



令和8年  
3/29  
(日)

# 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

(国営木曽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）

(国営木曽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、羽島市福祉ふれあい会館で実施します。

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。3月16日（月）以降に結果を郵送します。)

申込期限：令和8年3月13日（金）

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）