

ひろば通信 11月号



11月になり、木々の葉っぱもきれいに色づき始めました。同時に寒さも厳しくなってくる季節ですので、体調管理もしっかりと気を付けたいですね。

10月は「市民歩こう運動」強化月間ということで、“歩く”ことに関するイベントや展示を行いました。今月のひろば通信は、その様子をレポートしたいと思います(^_^)/

歩こう松本！ 心も体も健康に！



「歩こう松本！パネル展示会」

10月8日（火）～15日（火）まで松本駅東西自由通路でパネル展示を行いました。



市内35地区のウォーキングマップに福祉ひろばなどで行われる予定のウォーキングイベントの情報を合わせて載せたり、通路の床を利用して歩幅の測定ができるコーナーを作ったりと、駅を利用されるみなさんに興味を持ってもらえるような工夫をしました。

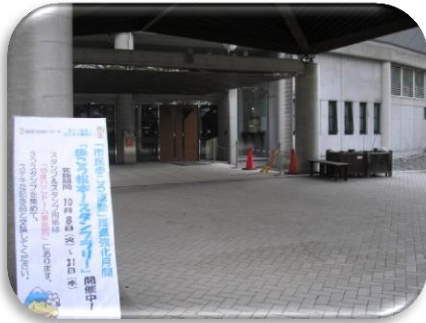


多くのみなさんに
「市民歩こう運動」について
知ってもらうことができました☆

「歩こう松本！スタンプラリー」



10月8日（火）～31日（木）まで信州スカイパークでスタンプラリーが行われました。
信州スカイパーク内に設置されている3か所のチェックポイントをまわってスタンプを集めた
方、先着200名様にステキな参加賞がプレゼントされました☆



3か所のチェックポイントでスタンプを集めていきます!!!



緑が多く気持ちの良いコースは、歩いてみないとわからない穴場スポットがたくさん☆



スタンプを集めて、参加賞をGET!!!



今回の展示やイベントで多くの方に“歩く”ことの魅力や楽しさを感じてもらえたと思います。

松本市では今後も「市民歩こう運動」を推進していきます。みなさんも、ぜひ歩く習慣をつけて心も体も健康になりましょう！

では今月はこの辺で・・・
次回のひろば通信もお楽しみに(^_^)



健康寿命延伸都市・松本