



活動量計を持って歩いて、楽しく健康づくり！

川根本町 元気 ウォーク

参加費
無料

参加者募集中!! (先着**50**名様)

運動習慣があまりない方も
気軽に始めやすい健康づくりを始めませんか？

自分のペースで、1日の歩数を増やす取り組みの参加者を募集します。
来年3月末までに、今より**1,000歩多く歩くこと**を目指しましょう！

対象者

65歳以上の川根本町民の方

※医師から運動制限を受けている方は参加できません。

参加条件

- ① 事前事後のアンケート調査に協力できる方
- ② 定期的な歩数データの送信に協力できる方

申込期限

令和7年**11月5日**（水曜日）

申込方法

裏面の申込用紙に必要事項をご記入のうえ
【高齢者福祉課】まで持参、ファックスまたはご郵送ください。



ノルディックウォーク教室や
トレッキングイベントを
順次開催します。

楽しく歩数を増やす習慣づくりを
お手伝いします。



お問合せ
申し込み先

川根本町 高齢者福祉課

〔電話番号〕56-2234 〔FAX〕56-1117

E-mail : koreisha-fukushi@towan.kawanehon.lg.jp

〒428-0313 川根本町上長尾627

★活動量計は無料でお貸します★

身につけて歩くだけで、歩数や消費カロリーを簡単に測れる
活動量計を無料貸与！



定期的な歩数データの送信をお忘れなく！

活動量計を
身につけて
歩いて

できるだけ毎日

定期的な
**データ
送信**

30日間に1回以上

「歩く」ことの習慣化や
イベント参加などで
健康増進

本事業は令和7年度スポーツ庁補助事業補助金を活用して実施しています。



申込書

該当・希望する箇所に☑を入れてください。

フリガナ お名前	(セイ) (姓)	(メイ) (名)	性別	☐ 男性	☐ 女性
			生年月日	昭和	年 月 日
ご住所	〒 - - 町名・番地 アパート・マンション名、部屋番号 川根本町				
電話番号	- -		身長	cm	
メールアドレス	☐ 事務局からのメール配信を希望しない ※不明な方は未記入でも構いません。 @				
ニックネーム	(※アプリ内のランキングなどで表示されます)				

【個人情報の取扱及び同意について】

本事業によって取得した個人情報（以下、「参加者情報」）の取り扱いは、川根本町及び委託先事業者が、個人情報に関する法令及び川根本町個人情報保護条例に従い、本事業の目的以外に参加者情報を利用することはありません。利用目的の範囲内に限り、参加者情報を匿名化し統計処理した情報を外部に公表することがあります。その際、個人が特定されることは一切ありません。上記内容を読み、本事業に参加することに同意したものとします。