

松山城登頂ウォーキングご利用の皆さまへ

令和8年度から記念証の交付など運用変更を予定していましたが、継続を希望されるお声を頂き、これまでどおり実施することにしましたので、お知らせします。

ご意見ありがとうございました。今後も、体力や体調にあわせ、無理のないウォーキングで、健康づくりをすすめてください。

松山城登頂ウォーキング

登城道で山頂まで歩いて約15分、適度な負荷のかかる坂道のウォーキングは、筋力アップにつながり、また心臓を強く元気にする効果もあります。

ウォーキングは継続して効果を発揮します。

日付入りスタンプを、登頂1回につき1回押印してください。

- 100回登頂するごとに、記念証を発行します。
- 1000回達成時は、合わせて缶バッジを進呈します。
以降も、100回ごとに記念証を授与します。
- 市ホームページに100回毎と3000回以上の登頂者数を掲載します。

【お問合せ先】

〒790-0813 松山市萱町 6 丁目30-5

松山市保健所 健康づくり推進課

電 話:089-911-1855 (平日 8:30~17:15)

FAX :089-925-0230

メール:kenkou@city.matsuyama.ehime.jp