



## 高齢者向けウォーキング講座10周年記念！冬も歩いて健幸に！ タッポくん健幸マイレージウォーキングイベントを開催（2/17）

“スポーツ健幸日本一”を掲げる龍ケ崎市では、健康ウォーキング講座\*1の開講10周年を記念し、「タッポくん健幸マイレージ\*2ウォーキングイベント」を平成31年2月17日（日）に龍ケ崎市総合運動公園たつのこフィールドで開催します。



▲ 昨年度同様イベント開催時の様子

当日は、たつのこフィールド（市陸上競技場）、たつのこスタジアム（市野球場）及び龍ヶ岡公園を周遊するウォーキングコース（3キロ、5キロ）を設定。参加者が自由にウォーキングを行います。コース上にはスタンプポイントを設置し、スタンプラリーイベントも開催。お子様連れの参加者でも楽しみながらウォーキングができるよう工夫を凝らしています。

また、メイン会場となるたつのこフィールドでは、ウォーキング教室、介護予防体操教室、血管年齢測定や健康相談ブースを設けるなど“健康”にかかわる様々なブースを出展。様々な「健幸体験」ができます。

その他、子どもが楽しめるコーナーや各種飲食店も出店予定。参加費無料で事前申込不要。

### ※1「健康ウォーキング講座」

市民の「健幸」づくりに向けた取り組みの一環として、65歳以上を対象とした「健康ウォーキング講座」を平成21年度から開催し、今年で10周年を迎えます。講座では、流通経済大学スポーツ科学部の専門的な指導が受けられ、正しい歩き方が学べることから、初回から参加を継続している80代の参加者も。幅広い高齢者が参加する人気の講座です。

### ※2「タッポくん健幸マイレージ」

歩いた歩数などに対してポイントが貯まり、ポイントは商品と交換ができるポイント制度で平成29年12月からスタートしました。現在は、1,000名を超える登録者に利用いただいています。

■日 時	平成31年2月17日（日）（小雨決行・荒天中止） 午前10時から午後3時頃まで（午前9時30分 受付開始）
■場 所	たつのこフィールド（所在地：龍ケ崎市中里2丁目1番地7）
■対象者	龍ケ崎市在住の方（500人程度を予定） ※小学生以下は保護者同伴 ※事前申込不要
■資 料	健幸マイレージウォーキングイベントチラシ（案）

担当課

龍ケ崎市 健康づくり推進部 健幸長寿課 健幸づくり推進グループ  
担当者：鴻巣・鈴木（こうのす・すずき）  
連絡先：0297-63-2376（直通）