

足利学び舎観光ロゲイニング

健康増進課・☎24512

11月7日(土)／午前10時～午後4時
市民会館大ホール、ピロティ

定員 先着150人※ファミリーの部は、高校生を除く18歳以上の保護者の同伴が必要。

参加料 1人1,000円(中学生以下は無料)
※足利市こども夢基金の賛同者は1人1,100円。

持ち物 デジカメ(スマホ、携帯電話可)、筆記用具

申込方法 9月1日(火)から10月31日(土)までに『スポーツエントリー』か『ランネット』で申し込み
※1組あたり2～5人のグループ。

問合せ 一般社団法人ポジティブスポーツ振興協会

☎0467・33・5813



スポーツエントリー



ランネット

地図をもとに史跡や名所など、指定されたチェックポイントの写真を撮って得点を競うスポーツです。
※このイベントは新型コロナウイルス感染防止に向けた十分な対策を講じた上で実施します。

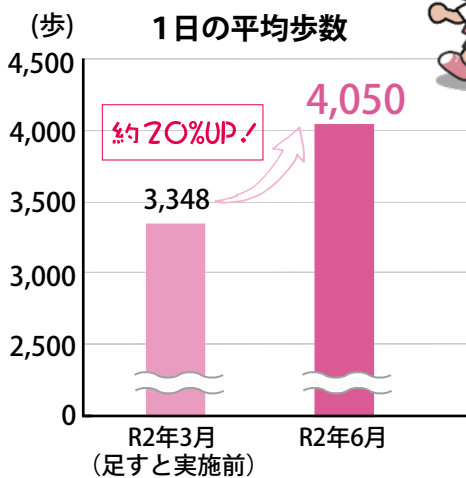
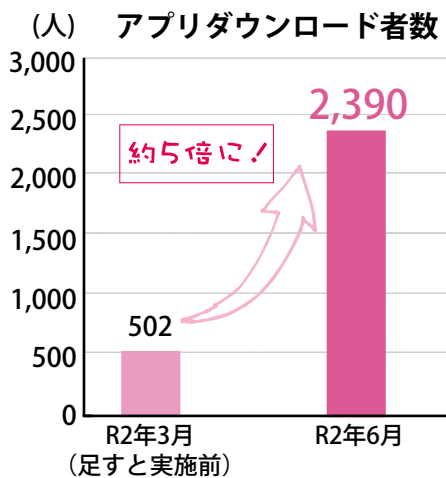


スマホ版健幸
マイレージ



多くの方が

参加しています!



※ FUN+WALK アプリ内の市内利用データを集計。

あし『足すと』に参加すると歩いて貯めたポイントで、市内の小学校に**図書**を寄付できます。また、市内のセブンイレブンでコーヒーなどが**プレゼント**されます。

FUN+WALK

アプリをダウンロードして参加しよう!

Androidの方



Google Play

iPhoneの方



Download on the App Store

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、スポーツ・レクリエーション大会などの行事が中止となり、運動をする機会が減少しています。運動不足を解消するためには、3密を避けられる**ウォーキング**がおすすめです。

足利市ホームページアドレス▶<http://www.city.ashikaga.tochigi.jp> Eメール▶office@city.ashikaga.lg.jp

人口と世帯

8月1日現在 ()は前月比
人口 143,653人 (-155)
男 70,779人 (-82)
女 72,874人 (-73)
世帯数 62,132世帯 (+10)



市ホームページ
QRコード
(スマートフォン対応)

お知らせ

プロモーション動画『ありのままの足利を。』YouTubeで絶賛公開中ぜひご覧ください! ▲QRコード

わたらせテレビ(デジタル111ch)『足利市からのお知らせ』6時15分、12時50分、18時50分、23時40分から各10分間

スマートフォン版健幸マイレージ『足すと』を利用して大分経ちますが、当初は歩数の少なさに驚きました。便利な世の中で暮らせている恩恵と考えば、それが甘えてはいけません、それに甘えてはいけません。自分の健康に返ってきてしまうので、歩数を増やすために少し視点を変えて意識してみること。自分のために流した汗が子どもたちへの本の一部になっている。これは、今までにないモチベーションの向上に繋がっています。(加)

編集後記