

すこやかロードを 歩こう in るもい



令和6年度「道の駅るもい・船場公園コース」が
「すこやかロード」に認定されました！
金メダリストの阿部雅司さんと一緒に
ノルディックウォーキングに挑戦してみませんか？



イベント詳細

○日時

令和7年9月27日（土）
受付 10:00～
開会式 10:30
終了 12:00（予定）

○集合場所

道の駅るもい 管理棟2階

○対象・定員

留萌および近隣住民 50名
（小学生以下は保護者同伴）

○参加費

無料

○持ち物

飲み物、タオル

※小雨決行のため天候にあわせて、歩きやすい服装でお越しください

ハレハメルオリンピック
金メダリスト

阿部 雅司さん



ノルディックウォーキングとは？
専用のポールを使いながら歩くことで、
通常のウォーキングより高い運動効果が
得られます。ポールは無料で貸出します！

お申込み方法

①お電話の場合

0164-49-6050

（保健医療課 保健指導第2係）

②FAXの場合

0164-49-2822

（裏面の申込み用紙をご利用ください）

9月17日（水）まで
申込み受付中！



留萌市保健医療課 保健指導第2係 行

すこやかロードを歩こうinるもい 参加申込書

9月17日（水）まで 申込み受付中！

	氏名	年齢	住所	電話番号
1				
2				
3				
4				
5				

雨天時など内容に変更があった場合は、ご連絡いたします。
電話番号を必ずご記入ください。

必要事項を記入し、

FAX 0164-49-2822 へ送信してください。

お電話でのお申込みも可能です。

留萌市保健医療課 TEL 0164-49-6050

へご連絡ください。