

令和6年度  
秋の

# 健康てくてく歩こう会

申込  
不要

秋の新潟を  
運動普及推進委員と歩いてみませんか



1

## 楽しもう濁川公園

東支部(企画)(北支部協力)

10月1日(火)

集合: 9時40分 JR新崎駅北口  
解散: 12時10分 JR新崎駅北口

### 歩くコース:

～つくしの東公園～新井郷川～法淳寺～濁川公園  
(バラ園・日本庭園・修景池ほか) (約 5.0km)

### 交通情報:

JR白新線利用の場合  
新潟駅発 9時15分  
新崎駅着 9時28分



### 代表:

眞野孝夫(東支部) ☎025-277-1893

2

## 南区の観光農園巡り

健脚者向き

南支部(企画)

10月8日(火)

集合: 9時10分 アグリパークわくわく広場  
解散: 12時 アグリパークわくわく広場

### 歩くコース:

～ルーラル・アメニティロード～中村観光果樹園～  
大鷲地区農村公園～白根グレープガーデン  
(約 9.0km)

### アグリパーク住所等:

南区東笠巻新田3044  
☎025-378-3109  
無料駐車場あり



### 代表:

西野伸治(南支部) ☎090-5493-7908

3

## 亀田排水路公園を歩こう

江南支部(企画)

10月22日(火)

集合: 9時40分 JR亀田駅西口  
解散: 11時50分 JR亀田駅西口

### 歩くコース:

～亀田排水路公園 (約 7.0km)

### 交通情報:

JR信越線利用の場合  
新潟駅発 9時19分  
亀田駅着 9時28分



### 代表:

木間勇(江南支部) ☎090-9740-1948

4

## 小須戸の町屋てくてく散歩

秋葉支部(企画)

10月28日(月)

集合: 8時45分 秋葉区役所小須戸出張所  
解散: 11時30分 秋葉区役所小須戸出張所

### 歩くコース:

～町屋ギャラリーー薩摩屋～茂林寺～総合交流拠点  
施設うらら小須戸～内山藤三郎商店 (約 5.0km)

### 秋葉区役所小須戸出張所住所等:

秋葉区小須戸120-5  
☎0250-25-5720  
無料駐車場あり



### 代表:

加藤正子(秋葉支部) ☎090-6947-6150

- ▶ 参加費100円(保険料)
- ▶ 雨天中止
- ▶ 飲み物、昼食、帽子、雨具等は各自ご用意ください。
- ▶ 公共交通機関情報は変更になる場合がありますので、おでかけ前にご確認ください。
- ▶ 発熱や風邪症状など体調不良の場合は参加を見合わせてください。



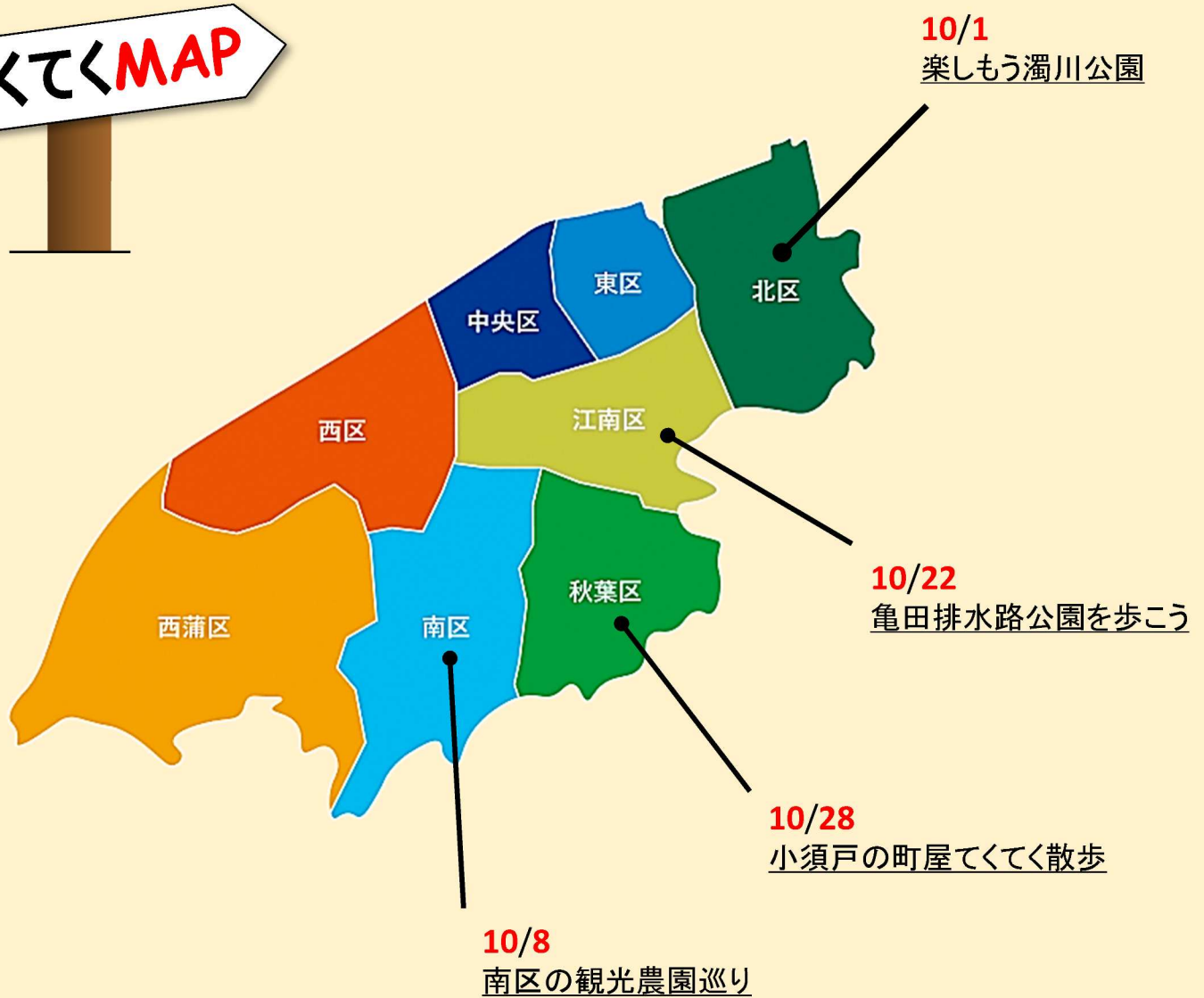
主催:新潟市運動普及推進協議会

問い合わせ:新潟市保健所健康増進課 ☎025-212-8166



運動普及推進委員  
について





## 運動普及推進委員とは

市民の健康づくりや介護予防のために、運動を普及・啓発するボランティアです。

令和6年4月1日現在、8支部157人で活動中です。

## 活動内容

- ・地域からの依頼に応じて、高齢者に体操や脳トレなどを支援
- ・市、区の健康づくり、介護予防事業に協力
- ・春と秋に健康てくてく歩こう会を企画、開催
- ・にいがた総踊りまつりで総踊り体操を披露

## 運動普及推進委員になるには

市が開催する「運動ボランティア養成講座(6回コース)」の受講が必要です。

令和6年度は「東区」と「西蒲区」で実施します。

