

<報道発表資料>

令和 8 年 1 月 2 2 日

京都市西京区役所健康長寿推進課

西京区健康づくりサポーター西京竹サポと歩く

「第 1 4 回西京健康づくりウォーキング」の開催

西京区では、運動習慣のきっかけをつくり、身体活動量を増やして生活習慣病の予防を図ることで、区民の皆様の健康寿命を延ばすことを目指しています。

この度、「第 14 回西京健康づくりウォーキング」を開催します。

地域の健康づくりを応援しているボランティア「西京区健康づくりサポーター西京竹サポ」と一緒に、桂川沿いや桂離宮（庭園外側）等を巡るコースを楽しく歩きます。

- 日時 令和 8 年 3 月 4 日(水) 午前 9 時 3 0 分～正午頃（午前 9 時 1 5 分受付開始）
- 集合場所 西京区役所東庁舎 5 階 会議室
（〒615-8522 京都市西京区上桂森下町 25-1）
- コース 桂離宮コース（約 5.5 km）
西京区役所～桂川沿い～桂離宮（庭園外側）～下桂御霊神社～西京区役所
※雨天時は室内でできる体操などを行います。
- 対象 区内在住で、医師から運動制限をされていない方
未舗装路や坂の歩行に不安のない方
- 定員 30 名
- 参加費 無料
- 申込 2 月 2 4 日（火）午前 9 時から
西京区役所保健福祉センター健康長寿推進課へ電話（075-381-7643）でお申込みください。

<お問合せ先>

西京区役所保健福祉センター 健康長寿推進課

電話：075-381-7643



西京区マスコットキャラクター
「にしきょう・たけによん」