



一緒に歩きましょう



保土ヶ谷区食生活等改善推進委員会
(保土ヶ谷ヘルスマイト)

私たちヘルスマイトは、保土ヶ谷福祉保健センターのご協力を頂き
食生活・運動を通して 健康づくりの輪を広げる 活動をしています。
2020年度「ふれあいウォーク」日程表を お届けします。
一緒に 気持ちのいい汗を かきませんか！！

回	実施日	コース名 (距離 所要時間)	集合場所
1	2020年 5月22日 (金)	横浜市児童遊園地 (4.6km 2時間) 保土ヶ谷区ウォーキングマップ『坂道てくてく』から 市営バス児童遊園地前(神奈中バス児童遊園地入口)下車 ～児童遊園地正門～園内散策～現地解散	児童遊園地 正門
2	6月23日 (火)	俣野別邸庭園散策 (4km 2時間) 戸塚駅～俣野別邸～園内散策～戸塚駅 ※弁当持参	JR 戸塚駅 改札口
3	9月29日 (火)	三溪園散策 (6km 2時間30分) 根岸駅～三溪園～園内散策～山手駅	JR 根岸駅 改札口
4	10月26日 (月)	横須賀 三浦富士散策 (6km 2時間30分) 長沢駅～三浦富士～砲台山～武山～ 津久井浜観光農園(みかん狩り)～津久井浜駅 ※弁当持参	京急 長沢駅 改札口
5	12月18日 (金)	東京タワー見学 (7km 3時間) 横浜駅～浜松町駅～旧芝離宮恩賜庭園～増上寺～ 東京タワー～愛宕神社～神谷町駅～横浜駅 注意/9:30集合	JR 横浜駅 横浜高島屋 前
6	2021年 2月22日 (月)	京急三浦海岸 河津桜 (2km 2時間) 三浦海岸駅～河津桜お花見散策～小松ヶ池～ 三浦海岸駅	京急 三浦海岸駅 改札口

- * 申込 : 実施日の一週間前まで
 - * 集合時間 : 9時50分 (出発10時)
 - * 参加費 : 100円
 - * 持ち物 : 飲み物・帽子・タオル等
 - * トイレは駅内で済ませて下さい
- 緑の旗を持ってお迎えしています！

- * ウォーク中の日傘はご遠慮下さい
 - * 交通費・入場料は自己負担
 - * 雨天中止
 - * 雨天等で中止になった場合は
後日『保土ヶ谷公園ウォーク』を開催予定
- 申込先: 高橋(☎045-514-9044)

