



ふれセン

## 実施期間

令和7年

12  
1

月曜日

令和8年

3  
31

火曜日

天気や熊の  
リスクを軽減！  
館内でゆっくり  
ウォーキング習慣

申込不要  
参加無料

## 利用ルール

- ・スパイク等のついた靴は禁止です。※雨天時等は靴裏の砂泥や水分を玄関マットで落とししてからご利用ください。
- ・原則ウォーキングのみです。※ランニングはできません。
- ・廊下周回コースは一方通行です。
- ・荷物は自己管理をお願いします。
- ・休憩は2階ロビーまたは休憩室をご利用ください。※休憩室の利用は別途窓口にて受付。
- ・他の利用者や来館者に配慮し、譲りあいの心で利用してください。

企画運営：温海生涯学習振興会

☎0235-43-4411（平日9時～17時）

# 館内ウォーキング

## 利用時間

午前

9時～12時

午後

12時～17時

夜間

18時～22時

## ■ウォーキングコース

廊下周回コース

（多目的ホール～2階ロビー）

階段昇降コース

（1～3階の階段往復）

## ■利用方法

- 1) 来館時、2階窓口にて利用者カードを記入し、スタンプカード※を提示。ネームホルダーを受取り。
- 2) 館内をウォーキング。
- 3) 退館時、2階窓口にてネームホルダーを返却。

※スタンプカードは初回利用時にお渡しします。

※参加者にはプチプレゼントあり！