

すこやかロードを歩こう! inびえい 2026

令和8年5月9日(土)

10:30~12:00

(小雨決行)

参加無料



正しい歩き方で 効果的に健康づくりをしよう!

ウォーキングは誰でも気軽に取り組み、健康づくり・体力づくりができる運動です。正しい歩き方を学ぶことで、効果的に筋肉の維持・増強が望める他、姿勢の改善やケガの予防が期待できます。

健康運動指導士の先生と正しい歩き方を身につけ、みんなですこやかロードを歩いてみませんか?

※記録および広報用として、ウォーキング中の撮影を行います。ご了承ください。
※参加者は傷害保険に一括加入しますが、無理せず安全なウォーキングを心がけましょう。

~対象~

町内外問わず どなたでも
50名程度
(小学生以下は保護者同伴)

~コース~

すこやかロード
四季の橋コース3.8km
(※雨天時はスポーツセンター)

~スケジュール~

10:00 受付開始 (スポーツセンター)
10:30 開会式
ウォーキング講習会
11:00 ウォーキング体験
(すこやかロード)

~講師~

尾崎 萌 氏
(健康運動指導士・
健康運動実践指導士)

~持ち物~

タオル・飲み物
運動できる服装、靴
(※雨天時は上靴)

コース内は日陰が少ない
ため帽子など日差し対策
をお願いします!

参加者特典!

・健幸ポイント100P
・すこやかロード
コースガイド

申し込み：電話・FAX

締切4月30日(木)

電話：0166-92-7000 (美瑛町保健センター)

0166-92-4141 (美瑛町民センター)

F A X：0166-68-7057

※ネットからも申し込みます
右記QRコードから
申し込みください



主催：公益財団法人北海道健康づくり財団・美瑛町



すこやかロードとは

北海道民自らの健康運動を推進するための環境整備の一つとして、身近で気軽に楽しくウォーキングを行うことを目的に、北海道健康づくり財団に認定されるコースです。美瑛町は令和7年に「四季の橋コース」「美沢橋コース」の2つが認定されました。今回は「四季の橋コース」3.8kmを歩きます！

歩いて はかって 貯めて おトク！

「健幸ポイント事業」参加者絶賛募集中です！
健幸ポイント事業の詳細・申し込みはコチラから→



キリトリ

すこやかロードを歩こう inびえい 参加申込書

記入日：令和8年 月 日

①	フリガナ		保護者 <input type="checkbox"/>	性別	男・女
	氏名			生年月日	昭・平・令 年 月 日
	住所	美瑛町	電話番号		
	健幸ポイント事業	参加(予定)している ・ 参加していない			
②	フリガナ		保護者 <input type="checkbox"/>	性別	男・女
	氏名			生年月日	昭・平・令 年 月 日
	住所	美瑛町	電話番号		
	健幸ポイント事業	参加(予定)している ・ 参加していない			

FAX：0166-68-7057 (美瑛町保健センター)