



カレークイズ de ウォーキング

～歩くことから始める健幸づくり～

2023年**3月3日(金)** 13:00～15:00

- 参加費** 無料
- 定員** 30名
(要事前申込み・先着順)
- 会場** イオンモール旭川西
1階 グリーンコート

講師 鈴木 美千代 氏
(MI AILES/ウォーキングスタイリスト)



イベント内容

- ✓ 講習会「楽しいウォーキングで健康に」
- ✓ 講師による歩き方チェック
- ✓ 靴の選び方ミニ講座
- ✓ クイズに挑戦しながらウォーキング体験

参加特典

旭川産のお米
大雪山見て育ったの
ななつぼしプレゼント



※写真はイメージです
「大雪山見て育ったの ななつぼし」は
市内4 JAの統一ブランド米です。
令和4年産から旭川産米にリニューアル
しました。

同時開催 血管に自信ありますか???

✓ **血管年齢測定会**

協賛 日本生命 , 旭川米生産流通協議会

協力 イオンモール旭川西

お問合せ・申込み

旭川市保健所 健康推進課 ☎ (0166)25-6315

あさひかわ健康まつり実行委員会