

春の

# 健康ウォーク

## 参加者募集！！



運動の基本である「歩くこと」は、気軽に来れる有酸素運動であり、生活習慣病の予防や改善、ストレス解消等の効果が期待されます。

日本ウォーキング協会公認ウォーキング指導員に正しいウォーキング方法を学びながら、楽しく「歩くこと」からの健康づくりを始めてみませんか。

- 対象者 組合員及びその家族（被扶養者に限りません。）  
参加費 無料  
定員 40名（最少催行人数10名）  
お申込 共済組合 保健福祉課 健康係まで、直接お電話ください。



092-651-2461

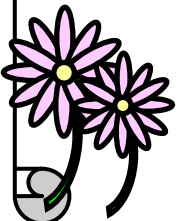
### 5/24(土) 「小郡歴史散策とキリンビール工場ポピー園」

(申込締切5/14)

西鉄小郡駅からキリンビール工場までの約10キロのコースです。  
解散場所は甘木鉄道線高田駅です。

見どころ

- ・小郡官衙遺跡公園や野田宇太郎文学資料館、旧松崎旅籠油屋、大刀洗公園に立ち寄ります。
- ・キリンビール工場ポピー園では、初夏を彩る花として7万平方メートルの花園に1000万本のポピーが色鮮やかな花びらをつけ、花園全体を別世界のように彩ります。



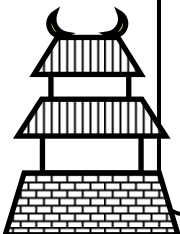
### 5/31(土) 「唐津周遊ウォーク」

(申込締切5/21)

JR唐津駅から唐津市内、唐津城を周回する約10キロのコースです。  
解散場所はJR唐津駅です。

見どころ

- ・うなぎの竹屋（有形文化財）、旧唐津銀行本店、千鳥橋、えびす像、松浦橋、石垣散歩道、旧高取邸、唐津神社、有礼坂、近松寺に立ち寄ります。
- ・虹の松原は三大松原の一つで、松原では唯一特別名勝に指定されています。
- ・唐津城は東西に伸びる松原が両翼を広げた鶴のように見えることから舞鶴城とも呼ばれています。



- ・どちらの回も集合は9:30、解散は14:30を予定していますが、当日の集合場所や注意事項等の詳細については、参加者に別途お知らせします。また、当日の状況によりコースに変更が生じることがあります。
- ・記念品をご用意しています。
- ・昼食は用意していません。軽食（おにぎり2個程度など）をご準備ください。
- ・原則雨天決行です。