

# 山野いきいきウォーキング のご案内

- ◆日時 平成25年6月2日(日) 8:30～15:30 (雨天中止)
- ◆集合場所 弘前大学大学院保健学研究科 正面玄関
- ◆参加費 1000円(当日集めさせていただきます)
- ◆対象 40歳以上、2時間程度の歩行運動が可能な方  
先着30名

※高血圧、呼吸や心臓の病気、足腰、関節の炎症等の  
基礎疾患がある方は主治医の許可をご確認願います

## ◆場所

黒森山ウォーキングセンター(黒石市)

\* 当日は大学が手配したバスで移動  
します(片道1時間程度)

\* 看護学生もサポーターとして参加します

参加を希望される方は、下記まで  
ご連絡をお願いいたします。  
受付は5月15日(水)12時まで

## 【申込・問合せ先】

弘前大学大学院保健学研究科

☎ 0172-39-5924 担当 北島

✉ kitajima@cc.hirosaki-u.ac.jp