

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6日(日) 9:00～14:00	春の七座山 フラワート レッキング	春に咲く花を見なが ら歩く	七座山	二ツ井町観光協会 73-5075
2	4月10日(木) 10:00～12:00	1,2,1,2ウオーキング (公園めぐりコース)	屋外ウオーキング	文化会館噴水前 (集合場所)	健康づくり課 58-2838
3	4月13日(日) 8:40～12:00	第21回秋田白神ノル ディックウオーキングin 能代	専用ポールを使い風 の松原をウオーキン グ	風の松原特設 コース	能代観光協会 藤田・88-8802
4	4月15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2	市民保険課 89-2159
5	4月16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	二ツ井公民館	市民保険課 89-2159
6	4月18日(金) 10:00～12:00	1,2,1,2ウオーキング (米代川中川原堤防 コース)	屋外ウオーキング	米代川赤沼公園 (集合場所)	健康づくり課 58-2838
7	4月22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
8	4月24日(木) 10:00～12:00	1, 2, 1, 2ウオーキング きみまち阪公園コース・ 桜つつみ公園コース	屋外ウオーキング	道の駅ふたつい (集合場所)	市民福祉課 73-5500
9	4月26日(土) 10:00～12:00	春のきみまち阪トレッキ ング	桜と梅の同時開花を 見ながら歩く	きみまち阪	二ツ井町観光協会 73-5075
10	4月27日(日) 9:00～13:00	七座山「オオルリ探鳥 会」	オオルリを探しながら 七座山を歩く	七座山	二ツ井町観光協会 73-5075
11	毎週月曜日 10:00～11:30	ゆうあい健康教室	介護予防教室	芝童森住宅集会所	長寿いきがい課 89-5355
12	毎週火曜日 10:00～11:30	ゆうあい健康教室	介護予防教室	未定	長寿いきがい課 89-5355
13	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
14	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
15	毎週木曜日 10:00～11:30	はつらつ教室	介護予防教室	南部公民館 東部公民館 鶴形公民館	長寿いきがい課 89-5355
16	毎週木曜日 10:00～11:30	ゆうあい健康教室	介護予防教室	特養しののめ	長寿いきがい課 89-5355
17	4月26日(土) ～11月3日(月)	道の駅ふたつい プチカヌー	道の駅二ツ井周辺の 米代川でカヌー体験	米代川	二ツ井町観光協会 73-5075
18	4月26日(土) ～11月3日(月)	カヌー2Kmツーリング	道の駅ふたついから 2Km上流からカヌー で川下り	米代川	二ツ井町観光協会 73-5075

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)
19	4月26日(土) ～11月3日(月)	カヌー5Kmツーリング	道の駅ふたついでから 5Km上流からカヌー で川下り	米代川	二ツ井町観光協会 73-5075