



第4回

参加
無料

健活

ウォーキング

保健センター から みのかも文化の森 を巡る 約2.8km のお手軽コース

開催日時

令和5年10月1日

日

参加受付時間
午後1時～2時

受付場所

保健センター1階

みのかも健康プラザ内
※場所は裏面地図をご覧ください。

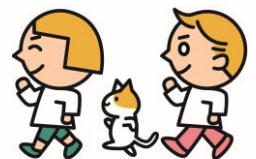
健活お楽しみ企画

- ★ クアの道「逍遙こみちコース」
- ★ ベジチェック
- ★ 血管年齢測定
- ★ 参加記念品プレゼント（数量限定）
- ★ キーワードラリー（数量限定）
コース内でQRコードから9つの文字を集め、
ゴールでキーワードを提示して特典をGET!!

結果を記録できる
「MYM CARD」配布

ビタミンやクエン酸
がとっても豊富な
ローゼルジュース

健康フェスティバル
同時開催!!



健活みのかも〈マイム〉

MYM
by Meiji Yasuda + Minokamo

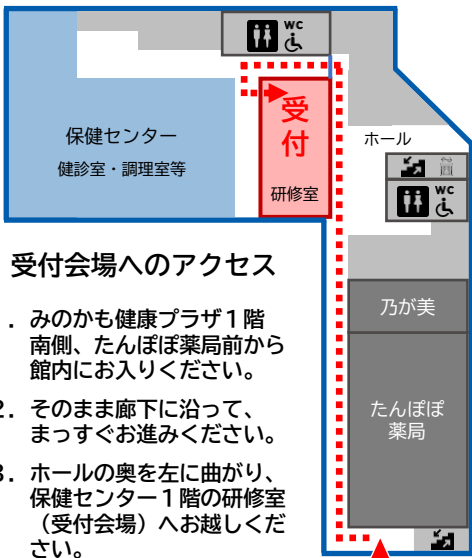
【健活みのかも〈マイム〉】は、美濃加茂市が明治田生命と締結した「健康づくりの推進に関する協定」に基づき、市民の皆さまの健康づくり推進を目的に行う事業の愛称です。また、このイベントは、明治田生命から受領した「GIFU元気プロジェクト助成金」を活用して実施しています。

主催 美濃加茂市

ウォーキング参加者 受付場所のご案内

敷地図

みのかも健康プラザ1階 館内図



受付会場へのアクセス

1. みのかも健康プラザ1階南側、たんぼぼ薬局前から館内にお入りください。
2. そのまま廊下に沿って、まっすぐお進みください。
3. ホールの奥を左に曲がり、保健センター1階の研修室（受付会場）へお越しください。

広域地図（市ホームページ）

みのかも健康プラザへのアクセスは、右のQRコードから市ホームページの「保健センター移転のお知らせ」に掲載されている地図をご覧ください。



参加の前にご一読ください

市公式メール配信サービス
すぐメールみのかも

登録は
ココから



- ・参加申込は必要ありません。当日は、歩きやすい服装、靴でお越しください。（一部未舗装の箇所があります。）
- ・体調不良（発熱、咳、くしゃみ、息苦しさ等）の場合は、参加をお控えください。
- ・歩くコースは「逍遙こみち（文化の森周辺）コース」です。コースマップを受付時にお渡しします。
- ・バジチェックと血管年齢測定は、スタート前、ゴール後のどちらでも受けられます。（協力：明治安田生命）
- ・市の健康づくり事業のため、バジチェック、血管年齢等の測定結果の提供にご協力ください。
- ・スタート前に、準備運動と血圧測定をお願いします。（協力：健康増進施設クラブM、あじさい看護福祉専門学校）
- ・参加受付は、午後1時から2時までとなります。スタート後は、午後3時30分までに受付会場へお戻りください。
- ・参加記念品、キーワードラリー特典は、ゴール後にお渡しします。
- ・新型コロナウイルスの影響や荒天などにより延期・中止となる場合は、市HP及びすぐメールみのかもでご案内します。