予定によっては、ご希望に添えない場合がございます。ご了承ください。
- ③ 参加当日、指定された集合場所では、運動普及推進員が「赤いユニフォーム」を着用してお待ちしていますので、お声がけください。
- ④ 他の参加者の皆さんと一緒に、ウォーキングをお楽しみください。

茨城県公式アプリ「元気アップ！りいばらき」のポイントが
もらえます。ぜひ事前にダウンロードしてください。



iOS用



Android用

【問合せ先】つくば市健康増進施設いきいきプラザ

☎ 029-864-5089

※平日9:00～17:00