

第38回 富山県民歩こう運動推進大会

5月12日(日) 10:00～(受付9:30～) **会場** 富岩運河環水公園

登坂 絵莉さんと歩こう

参加
無料

当日
参加可



【プロフィール】

- 高岡市出身
- 小学3年生のときにレスリングを始める。高岡市立南星中学校を卒業後、至学館高校(愛知県)へ進学。その後、名門至学館大学を卒業。
- 2013年から世界選手権を3連覇
- 2016年リオデジャネイロオリンピックでは、終了間際の逆転で見事金メダルを獲得
- 現在は子育てをしながら、メディアやイベント出演、講演活動など精力的に活動中

プログラム

9:30 受付開始(～10:00まで)

10:00 出発式

◆委員長あいさつ
富山県民歩こう運動推進委員会委員長
富山県知事 新田 八朗

◆ゲスト紹介
登坂 絵莉さん

◆準備運動

◆スタート

10:10～ 管理栄養士による栄養相談コーナー
11:30 普段の食事の栄養バランスを確認してみませんか。

※詳しくは県スポーツ振興課HPでご確認ください。

[富山県スポーツ振興課](#) [検索](#)

参加ご希望の方は4月15日(月)～5月7日(火)までにインターネット(下記)でお申込みください。

申込先二次元コード

ウォーキング



ノルディック
ウォーク(5kmのみ)
(定員50名先着)



〈会場MAP〉



約5kmコース (約75分)
約2kmコース (約30分)

※近隣駐車場は数に限りがありますので、公共交通機関をご利用ください。

お問合せ先

〒930-8501 富山市新総曲輪1-7(富山県 生活環境文化部 スポーツ振興課 地域スポーツ係)
富山県民歩こう運動推進委員会事務局 TEL 076-444-3461 FAX 076-444-4617
(平日9:00～17:00)



歩くことは健康づくりの基本

楽しみながら今より少し長く歩く工夫をしましょう。

ウォーキングの際には、毎日の健康づくりの継続で
ポイントがどんどん貯まる富山県公式スマートフォンアプリ
「元気とやまかがやきウォーク」をぜひご活用ください!



Android



iPhone

安心・安全にウォーキングを楽しもう!

- ①小学生以下の参加は保護者の同伴をお願いします。
- ②水分補給のための飲み物を各自ご持参ください。
- ③天候によっては雨具の準備をお願いします。
- ④荒天時は中止とする場合がありますので、大会の開催については富山県スポーツ振興課HPでご確認ください。
- ⑤当日、体調のすぐれない方は参加を控えてください。
- ⑥ペットを連れての参加はご遠慮ください。
- ⑦マスクの着用は個人の判断が基本になります。

【申込み方法等】

- ・参加希望の方は、表面申込先の二次元コードから申し込みください。
- ・詳しくは、県スポーツ振興課HPでご確認ください。(開催の有無を含む)

お知らせ

食事バランスチェック体験コーナー を開設します!

(公社)富山県栄養士会が食品サンプルを使って、普段の食事の栄養バランスをチェックします。

- ・診断結果や解説のついた結果票をお渡しします。
- ・栄養士が食に関する相談に応じます。
- ・どなたでも参加できます。

