

★ ウォーキンググループの紹介 ★

平成31年4月1日現在

ウォーキンググループへの参加を希望される方は、各問い合わせ先へご連絡ください。
 ※ふれあい保健センターでは、火曜日～金曜日に相談をお受けしています。不在のこともありますので、確認してからお出かけください。

◆中市民健康センター管内 中市民健康センター：岐阜市都通2-19 Tel.252-0632

地区	ウォーキンググループ名	集合場所・日時	平均参加者	雰囲気・コースなど	問い合わせ先
金華	金華ウォーキンググループ	岐阜公園噴水前 毎週(土・日) 午前6時30分集合	8人	ラジオ体操の後、「歩きましょう」の声かけがあり、岐阜公園周辺を各自歩きます。	中ふれあい保健係 岐阜市都通2-19 Tel.252-0632
京町	京町ウォーキンググループ	メディアコスモス 毎週(金) 午前9時集合 〔8月はお休み〕	8人	京町公民館から京町地区周辺を歩いています。	
明德	明德ウォーキンググループ	明德公民館 毎週(火) 午前9時集合	13人	明德公民館から明德地区周辺を歩いています。	
徹明	徹明ウォーキンググループ	徹明公民館 毎週(金) 午前9時集合	13人	徹明公民館から徹明地区周辺を歩いています。	
梅林	梅林ウォーキンググループ	梅林公民館 毎週(金) 午後1時集合 〔夏季はお休み〕	10人	梅林公民館から梅林公園内を歩いています。	
白山	白山ウォーキンググループ	白山公民館 毎週(木) 午前9時集合 〔夏季・冬季はお休み〕	10人	白山公民館から白山地区周辺を歩いています。	
華陽	華陽ウォーキンググループ	華陽公民館 毎週(木) 午前9時集合 〔季節により集合の変更あり〕	6人	華陽公民館から華陽地区周辺を歩いています。	
本郷	本郷ウォーキンググループ	本郷公民館 毎月第4(土) 午前9時集合	10人	本郷公民館から毎月コースを変えて歩きます。	長森ふれあい保健センター 岐阜市前色1-2-1 Tel.249-0457
日野	ひめこうほね	日野公民館 毎週(火・金) 午前8時30分集合	10人	日野公民館から20～30分程度歩いています。	
長森南	長森南ウォーキングクラブ	長森南公民館 毎週(火) 午前9時集合 〔夏季は午前8時30分集合〕	12人	長森南公民館から、ウォーキングマップコースを1時間ほど歩いています。	
長森東	長森東ウォーキングクラブ	長森東公民館 毎週(火・木) 午前8時15分集合	10人	長森東公民館から野一色公園まで歩き、2～3周して50分程度歩いています。	日光ふれあい保健センター 岐阜市日光町9-1-3 Tel.210-1011
島	島ウォーキンググループ	島公民館 毎週(金) 午前9時集合 〔8月はお休み〕	5人	島公民館から島地区周辺を歩いています。	
早田	早田ウォーキンググループ	早田公民館 毎週(金) 午前9時集合	10人	早田公民館からメモリアルセンター内を、1時間程度歩いています。	
城西	城西ウォーキンググループ	城西公民館 毎週(水) 午前9時集合	10人	城西公民館から城西地区周辺を楽しみながら40分程度歩いています。	日光4地区 日光ウォーキンググループ
日光4地区	日光ウォーキンググループ	日光コミセン 毎週(木) 午前9時集合 〔8月はお休み〕	20人	コミセンから日光地区を1時間ほど歩いています。日によってコースが変わります。	
岩	岩滝老人クラブ ウォーキンググループ	岩滝公民館 毎週(金) 午前9時集合 ※第1・第3金曜はコミバスを利用するため 集合時間・場所の変更あり 〔夏季は午前8時30分集合〕	10人	岩滝公民館から、伊吹の滝周辺まで歩いています。	東部ふれあい保健センター 岐阜市芥見4-80 Tel.241-8866
芥見東 芥見南	芥見東・芥見南 ウォーキンググループ	芥見東公民館 毎週(月) 午前9時集合 〔夏季は午前8時30分集合〕	10人	芥見東公民館から大洞の光輪公園まで歩いています。	

