

あなたも参加してみませんか！

地区ウォーク

いっしょに
歩こうフク！

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。



つくば市
イメージキャラクター
フックン船長

2026年度 開催日

第1回	2026年4月5日(日)～10日(金)	第4回	10月4日(日)～9日(金)
第2回	4月19日(日)～24日(金)	第5回	12月6日(日)～11日(金)
第3回	6月7日(日)～12日(金)	第6回	2027年2月7日(日)～12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 下記の間合せ先にお電話ください。
ご希望の地域や日時、連絡先などを伺います。
- ② ご希望に合ったウォーキング先を「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 参加当日は、指定の集合場所に運動普及推進員が赤いユニフォームを着用し、お待ちしています。

※合理的配慮が必要な方はお問合せください。

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