



このウォーキングは
ふれあいを目的にしています。

高島ふれあいウォーキング実行委員会
岡山市立高島公民館
岡山市保健所 中区保健センター

第29回高島ふれあいウォーキング

高島の自然や景色を楽しみながら、ゆっくり歩いてみませんか。
幼児から高齢者まで、自分に合ったコースを選んで、参加できます。

- 1 日 時 令和7年11月9日(日)
8:45集合・受付 9:00開会 9:15コースごとに順次出発
全ての終了予定時刻 12:30頃(閉会式はコースごと)
※帰着後には高島学区婦人会の皆様による豚汁を用意しています。
※終了予定時刻は前後することがあります。
- 2 集合場所 高島公民館(岡山市中区国府市場99-5)
- 3 コース 裏面のコース図を参照してください。
○一般コース(約4.6km)
※中学生は一般コースを歩きます。
※小学生以下で一般コースを歩く場合は保護者同伴をお願いします。
○こどもコース(約3.5km)
※小学3年生以下は保護者同伴をお願いします。
○ひよこ&元気の出る会(車いす)コース(約2.6km)
※ひよこコースは、三輪車不可、ベビーカー可
※短い距離がご希望の一般(大人)の方は、このコースへ参加ください。
- 4 雨天時 ○雨天でも、どのコースも「集合・受付」時刻に合わせて来てください。
・一般コースの希望者は歩きます(雨具を用意してください)。帰着後に豚汁を喫食します。それ以外の方は、参加賞を受け取り、豚汁を喫食してください。
・こども、ひよこコースは公民館でレクリエーションをし、その後豚汁を喫食します。
・元気の出る会は参加賞を受け取り、豚汁を喫食します。
- 5 申し込み 参加申込書に必要事項を記入して、下記のいずれかにお申し込みください。
(☆印がついている団体は、団体ごとに集約します)。
高島公民館 ☆婦人会 ☆老人クラブ ☆おやこクラブ ☆元気の出る会
☆高島小学校 } 担任の先生に提出されたものをPTAが集約します。
☆高島中学校
×切 10月17日(金)
- 6 問合せ 岡山市立高島公民館
TEL(086)275-1341/FAX(086)207-6132
- 7 注意事項
(1) 天候により、雨具の用意をして参加してください。
(2) ハチ対策のため、白っぽい服、帽子を着用してください。
(3) 水筒・タオル等は、各自でご用意ください。
(4) 小学生3年以下(一般コースの小学生以下)は、保護者同伴でご参加ください。お子さまの体調を含めて安全確認は、保護者でお願いします。
(5) 参加賞としてジュースを配ります。また、帰着後に豚汁をふるまいます。食物アレルギーへの対応はできませんのでお知り置きください。
(6) イベント保険は加入していますが、公民館の行き帰りは各自の責任でお願いします。
(7) 当日公民館の駐車スペースは、ほぼございません。車でのご来場は、ご遠慮ください。
(8) 歩行にサポートが必要な方は元気の出る会コースにお申し込みください。

第29回 高島ふれあいウォーキング 参加申込書

団体名を ○で囲んで ください		☆婦人会 ☆老人クラブ ☆元気の出る会 ☆おやこクラブ ☆高島小(P T A) ☆高島中(P T A) ・町内会 ・その他	
ふりがな 氏 名	年代	住 所 電話番号	参加コースを ○で囲んで ください
	・大人 ・中学生 () 年 ・小学生 () 年 ・幼児 () 才		・一般 ・ひよこ & 元気の出る会 ・こども ・楽々
	・大人 ・中学生 () 年 ・小学生 () 年 ・幼児 () 才		・一般 ・ひよこ & 元気の出る会 ・こども ・楽々
	・大人 ・中学生 () 年 ・小学生 () 年 ・幼児 () 才		・一般 ・ひよこ & 元気の出る会 ・こども ・楽々
	・大人 ・中学生 () 年 ・小学生 () 年 ・幼児 () 才		・一般 ・ひよこ & 元気の出る会 ・こども ・楽々
	・大人 ・中学生 () 年 ・小学生 () 年 ・幼児 () 才		・一般 ・ひよこ & 元気の出る会 ・こども ・楽々
	・大人 ・中学生 () 年 ・小学生 () 年 ・幼児 () 才		・一般 ・ひよこ & 元気の出る会 ・こども ・楽々
	・大人 ・中学生 () 年 ・小学生 () 年 ・幼児 () 才		・一般 ・ひよこ & 元気の出る会 ・こども ・楽々
	・大人 ・中学生 () 年 ・小学生 () 年 ・幼児 () 才		・一般 ・ひよこ & 元気の出る会 ・こども ・楽々
	・大人 ・中学生 () 年 ・小学生 () 年 ・幼児 () 才		・一般 ・ひよこ & 元気の出る会 ・こども ・楽々
	・大人 ・中学生 () 年 ・小学生 () 年 ・幼児 () 才		・一般 ・ひよこ & 元気の出る会 ・こども ・楽々

忘れないで!

令和7年度 高島ふれあいウォーキングコース 図

