

【藤沢市内の主な年間イベント予定（2018年3月～2018年5月）】

イベント名	開催予定日	開催場所
第35回 湘南江の島 春まつり	3月10日(土)～3月11日(日)	江の島ほか
藤沢・江の島宝探し「エノシマトレジャー」	2月10日(土)～3月31日(土)	江の島エリア、長後エリア
湘南ふじさわの四季(16) 六会・善行の春	3月18日(日)	★藤沢本町－六会日大前
引地川と大庭城址公園の桜	4月2日(月)	★六会日大前－藤沢駅
遠藤竹炭祭	4月15日(日)	遠藤健康の森
春季開山忌	4月21日(土)～24日(火)	遊行寺
宮原レンゲの里まつり	4月下旬～5月上旬	宮原(目久尻川大昭橋下流付近)
新緑の天獄院参道の苔	5月22日(火)	★藤沢駅－藤沢駅

※開催場所・開催日は変更または中止となる場合があります。詳しくは藤沢市観光協会ホームページおよびチラシ等をご覧ください。★湘南ふじさわウォーキング協会開催のイベントです。ホームページなどをご覧ください。


ご存知ですか？ 健康づくり ウォーキングマップ ふじさわ

「気軽にウォーキングを始めたいけれど、きっかけがない」と思っている方へ

健康づくり普及推進団体「健康ふじさわ」(市民ボランティア)が作成した、ウォーキングの効果や健康管理、おすすめのコースを掲載した「健康づくりウォーキングマップふじさわ」をぜひご活用ください。



ウォーキングマップふじさわは13地区13冊。各冊子では、【距離】2.5Km～6.6Km【所要時間】40分から110分程度のコースを、それぞれ5コースずつ紹介しています。

 各冊子ではウォーキングの知識も掲載

1. ウォーキングの効果(生活習慣病の予防など)
2. Let's ウォーキング(準備から終了まで)
3. 楽しく安全に歩くために(歩き方のポイント)
4. ウォーキングアップとクールダウン

各市民センター・公民館、市役所本庁舎1階、保健所・南保健センター1階などに配架しています。

マップ「活気づく教育文化のまち明治」で紹介されている「小笠原東陽・御霊神社コース」をご紹介します。

距離：5110m
時間：約70分



小笠原東陽・耕余塾をたずね、引地川遊歩道のけやき林等で森林浴が楽しめることでしょう。

明治市民センター・公民館スタート ⇒
小笠原東陽の墓 ⇒ 耕余(余)塾跡 ⇒



上村橋 ⇒ 引地橋 ⇒ おしゃれ地蔵 ⇒ 御霊神社 ⇒
明治市民センター・公民館ゴール

発行 藤沢市地域包括ケアシステム推進室
TEL: 0466-25-1111(内線) 3281
認定NPO法人湘南ふじさわシニアネット
TEL: 0466-52-5577