

光市記者発表資料

令和4年6月24日

| | |
|-----|--|
| 件名 | みんな t o ウォーキング事業 キックオフウォーキングの実施について |
| 内容 | <p>市では光市健康づくり推進計画「スマイルチャレンジ事業（うごく）」の一環として、いつでも、どこでも取り組むことができるウォーキングを通して、運動習慣づくりの推進を図るために「誘い合ってみんなと歩こう！」をコンセプトとした「みんな t o ウォーキング事業」を実施します。本事業の一環として、キックオフイベントとなる「はじめの一步をみんなで～キックオフウォーキング～」の申込受付を6月27日（月）から開始します。</p> <p>1 イベント名 はじめの一步をみんなで～キックオフウォーキング～</p> <p>2 日時・場所 令和4年7月31日（日）10時～12時 受付開始9時30分～ 市総合体育館 メインアリーナ</p> <p>3 対象 光市在住または通勤・通学されている方で、家族・友人・職場の仲間など2人以上のグループで参加できる人（一人での参加も可）先着400名（参加賞あり）</p> <p>4 内容</p> <ul style="list-style-type: none">・光市ウォーキング大使任命式：元サッカー日本代表・元レノファ山口FC、現在はタレントとして活躍中の「坪井 慶介さん」を大使に任命。・ウォーキング講座：正しいフォームや体のケアなど・みんな d e ウォーキング：楽しいゲームで景品をゲット！・光市ウォーキング大使 t o ウォーキング：光市ウォーキング大使と楽しくウォーキング（屋内）&写真撮影 <p>5 参加費 無料</p> <p>6 申込方法（6月27日9時から申込開始） 申込フォームに必要事項を入力、または健康増進課へ電話（電話は平日9時から17時まで）</p> <p>7 参考 別添「みんな t o ウォーキング事業キックオフウォーキング」チラシ</p> <p>8 その他 みんな t o ウォーキング事業では、8月を「光市ウォーキング促進キャンペーン月間」と位置付けており、8月1日から、みんな t o ウォーキング事業専用SNSやウォーキング愛好者の交流のためのサイトの運用を開始します。 また、9月から11月までの期間に、チーム対抗のウォーキングラリーやウォーキング写真のインスタグラム投稿などのイベントを開催します。</p> |
| 問合せ | <p>担当課 光市福祉保健部健康増進課健康増進係</p> <p>担当者 小熊 紀美恵・富川 晴香</p> <p>電話 0833-74-3007</p> |



あひかり あるか り こ う を

痩せたいなあ…… 運動しよう!

……でも続かないかも

きっと誰かと一緒なら……!

光市では 市民の運動習慣づくりの取り組みとして
いつでもどこでも 気軽に取り組める
「ウォーキング」の実施を推奨しています。
自分1人では続かないかもと感じる人や
はじめるきっかけづくりとして
同じことに取り組む仲間を励まし合いながら
みんなとウォーキングに取り組んでみませんか?

私も
参加します!

一緒に
歩きましょう!



光市

ウォーキング大使

坪井 慶介さん

元サッカー日本代表・元レノファ山口FC

みんなとはじめよう

はじめの一步をみんなで。
キックオフ
ウォーキング

参加者募集

参加賞あり

なかなか歩き始められなかった方、運動を習慣にしたい方、みんなと一緒にウォーキングを始めてみませんか。当日は「ウォーキング講座」や、「楽しいウォーキングゲーム」を実施! 光市ウォーキング大使任命式も行います。友達同士やご家族でぜひお気軽にご参加ください! 1人での参加も大歓迎です。

対象 光市に在住または、通勤・通学されている方

参加
無料

先着
400名

申込開始
6月27日

申込方法



左記の二次元バーコードからアクセスしてお申込みください。



下記連絡先に平日9:00~17:00までの間にお電話ください。

令和4年 **7月31日**
10:00~12:00 光市総合体育館
受付開始9:30~

みんなtoウォーキング事業
チーム対抗編
9月~11月

ウォーキング
ラリー部門
9月実施

2~5人でチームを構成後、1か月間声を掛け合って歩き、平均歩数を競います。上位チーム8組等に豪華賞品あり!

Instagram
投稿部門
10月~11月実施

2~5人でチームを構成後、ウォーキング中の写真をInstagramに投稿して、みんなでウォーキングの輪を広げましょう! 3組に賞品あり!

詳細については、後日市広報や市ホームページなどでお知らせします。お楽しみに!



みんなとつづけよう

主催 光市

協賛



明治安田生命

申込・問合せ先 光市福祉保健部健康増進課(あいばーく光) TEL 0833-74-3007