



ふじみん元気・健康ポイント対象事業

いつもの散歩が防犯パトロール！

健康いきいき

ウォーキングパトロール講習会



参加者募集

主催：ふじみ野市

埼玉県ウォーキング協会から講師をお招きして、ウォーキングの基礎と正しい歩行姿勢などを学ぶ講習会を催します。また、当市保健センター職員から健康に関する講話も実施します。健康的にウォーキングを楽しみながら、防犯パトロールをしてみませんか。

「防犯反射タスキ」を身に付けてウォーキングをするだけで防犯効果があります。犯罪を未然に防ぐには、地域で「見せる防犯活動」を行うことが大切です。

ふじみ野市を暮らしやすく、安全で安心な「まち」にしませんか？

日程 令和7年10月4日(土) 午前9時30分～午前11時30分(予定)

(受付開始：9時15分～上野台体育館)

会場 上野台体育館(講習後、市役所周辺のウォーキングを実施)

対象者 市内在住のウォーキングパトロール及び健康維持向上に関心がある人

定員 40人(申込順)

内容 *ふじみ野市の犯罪発生状況、パトロール時の着眼点
*体の変化を味方に～筋肉量を増やすためにできること～
*ウォーキングの効用や魅力と基礎(正しい歩行姿勢)

講師 高橋 雍昌 氏(埼玉県ウォーキング協会)

申込方法 9月5日(金)から10月3日(金)までに電話にて申込み

受付時間 市役所開庁時間内(平日8:30～17:15)

その他/服装：動きやすい服装、紐付き運動靴、

紐付き体育館シューズ

申込・問い合わせ先/危機管理防災課

電話262-9052



配付物：受講者には、見せる防犯に役立つ「防犯反射タスキ」をプレゼント！