

健康チャレンジポイント事業の対象イベント（4月）

	実施日(曜日) 時間	イベント名	内容	場所	問合せ先 (担当者名・電話番号)
1	4月12日(日) 8:45～11:00	ノルディックウォーキングでまわる「のしろ桜めぐり」	ノルディックウォーキングで市内の桜スポットをウォーキング	市内	能代観光協会 88-8802
2	4月12日(日) 9:00～13:00	春の七座山 フラワートレッキング	きみまち観光ガイドの案内で、春の花を見ながら散策	七座山	二ツ井町観光協会 73-5075
3	4月14日(火) 10:00～11:30	フレイルチェック測定会	体成分分析装置で測定、健康相談実施	本庁舎会議室1	市民保険課 89-2159
4	4月15日(水) 10:00～11:30	フレイルチェック測定会	体成分分析装置で測定、健康相談実施	東部公民館	市民保険課 89-2159
5	4月16日(木) 10:00～12:00	1,2,1,2ウォーキング(公園めぐりコース)	ウォーキング	公園めぐりコース	健康づくり課 58-2838
6	4月19日(日) 8:45～12:00	第22回あきた白神ノルディックウォーキングin能代	風の松原特設コースとノルディックウォーキング	風の松原	能代観光協会 88-8802
7	4月20日(月) 10:00～12:00	1,2,1,2ウォーキング(米代川中川原堤防コース)	ウォーキング	(米代川中川原堤防コース)	健康づくり課 58-2838
8	4月23日(木) 9:30～11:00	きみまち阪「恋文の日」ツアー	きみまち観光ガイドの案内で恋文にまつわる名所を散策後、きみ恋カフェで休憩しながら絵はがきを執筆、恋文ポストへ投函	きみまち阪	二ツ井町観光協会 73-5075
9	4月24日(金) 10:00～12:00	1,2,1,2ウォーキング(桜づつみ公園コース)	屋外ウォーキングの実施	道の駅ふたつ(集合)	市民福祉課 73-5500
10	4月25日(土) 10:00～12:00	桜まつりイベント 無料ガイド	「桜まつりイベント」内で、きみまち観光ガイドが園内を無料案内	きみまち阪	二ツ井町観光協会 73-5075
11	4月26日(日) 9:00～13:00	春の七座山 フラワートレッキング	きみまち観光ガイドの案内で、春の花を見ながら散策	七座山	二ツ井町観光協会 73-5075
12	4月26日(日) 10:00～12:00	桜まつりイベント 無料ガイド	「桜まつりイベント」内で、きみまち観光ガイドが園内を無料案内	きみまち阪	二ツ井町観光協会 73-5075
13	4月28日(火) 10:00～12:00	認知症カフェ(ほっとカフェ)	認知症や予防について交流を通し学びます	能代ふれあいプラザ	長寿いきがい課 89-5355
14	毎週水曜日 10:00～11:30	はつらつ教室	介護予防教室	特養しののめ	長寿いきがい課 89-5355
15	毎週木曜日 9:30～11:30	はつらつ教室	介護予防教室	サンピノ	長寿いきがい課 89-5355
16	毎週木曜日 10:00～11:30	はつらつ教室	介護予防教室	浅内自治会館 南部公民館 東部公民館	長寿いきがい課 89-5355