

「高松市民健康の日」研修会

健康都市 高松

# まちなかウォーキング ～商店街を歩こう～



FUN  
+  
WALK  
PROJECT

FUN+WALK PROJECTとは、歩くことをもっと楽しく、楽しいことを健康的にするスポーツ庁の官民連携プロジェクト

**日時** 令和元年 8月31日(土) 9時～10時30分  
(受付開始 8時30分)

**場所** 丸亀町壱番街前ドーム広場 (丸亀町1-1)

**服装・持参物** 運動しやすい服装と靴、飲み物、タオル (手荷物預り所はありません。)

**内容** ・講義 健康的なからだをつくる歩き方

講師 四国学院大学 片山 昭彦 教授

・アーケードコースをウォーキング (約2km)

※お車でお越しの方は、近隣駐車場をご利用ください。

※午前7時に警報が発令されている場合は中止します。雨天実施。

めざそう!

+1,000歩



【お申込み・お問い合わせ先】★200名程度

高松市保健センター：087-839-2363

主催：高松市・高松市保健委員会連絡協議会

共催：(公財)高松市スポーツ協会、大塚製薬(株)

後援：たかせん(協同組合 日専連高松)