



ふるさと ヘルシー ウォーク



(全2回)

ふるさとの美しい風景を
巡ってみませんか？

1

10/16 木

三和公民館

蚊焼

晴海台

三和公民館

距離：約6.2km

所要時間：95分＋お話

消費カロリー：293kcal

- 雨天中止となります。
- ロードウォークサポーターさんが、ご案内いたします。
- 潮風を浴びるコースと森林浴コースのヘルシーウォーク。
途中、歴史が学べる、村崎先生のお話つき。お楽しみください。

2

10/30 木

三和公民館

サイクリングロード

元宮公園

為石

三和公民館

距離：約 7.85km

所要時間：118分＋お話

消費カロリー：400kcal

1

さんわのお話①

(お話は30分～40分程度になります)



蚊焼漁港にて

2

さんわのお話②



元宮公園にて

※集合・解散場所は、三和
公民館です。
駐車場がご利用できます。



申込締切 9/16

<お申込み>

- ①往復ハガキで三和公民館あて
- ②またはハガキ1枚（通知用）持参で窓口へ
- ③ホームページの申し込みフォームから



村崎 春樹 先生
(長崎史談会元副会長)