

令和2年10月21日

かすかべ健康マイレージスタンプカード対象事業

かすかべの魅力歩きつくそう！
「かすかべウオーク週間」を実施します

10月26日（月）から11月1日（日）までの期間、市のウオーキングマップ「かすかべウオーク」のコースを歩くイベント「かすかべウオーク週間」を実施します。

期間中は、七つあるウオーキングコース中、1コース以上歩くと「埼玉県コバトン健康マイレージのボーナスポイント」を1万ポイントプレゼントする他、「かすかべウオーク週間イベント」も併せて開催し、市民の自主的な健康づくりを応援します。

○かすかべウオーク週間 10月26日（月）～11月1日（日）

○埼玉県コバトン健康マイレージボーナスポイントプレゼント

実施期間：10月26日（月）～11月1日（日） 午前9時～午後5時

場 所：春日部市保健センター（東部地域振興ふれあい拠点施設「ふれあいキューブ」6階）

対 象：埼玉県コバトン健康マイレージに参加している人（市外も可）

持 ち 物：健康マイレージ専用歩数計、または専用アプリを入れているスマートフォン

○かすかべウオーク週間イベント（申し込み制）

1.健康長寿サポーター養成講習とマイレージ登録会

日 時：10月30日（金）

①午前9時30分～午前11時30分 ②午後1時30分～午後3時30分

場 所：春日部市保健センター

内 容：健康長寿サポーター養成講習、健康マイレージの概要説明など

対 象：18歳以上の市内在住者 各回20人

持ち物：健康保険証、筆記用具

2. ウオーキングレッスン

日時：10月31日（土）

①午前9時30分～午前10時15分 ②午前10時45分～午前11時30分

場所：春日部市保健センター

内容：効果的な歩き方、正しい姿勢の歩き方など

対象：18歳以上の市内在住者 各回20人



《問い合わせ先》

健康課健康づくり担当（春日部市保健センター）

担当：井上、篠原

内線 4266