

令和 7 年度

マッパウォーキング

ストレッチリーダー（ボランティア）と一緒に、香芝市内をウォーキングしましょう。
楽しくウォーキングし、日ごろの運動不足を解消しましょう！

- ・対 象： 20 歳以上の香芝市民
- ・時 間： 午前9時30分～午前11時30分
- ・定 員： 各日18名
- ・主 催： ストレッチリーダー（ボランティア）
- ・持ち物： お茶などの水分、タオル
- ・服 装： 体操のできる服装、運動靴でご参加ください。
- ・集合場所： 香芝市保健センター

参加費無料

【日程表】

日程	行き先方面
10月24日（金）	旭ヶ丘近隣公園
11月18日（火）	志都美神社・武烈天皇陵

お申込み・お問合せ

香芝市健康衛生課（保健センター内）

電話：77-3965 FAX：77-0939

◆気象状況等によっては、行事を中止することもありますので、市のホームページでご確認
いただくか、健康衛生課までお問い合わせください。