

2018年度 健康チャレンジ ウォーキング 後半スケジュール(9月~12月) 10:30~11:30に実施します。



**伊坂ダム (伊坂町辺谷 151-2)**

伊坂ダム紹介②  
「ダム」の「茶店」があり、早朝8:30~モーニングサービスがあるみたい。歩いたあとに、「ホッ」と一息ですね。

伊坂ダム紹介①  
伊坂ダム周囲コースは1周約3.6km。景観の美しいコースです。

←9月27日<木>

※少し前に集合場所へお越しください。水筒忘れずに。  
問合せ/059-330-0808 (田村)

12月20日<木> ↓  
いくわ堤防~毘沙門さん

**いくわ堤防 (集合場所・いくわ診療所駐車場: 生桑町1455)**

\*上記場所は、雨天の場合でも、ひまわりにて血圧測定と簡単な体操をします

※最寄りのバス停 三重交通 四高前 毘沙門前

※第4回は、いくわ堤防の周辺木の中でウォーキング予定です。

毘沙門山紹介  
生桑町の生桑山の寺院は「三福寺」といいます。創建年は 天平8年(736年)です。本尊は、四日市に降る。鎌倉時代開山と伝説する逸話です。

11月14日<木> →



**こもの県民の森 (菟野町千草)**

\*ノルディックポールをお持ちの方はご持参ください。

こもの県民の森紹介  
森も驚かすか? 「自然学習展示館」で動物や昆虫の生体展示もあります。ぜひ立ち寄ってください。

**南部丘陵公園**

(集合場所・南部丘陵公園南ゾーン駐車場「梅の花」 箱館式場目印: 日永)

南ゾンの紹介  
「小動物園」を開園しています(無料です)  
新規開設エリアの見晴らしの丘にも足を運んでみてください。

←10月17日(木)