

大門から津の  
真ん中4つのコースを  
楽しくウォーキング!!



津市大門大通り商店街



ポイント数に応じて  
素敵な商品と交換  
できます!!

# 「健康づくりウォーキング」 始まりました!

津市大門大通り商店街 街の駅だいまん内の「健康づくり受付所」をスタート&ゴールにして、  
中心市街地4つのコースを楽しくウォーキングしませんか。歩いたコースごとにポイントを差し上げます。

たまったポイント数に応じて、商店街各店の商品と交換できます!

あなたのペースでお取り組みいただき、健康促進にぜひお役立てください。

大門から津の真ん中4つのコースを楽しくウォーキング!!  
ポイントのために「健康」と「商品」を手に入れよう!

津市大門大通り商店街

## 健康づくり手帳



お名前

共同制作  
津市大門大通り商店街振興組合  
津市健康福祉部健康づくり課

お取り組みいただく方に  
津市健康福祉部健康づくり課と  
津市大門大通り商店街振興組合 共同制作

## 「健康づくり手帳」を 無料で差し上げます!

配布場所 / 津市大門大通り商店街振興組合

- ウォーキングコースやポイントを記録したり、  
食事・健康・運動に関する情報がいっぱいです。
- 4つのウォーキングコース

**A** 津なぎさまちコース  
約5km(約80分) **5ポイント**  
歩くともらえるポイント

**B** 津球場公園コース  
約2km(約30分) **2ポイント**  
歩くともらえるポイント

**C** 四天王寺コース  
約3km(約45分) **3ポイント**  
歩くともらえるポイント

**D** お城公園・高山神社コース  
約2km(約30分) **2ポイント**  
歩くともらえるポイント

※裏面をご覧ください ※時間はおおよその目安です



発行・お問い合わせ

津市大門大通り商店街振興組合  
☎059-223-0090

〒514-0027 津市大門24-12 午前10時~午後4時30分(水、日休)

