

申込不要

令和8年度

秋の新潟を運動普及推進委員と歩いてみませんか

秋の健康てくてく歩こう会

- ▶ 参加費 100円（保険料）
- ▶ 各コースとも雨天中止
- ▶ 飲み物、タオル、帽子、雨具等は各自でご用意ください。
- ▶ 交通情報は令和8年7月1日現在のもので、変更になる場合がありますので、お出かけ前に自身でご確認ください。
- ▶ 発熱や風邪症状など体調不良の場合は、参加を見合わせてください。



開催日時・コース名	集合・解散時間、場所	歩くコース(行程)	交通情報	代表者 連絡先
10月2日（金） 新潟東区山の下神明宮と 埠頭の散歩	集合時間 9:30 解散時間 11:30 集合場所 中地区 公民館駐車場 (東区古川町4-12)	約4.0km 中地区公民館（出発） → 大山台公園 → 山の下神明宮 → 新日本海フェリー ターミナル → 山辺堀緑地 → 中地区公民館（解散）	バスの場合 (E22空港・松浜線) 新潟駅発 9:02 末広橋着 9:21 自家用車利用の場合 中地区公民館駐車場を ご利用ください。	佐藤 (東支部) ☎ 090 -8027 -2961
10月26日（月） 新津浄化センター見学と 満願寺はさぎ並木	集合時間 9:00 解散時間 12:00 集合場所 JR新津駅 東口ロータリー	約5.5km JR新津駅東口（出発） → 新町大橋 → 新津川遊歩道 → 柿団地 → 新津浄化センター見学 → 満願寺はさぎ並木 → JR新津駅東口（解散）	電車の場合 (JR信越本線馬下行) 新潟駅発 8:29 新津駅着 8:49 (JR信越本線新潟行) 矢代田駅発 8:39 新津駅着 8:46	加藤 (秋葉支部) ☎ 090 -6947 -6150
10月29日（木） 南区旧月潟駅～ 100選コースめぐり 「1/500選・角兵衛獅子 の里 遊歩道」	集合時間 9:45 解散時間 12:00 集合場所 月潟図書館 駐車場脇 (南区月潟1417)	約4.0km 月潟図書館（出発） → 旧月潟駅 (かぼちゃ電車) → 満徳寺 → 月潟類産梨 → 商店街 → 月潟農村 環境改善センター → 月潟図書館（解散）	バスの場合 (B10萬代橋ライン) 新潟駅発 8:22 → 青山着 8:51 (のりかえ) 青山のりば6発 8:55 (W80味方・月潟線) → 月潟着 9:45 自家用車利用の場合 月潟図書館駐車場を ご利用ください。	西野 (南支部) ☎ 090 -5493 -7908

新潟市運動普及推進委員は、市民の健康づくりや介護予防のために、運動を普及啓発するボランティアです。
令和8年4月1日現在、8支部164人で活動中です！

【活動内容】

- ・地域の茶の間等にて介護予防のための体操を支援
- ・各区役所の健康づくり事業への協力
- ・健康づくりに関する研修会の企画・開催
- ・健康てくてく歩こう会の企画・開催
- ・にいがた総おどりまつりで総おどり体操を披露

【運動普及推進委員になるには】

市が開催する「運動ボランティア養成講座（6回コース）」の受講が必要です。

運動普及推進委員については
こちらもご確認ください



新潟市ホームページ



新潟市食育・花育推進キャラクター
まいかちゃん

主催：新潟市運動普及推進協議会 問い合わせ先：新潟市保健所健康増進課 ☎ 025-212-8166