

第44回



ぎふ健康ウォーク

事前申込必要 (参加無料)



今年も開催「ぎふ健康ウォーク」!
家族や友人と、秋も深まる金華山で
ウォーキングを楽しもう!

完歩者には豪華賞品が当たる
抽選会もありますよ。

お楽しみ抽選会

協賛社提供の各種景品を
プレゼント!

日時 11/3 水祝

【受付】8:30~10:20
受付完了後、各自スタート。※開会式、一斉スタートは行いません。

集合場所 岐阜公園噴水前

小雨決行。荒天の場合は6日に延期。

●開催の有無は、当日午前6時59分、午前7時59分頃に
ぎふチャン・ラジオ(AM1431kHz、FM90.4MHz)で
お知らせします。

参加資格

お子さまからシニアの方まで、どなたでもご参加いただけます。
ただし、小学生以下の参加は保護者の同行が必要です。
マスク着用。

参加方法

- 右のQRリンクをスマートフォンで読み取るか、バスマーケットで「第44回ぎふ健康ウォーク」と検索し当イベント詳細ページへアクセスください。
<https://passmarket.yahoo.co.jp/event/show/detail/020n7j6yr4x11.html>
- ご希望のスタート時刻をお選びの上、参加人数分(最大10枚まで)のチケットをお申込みください。(スタート時刻の早い遅いによって景品の内容が変更することはございません。)

参加申込みはこちら!



ウォーキング、お楽しみ
抽選会へのご参加には
事前申込が必要ですよ。
(先着順、上限600名)

参加者へのお願い

新型コロナウイルス感染症対策の一環として、下記項目へのご協力をお願い致します。

◆当日の朝は自宅で検温してください。以下に該当する場合は、参加を見合わせてください。

- ・37.5度以上だった場合。
- ・体調がよくないとき(例:発熱、咳、咽頭痛、味覚・嗅覚障害などの症状があるとき)。
- ・同居家族や身近な知人に、感染症が疑われる方がいる場合。
- ・過去14日以内に政府から入国制限、入国後の観察期間を必要とされる国、地域への渡航または当該在住者との濃厚接触がある場合。



◆万全な体調管理をしましょう。

- ・ウォーキング前後の体調の変化等にご留意ください。
- ・参加受付時の検温にご協力ください。
- ・少しでも体調の異変を感じたときは、参加をご遠慮ください。



◆感染予防のための基本的な対策は各自で実践!

- ・マスクを正しく着用する。
※マスクを着用して運動すると、十分な呼吸ができない・体温を下げにくく熱中症になりやすくなるなど、人体に影響を及ぼしますので、息苦しいときなどはすぐにマスクを外すなど、決して無理はしないでください。
- ・※受付・休憩などで、人と会話するときはマスクを着用しましょう。
- ・人と十分な距離を確保する。
※他の参加者やスタッフとの距離を2m(最低1m)確保しましょう。
- ・※前を歩く人の呼吸による影響を避けるため、可能なら並走、または斜め後方に位置をとりましょう。
- ・※運動強度が上がると呼吸も荒くなりますので、普段より距離を空けるようにしましょう。
- ・※休憩や昼食時においても「三つの密」を避けましょう。
- ・※会話は控えめにしましょう。特に大きな声での会話は、ご遠慮ください。
- ・※会話が必要などには、マスクを着用しましょう。
- ・休憩時などには、手洗い・手指消毒の実施。
- ・タオルの共有はやめましょう。



健康ウォーク コース図



●登山に適した服装で

ウォーキング・登山に適した服装(長ズボン、速乾性のシャツ、防寒靴、運動靴やトレッキング用シューズ)でご参加ください。

●ルールを守って楽しく完歩

山道では、ふざけあつたりすると危険です。石をころがしたり、コースをはずれたりしないようお互いに注意しましょう。また、自然の動植物を大切に、ゴミは必ず持ち帰りましょう。

