

“秋の新潟”を運動普及推進委員と歩いてみませんか



令和7年度

申込
不要

健康てくてく歩こう会

秋コースのご案内

- ▶ 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7年9月1日現在のものです。
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。



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
10/6 (月)	花と遺跡の ふるさと公園と 石油の里	10:00 新潟県 立植物 園前	14:30 新潟県 立植物 園	新潟県立植物園～ 古津八幡山遺跡～ 高巖寺～ 国史跡新津油田金津鋤場跡 C3号井・C87号井～ 里山ビジターセンター～ 新潟県立植物園 (昼食・園地散策) (約7.2km 植物園散策1kmを含む) ※昼食は各自ご用意ください。 ※昼食および植物園園地散策 は希望者のみとします。	▶公共交通機関の場合 (JR信越本線長岡行) 新潟駅発 8:55 新津駅着 9:14 (秋葉区 区バス) 新津駅東口発 9:25 美術館・植物園前着 9:49 ▶自家用車利用の場合 新潟県立植物園の駐車場 をご利用ください。 	加藤 正子 (秋葉支部) ☎090 -6947 -6150
10/9 (木)	旧新潟砂丘地帯 から本所みどりの 田園ラインを 歩いて、 秋の味覚 ブドウ狩りも 楽しむ	9:00 石山第 一公園	12:00 石山第 一公園	石山第一公園～ 平出修生誕の地～ 旧新発田街道～ 東石山コミュニティハウス～ 岡山どんぐり山公園～ 伊藤ブドウ園～ 新潟市庭球場～ 本所みどりの田園ライン～ 東中野山小学校～ 東石山中学校～ 石山第一公園 (約5.5km)	▶公共交通機関の場合 (JR白新線村上行) ①新潟駅発 8:05 東新潟駅着 8:12 ②新潟駅発 8:50 東新潟駅着 8:56 (JR白新線内野行) ①豊栄駅発 8:18 東新潟駅着 8:32 ②新潟駅発 8:42 東新潟駅着 8:54 ※駐車場はありません。 	眞野 孝夫 (東支部) ☎080 -5088 -8599

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
10/16 (木)	南区の旧月潟駅 ～100選コース めぐり～	9:45 月潟図書館 (駐車場脇)	12:00 月潟図書館	月潟図書館～ 旧月潟駅～ 満徳寺～ 月潟の類産ナシ～ 商店街～ 月潟農村環境改善センター～ 月潟図書館 (約4.0km)	▶公共交通機関の場合 (バス 大野・白根線) 新潟駅発 8:12 緑が丘病院前着 9:31 ↓乗り換え (バス 味方・月潟線) 緑が丘病院前発 9:35 月潟着 9:45 ▶自家用車利用の場合 月潟図書館の駐車場 をご利用ください。  	西野 伸治 (南支部) ☎ 090 -5493 -7908
10/30 (木)	寺尾中央公園 ～松林ウオーク・ 海風を受けて～	9:30 寺尾中央公園	11:30 寺尾中央公園	寺尾中央公園～ 入日の森(往復)～ 寺尾中央公園 (約4.5km)	▶公共交通機関の場合 (JR越後線新潟行) 吉田駅発 8:40 寺尾駅着 9:16 (JR越後線内野行) 新潟駅発 8:46 寺尾駅着 9:03 (JR越後線新潟行) 内野駅発 8:51 寺尾駅着 8:57 ▶自家用車利用の場合 寺尾中央公園の駐車場 をご利用ください。  	島田 イチ子 (西支部) ☎ 090 -5585 -0381

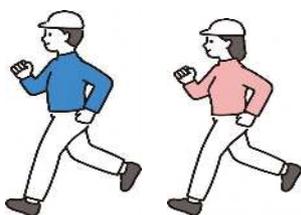
新潟市運動普及推進委員は、市民の健康づくりや介護予防のために、運動を普及啓発するボランティアです。
令和7年4月1日現在、8支部166人で活動中です！

【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。
詳しくは市報にいがたに掲載します。



新潟市運動普及推進委員については
こちらをご確認ください