

第21回 WHO世界健康ウォーク開催要綱

1、日程

日時:2023年11月19日(日)10時~12時30分

場所:糸満平和祈念公園

集合場所:式典広場

参加目標:100名

コース:Aコース(5km)

Bコース(3km)

2、目的

- ①1998年にWHO(世界保健機関)が、健康で豊かな高齢社会をめざし、「地球を包む健康ウォーク」をしようと呼びかけて始まったものです。
- ②医療生協の理念として掲げている“健康づくり”の一大イベントとして実践します。
- ③健康ウォークを通して、組合員の交流と親睦を深め、今後の医療生協活動の発展につなげます。

3、当日日程

- 10:00~ 受付
- 10:30~ 開会挨拶
- 10:35~ 準備体操
- 10:45~ 出発
整理体操
- 12:30~ 閉会挨拶
- 12:45~ 解散(バス出発まで、自由時間)
- 13:30~ バス出発

※軽食なども、バス出発までの自由時間に

※Bコース参加者は出発までの間、セーフティーウォーキング・ノルディックウォーキング学習を行う。

4、参加費:500円(バス利用者のみ)

5、バス(送迎車)配置

◎次の7コースです。

■小型バス3台、□マイクロバス2台、*ハイエース1台 ※普通車1台

■石川・与勝・具志川北コース(バス25名まで)

○行き 琉映前(8:10)→うるま市役所前(8:30)→祈念公園駐車場(9:50)

○帰り 祈念公園駐車場(13:30)→うるま市役所前(14:50)→琉映前(15:10)

■具志川南コース(バス 25名まで)

- 行き うるま市役所前(8:30)→祈念公園駐車場(9:50)
- 帰り 祈念公園駐車場(13:30)→うるま市役所前(14:50)

*与那原・西原コース(ハイエース 9 名まで)

- 行き 食彩酒楽あずまや前(8:15)→ローソンシーサイド与那原店前(8:35)→
祈念公園駐車場(9:50)
- 帰り 記念公園駐車場(13:30)→ローソンシーサイド与那原店前(14:15)→
食彩酒楽あずまや前(14:35)

■那覇コース(バス25名まで)

- 行き 首里駅前(8:15)→南部医療センター前(8:30)→コープ国場店(8:45)→
祈念公園駐車場(9:50)
- 帰り 祈念公園駐車場(13:30)→コープ国場店(14:35)→南部医療センター前(14:55)→
首里駅前(15:10)

□小禄・南風原コース(バス19名まで)

- 行き 黄金森運動公園(8:20)→小禄ジャスコ前(9:00)→祈念公園駐車場(9:40)
- 帰り 祈念公園駐車場(13:30)→小禄ジャスコ前(14:10)→黄金森運動公園(14:50)

□豊見城コース(バス 20 名まで)

- 行き 豊見城高校前(8:30)→嘉数入口バス停前(8:45)→祈念公園駐車場(9:40)
- 帰り 祈念公園駐車場(13:30)→嘉数入口バス停前(14:25)→豊見城高校前(14:40)

※北部コース(普通車4名まで)

- 行き やんばる協同クリニック前(7:50)→祈念公園駐車場(9:40)
- 帰り 祈念公園駐車場(13:30)→やんばる協同クリニック前(15:20)

6、その他

- ①当日朝、検温と体調チェックをおこない、発熱などの症状がある場合は参加できません。
- ②雨や気温の低下もありますので、防寒対策を各自で準備をお願いします。
- ③マスク着用(苦しくなるようであれば、外しても良い)
- ④飲食物は各自で準備をお願いします。
※バス利用者は軽食時間がありますので、各自で準備をお願いします。
- ⑤軽食時は分散・黙食の協力をお願いします。

7、注意事項

- マスクを外す時は、周囲の人との距離をとってください。
- ウォーキング中に、お手洗いに行く場合は近くの要員へ声かけをお願いします。
- 送迎バスを利用する皆様は、換気等の感染対策にご協力ください。