

”春の新潟”を運動普及推進委員 と歩いてみませんか



申込
不要

令和7年度

健康てくてく歩こう会

春コースのご案内

- ▶ 参加費100円(保険料)
- ▶ 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
- ▶ 交通情報は変更になる場合がありますので、お出かけ前にご確認ください。
- ▶ 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。



月/日 (曜)	コース名	集合	解散	歩くコース(行程)	交通情報	代表者 連絡先
4/7 (月)	 江南区 春爛漫 すごぼりの 桜並木を歩く	9:30 JR 亀田駅 東口	11:30 JR 亀田駅 東口	JR亀田駅東口～ 亀田公園～ すごぼりの桜並木～ 中央卸売市場～ JR亀田駅東口 (約6.0km)	▶JR信越本線利用の場合 【行き】 ・新潟駅(発)9:19→亀田駅 (着)9:28 ・新津駅(発)9:18→亀田駅 (着)9:28 	木間 勇 (江南支部) ☎ 090 -9740 -1948
4/10 (木)	 中央区 新潟県立 鳥屋野潟 公園散策 (春・さくらコース)	10:10 新潟県 スポー ツ 公園 列柱廊	12:10 新潟県 スポー ツ 公園 列柱廊	 列柱廊～カナル通り～ 清五郎橋～新堀橋～ 鳥観庵～せせらぎ小道～ いやしの庭園～新堀橋～ 清五郎橋～自然生態園～ カナル通り～列柱廊 (約4.5km)	▶新潟交通バス利用の場合 【行き】 S7スポーツ公園線 ・曾野木ニュータウン行き 新潟駅(発)9:33→スポーツ 公園前(着)9:46 ▶自家用車ご利用の場合、新 潟県スポーツ公園駐車場 (無料)をご利用ください。  	岡本 成子 (中央支部) ☎ 090 -7901 -9932
4/14 (月)	 秋葉区 新津川の 水仙と秋葉 山公園の桜を 楽しむ	9:00 JR 新津駅 東口 広場	12:00 JR 新津駅 東口 広場	 JR新津駅東口広場～ 新津川遊歩道～ 山崎橋～秋葉山公園～ 山崎橋～新津川遊歩道～ 新津図書館～ JR新津駅東口広場 (約5.8km)	▶JR信越本線利用の場合 【行き】 ・新潟駅(発)8:27→新津駅 (着)8:48 ・矢代田駅(発)8:39→新津 駅(着)8:46 ▶自家用車をご利用の場合、 JR新津駅前是有料駐車場の みです  	加藤 正子 (秋葉支部) ☎ 090 -6947 -6150

裏面もあります。

月/日 (曜)	コース名	集合	解散	歩くコース(行程)	交通情報	代表者 連絡先
4/15 (火)	 西蒲区 桃の花咲く 中之口での 水門と中之 口先人館	9:30 中之口 農業 体験 公園	11:30 中之口 農業 体験 公園	中之口農業体験公園～ 針ヶ曾根頭首工～ 両郡橋～ サイクリングロード 六分駅跡～ フラワーロード～ 先人館～ 中之口農業体験公園 (約4.6km)	▶自家用車をご利用ください ▶国道8号線清水交差点から 巻・岩室方面へ5分 または 北陸道巻渦東ICから加茂方 面へ15分 ▶駐車場は中之口農業体験 公園をご利用ください 	和須津 咲子 (西蒲支部) ☎ 090 -2486 -5681
4/18 (金)	 東区 下山地区の 歴史を歩く	9:40 下山 スポー ツセン ター	11:50 下山 スポー ツセン ター	下山スポーツセンター～ 稻荷神社～ 下山ポンプ場～ 津島屋水門～ 下山スポーツセンター (約5.0km)	▶新潟交通バス利用の場合 【行き】 E3河渡線 ・下山スポーツセンター行き 新潟駅(発)8:44→下山ス ポーツセンター(着)9:21 ▶自家用車利用の場合、下 山スポーツセンター駐車場 (無料)をご利用ください  	高橋 章三 (東支部) ☎ 090 -2256 -0376

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

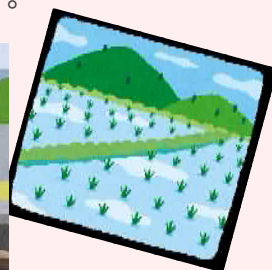
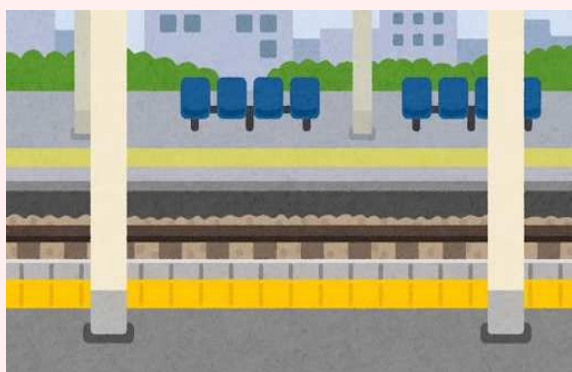
運動普及推進委員は、市民の健康づくりや介護予防のために、運動を普及啓発するボランティアです。
令和7年1月1日現在、8支部157人で活動中です！

【活動内容】

- 地域からの依頼に応じて、高齢者に体操や脳トレ等を支援
- 市、区の健康づくり、介護予防事業に協力
- 春と秋に健康てくてく歩こう会を企画、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。
令和7年度は「北区」と「南区」で実施します。



運動普及推進委員については
こちらをご覧ください。

