

ウォーキングチャレンジシップ会員大募集!!

<チャレンジシップとは>

☆ 新型コロナウイルス感染予防のために、家に閉じこもることが増え、気分がスッキリせずにストレスが溜まったり体力が落ちたりしていませんか? そこで

戸外の新鮮な空気のもとで、ストレス解消・気分転換・体力づくり・健康増進・認知症予防等が期待できるウォーキングチャレンジシップを企画しました。 *シップとは⇒精神・意欲のこと

いつでも、だれでも、気軽にマイペースで参加できますので是非会員登録を!!

<特典> 1回のウォーキングで1ポイント、10ポイントごとにティッシュや市のごみ袋進呈。

さらに50・100・200・300ポイントに認定証と景品、500・1000・1500・2000km歩かれた方には称号(ウルトラウォーカー等)と景品を差し上げます。

<ウォーキングコース> 福間南郷づくり認定コース(A~Iの9コース) *他地域に設置予定

*自宅に近いところからコースに入り、一周してください。右回りでも左回りでも構いません。コースが遠い方は、南しょっとセンターに駐車し、センターをスタートすることもできます。(A~D・Fコースはすぐ近くです)

Aコース	福間南地域にある文化財巡りコース	約4.5キロ
Bコース	日蒔野地区にある12の公園(暦)巡りコース	約5.5キロ
Cコース	南地域のメインストリートコース	約5キロ
Dコース	リバーサイド'(上西郷川・西郷川)コース	約4.3キロ
Eコース	サンシャイン(光陽台)コース 1周約1.6 ^キ 3周	約4.8キロ
Fコース	南地域内廻りコース 1周約2.7 ^キ 2周	約5.4キロ
Gコース	竹尾緑地・イオン周回コース 1周約2.6 ^キ	約5.2キロ
Hコース	南地域外廻りコース	約7.2キロ
Iコース	イオンモールインドアコース(1階⇒2階⇒3階⇒2階⇒1階⇒2階⇒3階⇒1階)	約4キロ

<開始月日> 第二次 令和4年4月1日(金)より開始しています。(令和5年3月31日まで)

<会員登録手続き> *随時受付⇒平日9時から16時 (12時~13時除く)

○ 下記申込書に、住所・氏名・電話番号・年齢を記入し、事務局に提出してください。

<申し込み書について>

○ 福間南交流センター(南しょっとセンター)にあります。

<問い合わせ先> 福間南地域郷づくり推進協議会事務局 電話・FAX 0940-72-5138

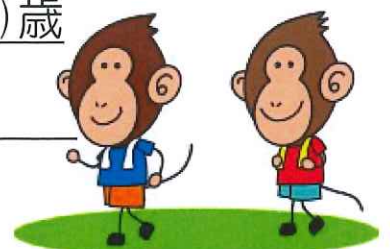


ウォーキングチャレンジシップ申込書

お名前・年齢 _____ () 歳

住 所 _____

電 話 番 号 _____



★ウォーキングチャレンジシップの会員の皆様へ

福間南地域郷づくり推進協議会

チャレンジャーの皆様が、日々ウォーキングに取り組み、ストレス解消・健康増進・体力づくり等に励んでいられることをたいへん嬉しく思っています。

第一次のチャレンジシップは、令和4年3月31日で終了となります。第二次は令和4年4月1日～令和5年3月31日までとします。令和4年4月1日からは0ポイントからのスタートとなりますのでご了承ください。また、カードも新しくなりますので3月中には差し上げます。

<お願い>

- 無理をせず、自分の健康状態に合わせて歩いてください。(十分な水分補給)
- チャレンジャー同士はもとより、子どもやお年寄りの方への声掛けをしてください。
- 未加入の方に積極的に会員加入を勧めてください。(仲間を増やしましょう)
- できるだけウォーキングパトロールの帽子を着帽してください。(無い方は差し上げます)
- 交通事故等に遭わないように十分に気をつけてください。

<令和4年4月1日からの景品と認定証及び称号について>

★景品について

10ポイント⇒ティッシュ5箱・ゴミ袋大3枚・ゴミ袋中5枚の1点とボディーメンテ1本

20～40ポイント⇒ティッシュ5箱・ゴミ袋大3枚・ゴミ袋中5枚の1点

50ポイント⇒ゴミ袋大5枚とボディーメンテ1本

60～90ポイント⇒ゴミ袋大3枚・ゴミ袋中5枚の1点

100・200・300ポイント(300ポイントを上限とする)⇒ゴミ袋大5枚とボディーメンテ1本

500・1000・1500・2000kmの称号授与者⇒ティッシュ5箱とボディーメンテ1本

★ポイントの認定証について⇒次のポイントに達成したら認定証を授与

○ 50ポイント・100ポイント・200ポイント・300ポイント

★称号の認定証について⇒次の歩行距離に達成したら称号の認定証を授与

- 500km⇒ワンダフルウォーカー
- 1000km⇒ウルトラウォーカー
- 1500km⇒ミラクルウォーカー
- 2000km⇒スーパーミラクルウォーカー

