

南区ウォーキングマップ完成！

～9月29日(火)から配布開始！～



ユニバーサルデザインに配慮し、子どもからお年寄りまでが見やすく、歩きたいコースが満載の「南区ウォーキングマップ」を発行します。スポーツの秋、マップを手にとってウォーキングに出掛けませんか？9月29日(火)から南保健センター、南区役所、各まちづくりセンターで配布します。

特徴① 区内全10地区14コース！

お住まいの近くでウォーキングを楽しんでもらえるよう、全地区からコースをピックアップ！

特徴② 所要時間が一目でわかる！

コースごとの所要時間や距離、歩数、消費カロリーなどが一目瞭然！



特徴③ 遊び場・休憩場所などを記載！

水遊びできる場所や公園、トイレなどには地図上に目印を付けています。



特徴④ 区民が作製に参加！

今回のマップは、地域のウォーキンググループの皆さんが作製に参加。実際に歩いて確認し、コースを選定しました。また、デザインは札幌市立大学デザイン学部が担当しました。

特徴⑤ 見どころ情報満載！

コース周辺の見どころを写真付きで紹介。豆知識も満載で、つい寄り道したくなります。



▲歩こう会コスモス 田中善徳さん

インタビュー 作製に参加した「歩こう会コスモス」の田中さんに聞いてみました。

◆マップづくりに参加した感想

マップがだんだん形になるにつれて実感がわいてきて、参加してよかったと思いました。違うサークルの人と交流できたのもうれしかったです。

◆おすすめのコースは？

豊平川のコースや真駒内公園のコースは、自然を感じながら歩くことが

きて、好きですね。ほかにも、歴史を感じながら歩くことができるコースもありますよ。

◆南区民の皆さまへ一言

ぜひマップを参考に、全コースをチャレンジしてみてください。短いコースもあるので、それぞれの体力に合わせて楽しめると思います。

南区ウォーキングマップ完成記念ウォーキング大会

南区ウォーキングマップの完成を記念してウォーキング大会を行います。マップに掲載のエドウィン・ダン記念公園から石山緑地までの往復5.4kmのコースです。川のせせらぎを聞きながら、秋の風を感じて歩きませんか？参加者の方には同マップをお渡しします。

定員・費用 50人(先着順)。無料。 **申込方法** 9月11日(金)から電話で下記へ。

申込・詳細 健康・子ども課健やか推進係 ☎581-5211

9/29(火)開催！
午前9時30分
～正午

👉 9月30日(水)には「健康まつり」も開催されます。詳細は南区版5ページをご覧ください

