

昨年参加された方も、
市外の方も、チャレンジ
できます！

川沿いのコースは、
魚や鳥、花などを
眺められるので
歩くのが
楽しいです。

市内コース内には
緑が多く
気持ちよく
歩けました。



ラストチャンス！

第5弾！！

歩くるめマップ を使って

歩こう！キャンペーン

期間：令和6年 5月15日～令和7年 3月31日

キャンペーン参加方法

step 1

『全域版』の
マップを
入手しよう



折りたたむと
ポケットサイズに
なります



市ホームページ

step 2

ウォーキングコースを
歩いてみよう



step 3

記録しよう

『全域版』
ウラ面



step 4

健康課へGo!!

プレゼント その1

コース別の缶バッジ



さらに

プレゼント その2

『ウォーキング記入欄』
3箇所全て記入された方に
フワフワのスポーツタオル

無くなり次第終了

マップ
入手場所

わくわく健康プラザ・市役所・図書館・各地域センター・各地区センター・スポーツセンター・生涯学習センターなど

お問い合わせ：東久留米市健康課 滝山4-3-14 わくわく健康プラザ内 ☎042-477-0022