

小さなお子さんと一緒に歩く

ニコニコ親子さんぽ



親子さんぽ集合時間

所要時間

持ち物



午前10時

1時間程度

飲み物、帽子、タオル

- 雨天中止(中止についての問い合わせは当日午前8時30分以降～)
- 電話またはこのチラシに掲載の「多治見市保健センター(LINE)」にてご予約下さい

問い合わせ 多治見市保健センター 平日 TEL 0572-23-5960 当日 TEL 0572-22-1111

日にち(曜日)	5月23日(土)	11月28日(土)
コース名	はるかぜおさんぽ	あきぞらおさんぽ
集合場所	旭ヶ丘運動公園 管理事務所前 (旭ヶ丘10-6)	喜多緑地 管理棟前 (喜多町9)
コースの紹介	新緑と春のそよ風を感じながら一緒に歩こう！ 旭ヶ丘運動公園は自然がいっぱい！うながっぱが描かれた遊具もあるよ♪	紅葉を満喫しながら親子で楽しく歩こう！ おさんぽの最後に、できたばかりの新しい遊具で思いっきり遊べるよ★
ベビーカー	おすすめ度 △ でこぼこ道や、階段を歩くコースです	

親子限定

参加でもらえる！さんぽdeギフト



該当事業に参加し、ポイント3つ獲得で
先着200名に“うながっぱプチギフト”プレゼント！

詳しくはホームページをご参照ください！

該当事業

- 上記の「ニコニコ親子さんぽ」
- 保健センターや児童館などが開催する親子運動あそびに関する事業など
日程等はホームページからご確認ください ※随時更新



さんぽdeギフト



難易度 初級 3/6+



姫川沿い ポールウォーキング

距離(Km) 約4.0Km 所要時間 2時間

集合場所 南姫公民館 大針町283-1

平坦な姫川沿いは短時間で運動効果高められるポールウォーキングに最適。ダイエットにも効果的です。澄んだ空気を吸い、田園風景を満喫ください。

※ポールをお持ちの方は、ご持参ください。

コースの見どころ ●姫川 ●太多線の上下線通過

要予約 難易度 中級 1/9+

予約方法 令和8年 10/1(木)～12/25(金) 定員になり次第終了
予約方法 電話またはオンライン予約 ※このチラシに掲載の「多治見市保健センター(LINE)」から
電話 0572-25-1533 (精華交流センター)

開運・厄除け 五社詣で

距離(Km) 約5.5Km 所要時間 2時間30分

集合場所 精華交流センター 上野町4-23-1

新春初詣で 開運・厄除けを祈願して、市内の神社五ヶ所(白山・多度・佐倉宗吾大明神・新羅・本土)を詣で、一年の無事、健康を祈願して巡るウォーキングです。終了後には、食協協による、あったかい豚汁のふるまいもあります。

共催 精華交流センター
協力 食生活改善推進員協議会

コースの見どころ ●白山神社 ●多度神社 ●佐倉宗吾大明神 ●新羅神社 ●本土神社
以上五ヶ所を巡る欲張りコース

難易度 中級 3/29



サクラの森と 森林浴コース

距離(Km) 約4.1Km 所要時間 1時間40分

集合場所 感謝と挑戦のTYK体育館 大畑町2-150

桜並木の陶彩の径を歩き、新緑の中を森林浴します。途中急な坂道もありますが、天気が良ければ身玉山長命社から絶景が望めます。

コースの見どころ ●陶彩の径の桜 ●サクラの森(宗吾郎桜) ●多度神社の野村作十郎の彫刻 ●多度神社のチャート ●身玉山長命社からの眺望

保健センター公式LINEにて「健康づくり情報」配信中！

健康づくりに役立つ情報や各種イベントなどの情報をお届けします。

こちらの2次元コードもしくはLINE IDで友だち登録！



- ▶LINEアプリの「友だち追加」
- ▶「2次元コード」をスキャン
もしくはLINE ID「@811puwus」を検索
- ▶「多治見市保健センター」を友だち追加



たじみ健康ハッピープラン イメージキャラクター