

令和7年度

# 川場村ウォーキング教室

川場村の魅力溢れる景色を

一緒に**歩**きませんか？

正しい歩き方や姿勢についてもお伝えします。



**対象者**：20歳以上の村民

**参加方法**：電話または予約フォームを使用して予約  
※開催日の1週間前までの予約にご協力ください。  
※先着30名です。キャンセルの場合は必ずご連絡ください。

**持ち物等**：動きやすい服装、帽子、飲み物、汗拭き用タオル

**実施内容**

15～20分間

・正しい歩き方や姿勢についての講話

30～40分間

・ストレッチ（ウォーキング前後）  
・村内ウォーキング  
・室内での運動（悪天候の場合）

## 開催日

| 日程            | 時間                    | 場所                   |
|---------------|-----------------------|----------------------|
| 令和7年 5月20日（火） | 14:00～15:30（受付13:30～） | 川場村役場 交流ホール<br>村内コース |
| 令和7年 6月 9日（月） | 14:00～15:30（受付13:30～） |                      |
| 令和7年 6月27日（金） | 10:00～11:30（受付9:30～）  |                      |
| 令和7年 7月30日（水） | 10:00～11:30（受付9:30～）  |                      |
| 令和7年 9月26日（金） | 10:00～11:30（受付9:30～）  |                      |
| 令和7年10月 9日（木） | 10:00～11:30（受付9:30～）  |                      |
| 令和7年10月27日（月） | 14:00～15:30（受付13:30～） |                      |
| 令和7年11月18日（火） | 14:00～15:30（受付13:30～） |                      |
| 令和7年12月18日（木） | 14:00～15:30（受付13:30～） |                      |
| 令和8年 3月11日（水） | 14:00～15:30（受付13:30～） | 群馬パース病院<br>村内コース     |

開催日をお知らせします！  
川場村公式LINE

受信設定で  
「医療・健康・福祉」  
に☑をお願いします。



ウォーキング教室  
予約フォーム



【実施協力】

・群馬パース病院  
・群馬ヤクルト販売株式会社



【担当】

川場村役場 健康福祉課 健康保険係  
電話 25-5074