

一般介護予防事業・健幸ポイント対象事業

令和6年  
3/30  
(土)

# 健幸トリップ。 はしま



桜をみながらウォーキングをした後、背割堤さくらまつりを楽しみます。季節を感じながら介護予防を体験してみませんか。

## スケジュール

### 9:30 羽島市民会館に集合

 バスで移動 

### 10:00 ノルディックウォーキング

(国営木曾三川公園桜堤サブセンター)

ポールを使用して、手足を十分に動かして歩きます。  
ポールはこちらで準備します。



### 11:00 背割堤さくらまつり (自由行動)

(国営木曾三川公園桜堤サブセンター)

飲食コーナーや体験コーナー等あります。  
詳しくは、3月号広報をご覧ください。



 バスで移動 

### 12:30 羽島市民会館に到着・解散



※雨天の場合は、一部内容を変更し、羽島市民会館で実施します。

対象者：65歳以上の市内在住者

定員：20名

(申し込み多数の場合は抽選。その場合は、3月18日(月)以降に結果を郵送します。)

申込期限：3月14日(木)

申し込み  
問い合わせ先

羽島市役所高齢福祉課  
058-392-1111 (内線2556)