◆南市民健康センター管内 南市民健康センター：岐阜市甚部荦野1-75-2 Tel. 271-8010

地 区	ウォーキンググループ名	集合場所・日時	平均参加者	雰囲気・コースなど	問い合わせ先
三 里	三里ウォーキンググループ	宇佐公民館 毎日 午後4時集合 〔夏季は 午後5時集合〕	4人	宇佐公民館から県美術館、柳森公園、神明神社を通る約2.5kmのコースを30～40分程度、会話や景色を楽しみながら歩きます。	市橋ふれあい保健センター
市 橋	市橋健康ふれあいウォーク会	市橋公民館 毎週（火） 午前9時集合 〔夏季は午前8時30分集合〕	5人	市橋公民館からふれあい福寿会館や県庁をめざして、休憩を入れて1時間程度歩いています。	岐阜市市橋 6-13-25 Tel.268-6501
鏡 島	鏡島ウォーキンググループ	鏡島公民館（鏡島小学校プール西側） 毎週（木） 午前9時出発	5人	鏡島公民館から長良川の堤防のサイクリングロードを45分程度歩いています。	
加納東	加納東健康ウォーキング	加納東公民館 毎週（金） 午前9時集合	20人	ラジオ体操し加納東公民館から加納城址公園まで歩きます。個人のペースで歩くことができます。	
加納西	加納西健康ウォーキング	加納西公民館 毎週（月・木） 午前9時集合	20人	加納西公民館から加納城址公園まで往復コースを45分程度歩いています。	南部ふれあい保健センター
甚 部	甚部カラオケウォーキング	甚部公民館 毎週（木） 午前9時集合	20人	歌謡曲合唱・ラジオ体操の後、新荒田川堤防沿いコースを約45分程度歩いています。	岐阜市加納城南通 1-20 Tel.268-6688
厚 見	厚見健康ウォーク	厚見公民館 毎週（水） 午前9時集合 〔夏季は休み〕	50人	毎回違うコースを楽しみ、50分程度歩いています。参加者のうち4割が男性です。	
南部地区	さわやか会 （さわやか運動教室 OB）	加納城址公園 毎週（水） 午前10時集合 変更あり	6人	毎回、コースを選択し、楽しみながら歩いています。H9年から続く息の長い活動です。	
鶺 鴒	鶺鴒ウォーキンググループ	南部スポーツセンター 毎週（火） 午前9時集合 〔7月～8月は午前8時集合〕	10人	南部スポーツセンターから南鶺・境川緑道公園周辺を1時間程度歩いています。	柳津ふれあい保健センター
日置江	日置江ウォーキンググループ	日置江公民館 毎週（月） 午前9時集合	10人	日置江公民館を出発し、4コースを季節に合わせて選び歩いています。	岐阜市柳津町 下佐波西1-15 Tel.279-3650
柳 津	柳津ウォーキンググループ	境川緑道公園 不定期	5人	境川緑道公園周辺を、季節の変化に合わせて歩いています。	

◆北市民健康センター管内 北市民健康センター：岐阜市長良東2-140 Tel. 232-7681

地 区	ウォーキンググループ名	集合場所・日時	平均参加者	雰囲気・コースなど	問い合わせ先
長 良 長良東	長良・長良東 ウォーキンググループ	長良公園(南西入口付近、銀杏の木の下) 毎週（月・水・金） 午前9時集合	10人	長良公園の四季の花を眺めながら3周歩いています。	
長良西	長良西ウォーキングクラブ	メモリアルセンター マラソングート前 毎週（月・水・金） 午前9時集合	10人	メモリアルセンター内のジョギングコースを約2.5km歩いています。	北部ふれあい保健センター
鷺 山	鷺山ウォーキンググループ	メモリアルセンター 正門前 毎週（月・水・金） 午前9時集合	25人	メモリアルセンター内のジョギングコースを約40分歩いています。季節ごとにお花見に出かけます。	岐阜市八代 1-11-13 Tel.210-1501
常 磐	常磐ウォーキンググループ	常磐公民館 第4（金） 午前8時30分集合	15人	常磐公民館から鳥羽川沿いを互調橋までの道のりを約40分歩いています。	
岩野田北	あるこまい会	粟野西6丁目水防倉庫 毎月第2・4（水） 午前9時30分集合 〔不定期にお休みあり〕	7人	鳥羽川周りを約5km歩いています。	
木 田	木田ウォーキングクラブ	木田公民館 毎週（水） 午前9時集合 〔夏季はお休みあり〕	10人	木田公民館周辺ののどかな田園地域を歩いています。	
黒 野	黒野ウォーキングクラブ	黒野会館 毎週（金） 午前9時集合 〔7～9月は午前8時30分集合〕	12人	黒野地区の無理なく歩けるコースを選んで歩いています。	西部ふれあい保健センター
方 県	方県ウォーキングフレンズ	方県公民館 毎週（月） 午前9時集合 〔7～8月はお休み〕	8人	四季折々の変化を楽しみながら歩いています。	岐阜市下鶴飼 1-105 Tel.293-4058
西 郷	西郷ウォーキングクラブ	八王子神社 毎週（金） 午前9時集合	14人	板屋川の堤防が主なコース。河畔の季節の変化を楽しみながら歩いています。	
七 郷	七郷歩く会	七郷公民館 毎週（火・金） 午前9時集合	8人	田園風景を眺めながら住宅街を通り抜けるコースを歩いています。	
合 渡	合渡ウォーキングクラブ	合渡公民館 毎週（月・水・金） 午前8時30分集合 〔8月はお休み〕	10人	田園の中や堤防を歩いています。	
藍 川	スマートウェルネスあいか わ ウォーキンググループ	藍川公民館 第1・3（月） 午前9時30分集合 〔1・2・7・8月はお休み〕	12人	あいかわ健幸づくりウォーキングマップのコースを中心に、約1時間歩いています。	北東部ふれあい保健センター
三輪南	笑がおウォーキンググループ	北東部コミュニティセンター 第1・3（金） 午前9時30分集合 〔8月はお休み〕	7人	四季折々の景色を見ながら、三輪南地域の神社を参拝し、1時間程度歩いています。	岐阜市福富迎田 6-1 Tel.229-0577
三輪北	ウォーキングの会	三輪北公民館 奇数週（木） 午前9時30分集合 〔8月はお休み〕	4人	自然豊かな三輪北地区の景色を楽しみながら、歩いています。	