

第6回中区ウォーク&健康フェスティバル

中区では、区民のみなさまの健康づくりを目的とした「第6回中区ウォーク&健康フェスティバル」を開催します！区内の名所を巡りながらゴールの横浜文化体育館を目指すウォーキングと体育館での楽しい健康イベントを行うフェスティバル。今年はトリコロールマーメイズチアリーディングスクール リトルマーメイズのみなさまがイベントを盛り上げます。

- 1 日時 平成28年11月19日(土) 8:30~13:00
雨天決行 荒天中止
- 2 会場 横浜文化体育館(ウォーキングのゴール地点及び健康フェスティバル会場)
中区不老町2-7
- 3 内容

ウォーキング(8:30~11:00*スタート及びゴール時間はコースで異なります。) *申込み終了

9か所のスタート地点から横浜文化体育館を目指し、中区保健活動推進員の引率により、オリジナルキーホルダー(スウィングー&ガーデンベア)をつけた参加者のみなさまが元気に区内を歩きます。

*各コースの詳細は裏面の通りです。



*中区は2017年に区制90周年を迎えます。

*全国都市緑化よこはまフェアを応援するため、会場の1つである「みなとガーデン」をめぐるウォーキングコースを設定しています。

健康フェスティバル(11:00~13:00) *申込不要。どなたでもご来場いただけます。

◆ステージイベント(11:00~12:00)

11:00頃	みんなで楽しくラジオ体操	日本体操研究所
11:30頃	チアリーディング	トリコロールマーメイズ チアリーディングスクール リトルマーメイズ

◆アリーナイベント(11:30~13:00)

区内等で活躍する団体が「健康」に関するブースを出店します。

骨密度測定、体力測定、5メートルダッシュ、バドミントン体験、食育ブース、冬野菜の保存方法、乳がん啓発、ウォーキングポイント、飯能ウォーキングイベントと秩父観光案内



*中区と飯能市(埼玉県)は友好交流協定を締結しています。

*取材される場合は、直接横浜文化体育館にお越しください。

お問合せ先		
中区福祉保健課長	亀井 直樹	Tel 045-224-8150

裏面あり

ウォーキングコース一覧

番号	コース名	内容	受付時間 集合場所
1	海風を求めて そぞろ歩き！	横浜日の出棧橋～汽車道～赤レンガ倉庫～ 象の鼻パーク～山下臨港線プロムナード～山 下公園・氷川丸前～開港資料館～開港記念会 館～横浜公園～横浜文化体育館 (90分コース)	8:30 受付 9:00 出発 横浜日の出棧橋
2	馬車道からノルディ ックウォーキングを ※ポール貸出あり	みなとみらい線馬車道駅～万国橋～象の鼻パ ーク～日本大通り～横浜公園～横浜文化体育 館 (60分コース)	9:30 受付 10:00 出発 みなとみらい線馬車道駅
3	ぶらり公園めぐり	山田町千歳公園～アメリカ山公園～みなとの 見える丘公園～横浜公園～横浜文化体育館 (100分コース)	9:00 受付 9:15 出発 山田町千歳公園
4	賑わい通りウォーキ ング	JR石川町駅～元町～中華街～横浜市役所前 ～横浜文化体育館 (60分コース)	9:15 受付 9:45 出発 JR石川町駅南口
5	山下公園 みなとみらいコース	山下公園中央噴水前～赤レンガ倉庫～象の 鼻パーク～日本大通り～横浜公園～横浜文化 体育館 (70分コース)	8:30 受付 9:20 出発 山下公園中央噴水前
6	山手イタリア山庭園 散策コース	中本牧コミュニティハウス～麦田トンネルの上・ 桜道橋～山手イタリア山庭園・外交官の家・ブ ラフ18番館～大丸谷坂～元町ひらがな商店街 ～横浜文化体育館 (90分コース)	8:45 受付 9:15 出発 中本牧コミュニティハウス
7	謎解きウォーキング ～「君が代」の作曲 者は？テニスコート は芝・土？～	北方町1丁目会館～妙香寺～山手公園テニス 発祥・ヒマラヤ杉～イタリア山庭園～亀之橋～ かながわ労働プラザ～横浜文化体育館 (90分コース)	8:30 受付 9:00 出発 北方町1丁目会館
8	みなとガーデン散策	中スポーツセンター～港の見える丘公園～山 下公園～大通り公園～横浜文化体育館 (90分コース)	8:30 受付 9:00 出発 中スポーツセンター
9	山手町散歩路コー ス	山元小学校コミュニティハウス～地藏坂上～イ タリア山庭園～汐汲坂～横浜文化体育館 (90分コース)	9:00 受付 9:30 出発 山元小学校コミュニティハウ ス前