

# 柴田町ノルディックウォーキング サークル

ノルディックウォーキングは、ポールが体重の一部を支える為、足腰への負担が軽く、正しい姿勢で歩く事ができます。

柴田町では介護予防の一環として、ノルディックウォーキングに取り組んでおり、現在7つのサークルが元気に活動をしています。  
興味のある方は、体験から始めてみませんか！



## ① さくらウォークス

代表者：相原 健一  
結成日：平成21年4月  
活動日：毎週土曜日6時～(約1時間)  
10時～の2コース  
活動場所：舘山コース等  
会費：2,000円/年  
会員数：15名

## ② ノルディックウォーキング サークル柴田

代表者：大場 美紀子  
結成日：平成21年5月  
活動日：第1・3・5月曜日10時～11時半  
第2・4水曜日10時～11時半  
活動場所：槻木、船岡、岩沼等  
会費：1,000円/年  
会員数：20名

## ③ あいの会

代表者：相澤 勝治  
結成日：平成23年6月  
活動日：毎週金曜日9時半～12時  
活動場所：白石川土手、太陽の村、  
舘山公園等  
会費：250円/月  
会員数：17名

## ④ 縦の木ウォーキング

代表者：安藤 邦男  
結成日：平成26年6月  
活動日：毎週月曜日  
9時20分～11時20分  
活動場所：主に町内  
会費：無し  
会員数：16名

## ⑤ あおぞらウォーキング

代表者：松本 徹  
結成日：令和3年11月  
活動日：毎週火曜日9時半～  
活動場所：舘山公園、太陽の村等  
会費：無し  
会員数：11名

## ⑥ 木よう会

代表者：柳井 義子  
結成日：令和5年1月  
活動日：毎週木曜日9時半～  
活動場所：地域福祉センター付近  
会費：無し  
会員数：14名

## ⑦ SunDayウォーキング

代表者：大宮 章  
結成日：令和5年11月  
活動日：毎週日曜日9時半～  
活動場所：西船迫4丁目5号公園等  
会費：無し  
会員数：12名

## 【事務局】

柴田町地域包括支援センター

〒989-1606 柴田町船岡字中島68

TEL86-3340 FAX86-3341