

今年も
開催!!

歩いて、集めて、もらっちゃおう!

いきいき
ウォーキング
CHALLENGE
WALK

松江・出雲・
浜田・益田に
6コース

2022 9/17 [sat] 10/16 [sun]



参加方法

- 1** まずはアクセス!

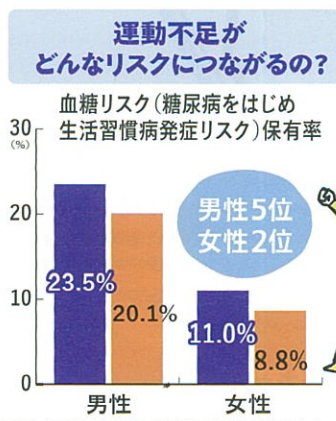
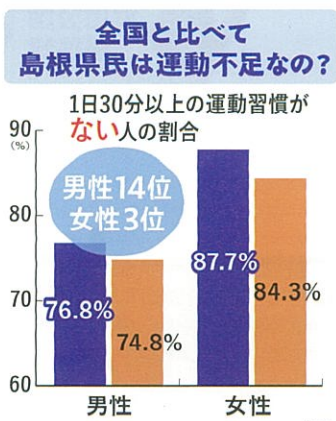
QRコードを読み取り、メールアドレス等での参加登録と事前アンケートに答える!
- 2** コースを選択しスポットへ行く!

地図アプリを確認しながら、スポットへ向かう! 初めての場所でも安心です。
- 3** スタンプを取得する!

スポットについてたらスタンプ取得ボタンを押下し、スタンプを取得する。
- 4** 特典に応募する!

スタンプを集めたら特典の応募をする。
※ 賞品は一例です

島根県民は、
運動習慣が少ない県
ってほんと?



どなたでも、
いつからでも参加できます!
交通ルールを守って
暑さ対策も忘れずに!

YouTube
公式チャンネルにて
ウォーキング動画を
好評配信中!

新型コロナウイルス
対策に関する注意事項
(右記に該当される方のご参加はご遠慮ください。)

- 当日の検温結果が37.5℃以上の発熱がある方、風邪症状等の不調がある方
- 新型コロナウイルス感染症陽性者との濃厚接触がある方
- 同居家族や身近な知人に感染が疑われる場合がある方
- 過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされている国、地域等への渡航ならびに当該在住者との濃厚接触がある方

【お問合わせ先】

全国健康保険協会 島根支部
協会けんぽ
TEL 0852-59-5140

【共催】島根県国民健康保険団体連合会、健康保険組合連合会島根連合会、山陰合同銀行健康保険組合、山陰自動車業健康保険組合 【後援】島根県、松江市、出雲市、浜田市、益田市、島根県保険者協議会、株式会社山陰中央新報社 【協力】島根県立美術館

ウォーキングコースは裏面を!

松江・出雲・浜田・益田の全6コースをご紹介します!

●…スタンプ取得スポット



**松江城
周辺コース**
歩行距離:約2.5km
所要時間:約50分



**宍道湖・袖師
周辺コース**
歩行距離:約5km
所要時間:約100分



**大社周辺
コース**
歩行距離:約4.5km
所要時間:約90分



**浜山公園
周辺コース**
歩行距離:約5km
所要時間:約100分



**石見海浜
公園コース**
歩行距離:約4km
所要時間:約90分



**万葉公園
コース**
歩行距離:約4km
所要時間:約90分

所要時間は目安です。