



らく〜に 楽しく、健康づくり

らく楽ウォーキング

令和8年4月〜令和9年3月

※ 6月〜8月はお休みします。

- 毎月1回、全9回開催予定
- 市内各地、また市外へも足を延ばし開催していく予定です。
- 季節ごとに変わっていく郷の四季を肌で感じてみましょう！



若宮公民館では令和8年度もウォーキング教室を開催します。1人では続かないウォーキングも、みんなと一緒に、いろんな場所なら、きっと楽しい！

只今、教室生募集中です。参加希望の方は、若宮公民館までお申し込みください。

詳しくは裏面をご覧ください

主催:若宮公民館

令和8年度 若宮公民館 らく楽ウォーキング 実施要綱

目的	みんなで楽しく、景色を楽しみながら無理なく歩くことによって、健康維持・ストレス軽減などの健康づくりとともに、運動習慣を身につける。	
内容	毎回コースを変えて、5km程のウォーキングを行います。	
対象	若宮地区在住の成人の方、および若宮公民館自主学习教室の参加者。	
日程 および コース (予定)	① 4月2日(木) 予備日:4月3日(金)	若宮公民館 発・着 桜のお花見ウォーキング(行先は未定です)
	② 5月19日(火) 予備日:5月21日(木)	貸切バス 名勝ウォーキング(行先は未定です)
	6月~8月は活動なし	
	③ 9月15日(火) 予備日:9月17日(木)	スクールバスで往復 蜂の巣公園・下釜ダムの散策
	④ 10月20日(火) 予備日:10月22日(木)	スクールバスで往復 上津江フィッシングパークの散策
	⑤ 11月17日(火) 予備日:11月19日(木)	若宮公民館 発・着 紅葉ウォーク(行先は未定です)
	⑥ 12月15日(火) 予備日:12月17日(木)	復路はスクールバス利用 若宮公民館 ⇒ 吹上神社
	⑦ 1月19日(火) 予備日:1月21日(木)	復路はスクールバス利用 若宮公民館 ⇒ 月隈公園・永山城跡
	⑧ 2月18日(木) 予備日:2月19日(金)	復路はスクールバス利用 若宮公民館 ⇒ せんらく温泉 ⇒ 玖珠川河川敷
	⑨ 3月16日(火) 予備日:3月18日(木)	若宮公民館 発・着 若宮公民館 ⇒ 豆田(雑祭り見学) ⇒ 若宮公民館
時間	午前9時 ~ 正午(②は終日)	
募集人数	20名(定員になり次第締め切りとします)	
参加費	年会費1,000円、また②の活動は別途参加費を集めます。	
申込方法	本紙下部の参加申込書に年会費を添えて、公民館事務室へ提出してください。	
その他	<ul style="list-style-type: none"> 活動中の事故等については、公民館総合保障制度の範囲内で対応します。 活動中の写真・動画等を公民館だより、および公民館のホームページに掲載させていただきます。 	

【お問合せ・お申し込み】 日田市若宮公民館 ☎/FAX 23-9850

きりとり

令和8年 月 日

令和8年度 らく楽ウォーキング 参加申込書

氏名	住所(番地まで記入願います)	性別	電話番号
(ヨミガナ)	日田市	男・女	
(ヨミガナ)	日田市	男・女	