

参加者  
募集！

# 健幸まるこウォーキング

上田市健康づくりチャレンジポイント対象



〜芽吹き美し 歴史を刻む鹿教湯温泉  
名所を巡り 健康づくり〜



信州上田鹿教湯温泉



## 『鹿教湯名所めぐりウォーキング』

鹿教湯温泉の名所 月見堂、展望台などのスタンプを集めながら  
鹿教湯温泉街を眼下に見おろせるウォーキングコースです。

日 時：**5 月 19 日 (土) 9:30~11:30**

集合場所：鹿教湯交流センター 【受付 9:15~】  
(雨天時は、鹿教湯交流センターにて軽運動を行ないます)

対 象：どなたでも (小学生以下は保護者の同伴をお願い致します)

参加費：無料

申込方法：上田市鹿教湯健康センター  
クアハウスかけゆまで 電話または来館  
☎0268-44-2131 (上田市鹿教湯温泉 1293)

申込締切：5月 14日 (月)

持ち物：タオル・水分補給用飲料・帽子など  
ウォーキングに必要な物 (雨天時は、室内運動靴)