●車での来場はご遠慮ください

参加者用の駐車場の用意はありませんので、公共交通機関でお越しください。

※雨具、帽子、水筒、健康保険証等は必要に応じて各自お持ちください。



主催 / 岐阜新聞社、岐阜放送

後援 / 岐阜市、岐阜市教育委員会、岐阜県ウォーキング協会、岐阜市レクリエーション協会、日本ボーイスカウト岐阜県連盟、岐阜観光索道株式会社

特別協賛 / **岐阜信用金庫** 協賛 / 操健康クリニック、アピ、浪速製菓、岐阜乗合自動車、第一生命、飛騨牛銘柄推進協議会、大熊青果 (順不同)

(お問い合わせ) 岐阜新聞社営業局 ☎058-264-1158 (平日9:00~17:00)

※スマートフォンをお持ちでない方は、こちらのお電話でお申し込みの受付をいたします。

graphic design office
K-wings
岐阜市秋津町8(クニサマゼル4F)
TEL:058-213-0090

美術工芸各種看板LEDサイン
展示装飾
あらゆる看板の企画施工
株式会社 さとら
本社 岐阜市西二丁目五〇番
電話:058-217-1877
岐阜市若宮町一六番
電話:058-265-1810

一生涯のパートナー
第一生命
Dai-ichi Life Group
支社長 田中 秀幸
岐阜市 金宝町一三
電話:058-263-7755

5G対応
大日本警備保障 会社
代表取締役 河野 秀明
本社/瑞穂市本町一〇四四一三
電話:058-337-5773
URL: <http://www.dainihonkeibi.co.jp>

自然の味、健康の味
おかげさまで創業94年
浪速製菓株式会社
本社 岐阜市 津井 二四三三四
TEL:058-241-4000

世紀を越えて
自然の恵みをあなたのチカラに
蜂產品・健康補助食品・
医薬品の総合メーカー
アピ株式会社
代表取締役社長 野々原 孝彦
本社 〒500-8558 岐阜市加納町1-1
TEL:058-271-3838
工場/岐阜市加納町1-1(伊豆薬品
東海川・ネクス・スタージ(NIS)・本業・本荘
電話:058-263-7755

一般社団法人
生命保険協会
岐阜県協会
会長 山本 一 浩
岐阜市 金町四丁目三〇番地
電話:058-264-1231

岐阜商工会議所
会頭 村瀬 幸雄
岐阜市 神田町二丁目二番地
電話:058-264-1231



(順不同)

内科・循環器内科・消化器内科・呼吸器内科・婦人科
人間ドック 病児保育・運動療法 入院応需
操健康クリニック
〒500-8384 岐阜市藪田南1丁目4-20
TEL(代表)058-274-0330 URL: <http://www.docmisao.jp/>

肩こり・腰痛・生理痛
冷え・むくみ・etc...
初回60分
感謝価格
3,000円
ウェルネス健美整体院
岐阜市光明町3-3-2木之本アイリス1階
☎058-253-7500(10時~21時)

今こそ、暮らしをたのしく
住宅ローンのご案内
住宅の購入 住宅のリフォーム 住宅ローンの借換
お客さまのご希望に沿ったご提案をいたします
お借入可能額、金利等をご提案させていただきます...
事前審査申込書をご提出ください。
申込書は岐阜信用金庫各支店および下記センターに常備しております。
まずはお気軽にお問い合わせください。
令和3年7月1日現在

住宅ローンのご相談は、以下のマネーコンサルティングセンターへご来店ください。
マネーコンサルティングセンター

	名称	電話番号	営業時間	休業日
岐阜地区	六条	058-277-5721	【平日】 9:00~15:00 【土日祝】 10:00~18:00	12/31~1/3 水曜日※ 12/31~1/3
	芥見	058-243-1551		
	北方	058-323-8422	【平日】 9:00~15:00	土日祝日 12/31~1/3
	多治見	0572-23-2211		
愛知地区	北江南	0587-54-5433	【平日】 9:00~15:00 【土日祝】 10:00~18:00	水曜日※ 12/31~1/3
	守山	052-794-4511		
	八田	052-352-6411	【平日】 9:00~15:00	土日祝日 12/31~1/3
	一宮	0586-24-5611		

※祝日と重なる場合は営業いたします。

さらしい明日をつくる
岐阜信用金庫 ぎふしんダイレクト 住宅ローンセンター 0120-116-919
受付時間 全日(年末年始を除く) 10:00~17:00