

健康福祉部健幸まちづくり推進室

コロナに負けない体づくりを全庁で応援 多摩センターのウォーキングコースに楽しく歩ける工夫をしました！

1 趣旨

多摩市は「ウォーカブル推進都市」の趣旨に賛同し、全国の都市とともに取り組みを推進しているところです。

この度、健康推進課（健康づくり推進員）が作成したウォーキングマップ（多摩センターコース・永山コース・聖蹟桜ヶ丘コース）のうち「多摩センターコースマップ」を活用し、本市の財産である魅力ある道路、公園等を歩きたくなるしかけづくりを、健康推進課、道路交通課、公園緑地課、健幸まちづくり推進室の4課及び下水道課が連携して完成させました。

新型コロナウイルス感染症の影響で、長引く外出自粛などから、運動不足による体力の低下等の「健康二次被害」が生じつつあり、市は、屋内での体操等とあわせて、密閉空間、密集場所、密接場面の「3つの密」を避けた散歩やウォーキングをすることを呼びかけています。

ウォーキングマップは市内公共施設で配布しています。密を避けて春のまちを歩き、多摩の魅力を満喫していただきますようご紹介します。

※マップ配布場所：健康センター、市役所本庁舎、多摩センター駅出張所、聖蹟桜ヶ丘駅出張所、公民館、各コミュニティセンター

2 概要（裏面に写真あり）

- 多摩センター駅前風除板（マグレブEAST側、駅から見て手前の区画）にウォーキングマップを拡大した「ウォーキングマップ多摩センターコース」を掲示

※マップには、ハローキティデザインマンホール（下水道課）の設置場所も記載



スタート地点のマップと健康づくり推進員の皆さん

- 4本のコースのスタート地点、終点がわかるように、道路部分に路面シートを表示



問い合わせ

健康福祉部健幸まちづくり推進室

電話：042（338）6916

<参考> スタート・各ゴール地点



豊ヶ丘四丁目バス停(多摩の名所満載コース)



唐木田駅(子どもと巡る公園コース)



落合四丁目バス停(水鳥の池を目指すコース)

・ゴール地点には道のり、消費カロリーを表示！
 ・健康づくり推進員によるコース紹介動画を作成中
 (YouTube公式チャンネルで公開予定)



多摩センター駅(各コーススタート)



永山駅(山登りの気分を味わうコース)