

トキウォーク TOKIWALK

ときわだいらの森をあるこう

秋のウォーキングイベント

TOKIWALK は常盤平を歩いて楽しむ健康プログラムです。



10月25日に開催の
「ときわだいらの森ふれあいフェア」
では、ポールウォーキングで巡る
TOKIWALK イベントを実施します。
詳細は、本イベント当日にご案内いたします。



参加
無料

日時

2025年 **9月20日(土)**

開始 **10:00** - 終了 **12:00**

集合 **9:50** 悪天候の場合は中止

イベント終了後、参加をご希望の方を対象に、
交流会を開催します。(～12:30頃まで)

集合

常盤平団地 **東** 集会所
千葉県松戸市常盤平4丁目17

お申し込みはこちら

団地にお住まいの方は団地自治会
からもお申し込みいただけます。
(定員20名・先着順)



- ・歩きたい距離に応じてグループに分かれ、体力に合わせて無理のないペースで常盤平のまちを歩きます。
- ・約40分間のウォーキングの後には、各グループで発見した常盤平の見どころを、みんなで楽しく共有します。

早秋の常盤平と一緒に歩いてみませんか？



松戸市 総合政策部 政策推進課
SDGs推進担当室

☎ 047-704-4006



5マイル

まつど健康マイレージ
5マイル付与の対象です



松戸市



CHIBA
UNIVERSITY



UR都市機構

常盤平団地エリアを歩いて楽しむ健康プログラムです



常盤平団地は 1960 年に最初の入居が始まりました。それから 60 年以上の時を経て、暮らしに寄り添い育まれた豊かな自然は地域の宝物となっています。TOKIWALKは、この豊かな自然を感じながら、地域を歩くことを楽しむ健康プログラムです。この取組みは、松戸市、千葉大学、UR都市機構との連携により推進しています。



ウォークラリープログラム

チェックポイントを歩いて巡ることで、楽しみながら日々の歩数を増やす健康プログラムです。チェックポイントの二次元コードをLINEアプリで読み取ることでスタンプを取得できます。気軽に1箇所から巡ってみてください。



歩幅計測プログラム

10歩の歩幅を計測し、歩幅を意識するためのプログラムです。二次元コードをアプリで読み取ると計測した歩幅から健康増進に関するメッセージを確認できます。あなたの歩幅を測ってみましょう！



ワークショップ・イベント

TOKIWALKに関連するワークショップやイベントを開催しています。ワークショップには中学生から高齢の方まで幅広い年齢層の方にご参加いただいています。イベントに参加して、みんなで楽しく常盤平エリアを歩きましょう！

【安全上の注意点】

- ・ウォークラリーは、その日の体調に合わせて、無理をせずに歩きましょう！
- ・歩幅計測では、無理をせず、普段通りの歩幅で、測定してください。
- ・マットが濡れていたり、破れている時は使用をお控えください。