健やかさがウォーク in 嬉野

令和8年 **11月14日(土) 8:00～**



場所 **朝日I&Rドーム（嬉野総合運動公園）**

公園内の駐車場には限りがありますので公共交通機関をご利用ください。（祐徳バス嬉野中学校前バス停徒歩5分）

当日はウォーキング前に歩き方のレッスンを行います！

いつまでも元気に歩き続けるため、専門家のレクチャーのもとで日常生活で膝や腰に負担をかけない正しい姿勢・歩行フォームを学び約1.3Kmのウォーキングをするプログラムです。ぜひご参加ください。
住民主体の通いの場の活動も紹介しています。新たな活動の選択肢の一つとして、
通いの場への参加や創出について考えてみませんか。

SUKOYAKA 健やかさがウォーク WALK

いろんなブースをまわって スタンプを集めよう！

豪華景品が当たる抽選会があります!!

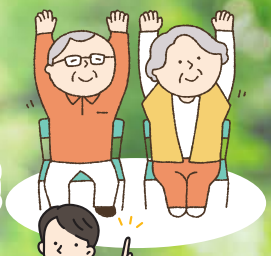




参加賞あり



参加自由



「ステージイベント」
健康づくりに取り入れよう!
100歳体操の実演
※おもりのご持参は不要です。



「各種ブース」
自分の健康をチェック!
健康測定ブース



体験してみよう!みんなで楽しめる
eスポーツ体験コーナー

災害に備えよう!
嬉野市在宅医療介護連携ブース

知って安心!
嬉野市乗合タクシー相談コーナー

「通いの場」
地域のシニアの自主活動
活動紹介コーナー

参加者募集!!
募集締切11/6(金)

みゆき公園を歩く約1.3kmのコース
先着300名募集!
エントリーはこちらから! ▶

当日参加についてはお問合せください

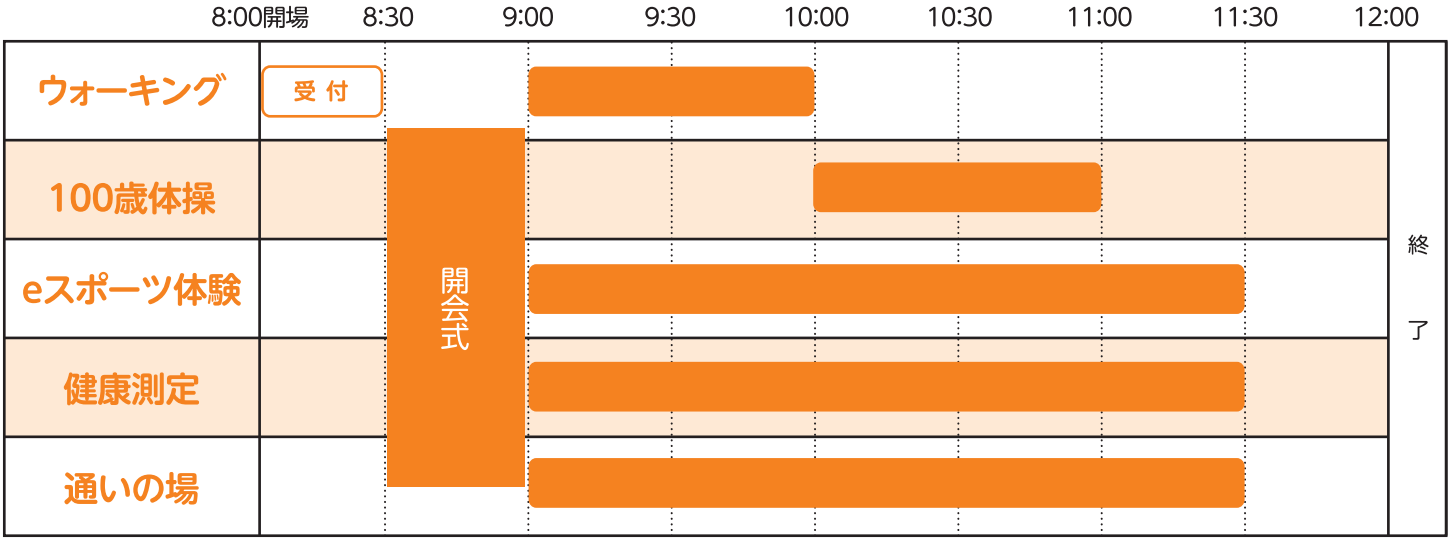
健やかさがいちばん

佐賀県

主 催：佐賀県　共 催：嬉野市
事務局：佐賀新聞社営業局　☎0952-28-2141
（土日祝除く、月～金9時30分～17時30分）

©2026 Saga Prefecture

イベントスケジュール



※ウォーキングに参加されない場合でも、その他のブース等を自由にご体験いただけます。



歩き方レッスン

ウォーキング前に専門家のレクチャーの下、膝や腰に負担をかけない正しい姿勢・歩行フォームが学べるレッスンを行います。



100歳体操

初心者も安心!先生がわかりやすく教えます。筋力をつけ元気に動ける体づくりをしましょう

※今回はおもりのご持参は不要です。

通いの場活動紹介コーナー

嬉野で元気に過ごす仲間作りをしませんか?
楽しく余暇を過ごす「通いの場」活動コーナー設置





健康測定

自分の体を知るチャンス!
健康維持のヒントが見つかります



e-スポーツ体験コーナー

誰もが楽しめる簡単なスポーツゲームにチャレンジ!

会場回遊スタンプラリーで佐賀県産品が当たる!

会場内を回ってスタンプを集めると佐賀県産品などが当たるくじを実施!

次回開催予定

第3回SAGATOCO桜ウォークin吉野ヶ里(3月中旬)

主　催：佐賀県　共 催：嬉野市　事務局：佐賀新聞社営業局　☎0952-28-2141
(土日祝除く、月～金9時30分～17時30分)

©2026 Saga Prefecture