

参加無料

健康になりたい方！仲間づくりがしたい方！

必見

ウォーキングサポーター養成講座

ノルディックウォーキングを広める「サポーター」になって一緒に小樽のまちで活躍しませんか

講師 北海道大学名誉教授 川初清典 氏
小樽商科大学教授 中川喜直 氏

専門の講師から歩き方を学べます！

募集期間 7月14日（月）～9月12日（金）

対象

- ・小樽市に在住又は通勤・通学する18歳以上の方
- ・全日程を受講できる方

定員

20名程度



申し込み方法

Step 1

下記のA、Bコースのどちらかを選ぶ



Step 2

QRコードまたはお電話で申込み

☎小樽市保健所
0134-22-3110



日程

Aコース

Bコース

日時	場所
9月26日(金) 13:30～16:00	長橋なえぼ公園
10月10日(金) 13:30～15:30	小樽市保健所講堂
10月24日(金) 13:30～16:00	小樽市保健所講堂

日時	場所
10月3日(金) 13:30～16:00	小樽市保健所講堂
10月17日(金) 13:30～15:30	長橋なえぼ公園
10月24日(金) 13:30～16:00	小樽市保健所講堂

※両日程ともに場所は変更となる可能性があります。



お申込み・お問合せ

小樽市保健所「ウォーキングサポーター養成講座」担当
TEL：0134-22-3110

