



## 歩いて健康！ まち歩きを楽しむ、春のウォーキングイベント

市民の健康づくりを促進するため、「第1回ウォーキングデー Spring 2026 “歩いて 見て 知る わたしの街”」を開催します。

その期間に連動し、松戸市と住友生命保険相互会社のコラボレーション事業「Vitality(バイタリティ)松戸ウォーク」も実施します。

### 【第1回ウォーキングデーSpring 2026 “歩いて 見て 知る わたしの街”】

●内 容 市内8地区のウォーキングマップ<sup>※1</sup>を使用し、松戸市健康推進員<sup>※2</sup>と一緒にウォーキングするイベントです。

#### ●日程・会場 ※雨天中止

令和8年3月15日（日）浅間台公園→矢切駅（約4km）

令和8年3月24日（火）樋野口公園→日本大学松戸歯学部附属病院（約3km）

令和8年3月30日（月）串崎公園→松飛台駅（約2.5km）

令和8年3月31日（火）新松戸中央公園→新坂川親水テラス（約3.5km）

令和8年4月4日（土）新松戸駅交番前→テラスモール松戸（約2.5km）

令和8年4月6日（月）六実第2公園→六実第2公園（約2.8km）

令和8年4月23日（木）東松戸駅→東松戸駅（約2.4km）

令和8年4月24日（金）北仲町公園→小根本神明神社（約2.5km）

●時 間 各日9時45分受付、10時開始

●参加方法 直接会場へ（先着20～25人）、申込不要

●持ち物 タオル、飲み物、帽子など

●費 用 無料

●主 催 松戸市健康推進員

※1ウォーキングマップは、松戸市健康推進員が実際に歩いて作成した地域密着型のマップで、見どころや名所、距離や目安時間などを分かりやすく紹介しています。

※2松戸市健康推進員は、地域で健康づくり活動を行っている市民ボランティアです。



やさシティ、まつど。  
matsudo

## 【Vitality 松戸ウォーク】

### ●内 容

スマートフォン専用アプリ「Vitality」を活用した健康づくり事業です。昨年度好評だったため、今年も継続して実施いたします。

参加者はウォーキングなどの運動に取り組み、アプリ内で毎週設定される週間目標を達成すると、さまざまな特典を獲得できます。

週間目標は前週の達成状況に応じて変動し、続けるほどチャレンジ感が高まります。毎週の挑戦を通じて、歩く習慣づくりをサポートします。

(※住友生命保険相互会社(健康松戸 21 応援団<sup>※3</sup>)とのコラボレーション事業です。)

●実施期間 3月9日(月)～5月3日(日・祝)

●申込期間 3月2日(月) 10時～3月8日(日)

### ●申込方法

- ①申込期間中に市ホームページにある申込フォームから申し込みください。
- ②申込時に登録したメールアドレスにアプリのダウンロードを案内するメールが届きます。案内に従ってアプリをダウンロードし、アプリ上で会員登録をします。

### ●「Vitality 松戸ウォーク」利用イメージ



●対 象 18歳以上の市内在住・在勤・在学の方

●定 員 先着200名

●費 用 無料

※3「健康松戸 21 応援団」とは…本市では市民の健康づくりを応援する企業・団体を「健康松戸 21 応援団」として登録し、市民の健康づくりを協働で推進しています。医療関係団体・企業・地域活動団体など、多種多様な組織が入団しています。(入団数：230団体 令和8年1月末現在)

### 【本件に関する問い合わせ先】

〒271-0072 千葉県松戸市竹ヶ花74番地の3 中央保健福祉センター3階  
松戸市健康医療部健康推進課 ☎047-366-7486

FAX 047-363-9766 ✉ mckenkou@city.matsudo.chiba.jp

参加  
無料

申込  
不要

第1回

雨天  
中止

まつど健康マイレージ  
5マイル



詳細はこちらから↑

# ウォーキングデー

Spring 2026

“歩いて 見て 知る わたしの街”

全コース

午前10時開始

※9時45分から受付開始

## 当日の流れ

9:45 受付開始

⋮

10:00 準備体操

ウォーキング開始

目的地到着後解散

## 持ち物

タオル・飲みもの  
帽子など

## 服装

動きやすい服装  
はきなれた運動靴

### 矢切地区

3月15日(日)

菜の花田園コース 約4<sup>キロ</sup>

浅間台公園集合 >>> 矢切駅

解散時間 12:00ごろ

田園風景の中を散策!! 富士山、スカイツリー、  
菜の花のコントラストを楽しみましょう。

### 明2西地区

3月24日(火)

春を感じる

江戸川コース 約3<sup>キロ</sup>

樋野口公園集合 >>> 日大松戸歯学部

解散時間 11:00ごろ

菜の花のじゅうたんを眺めながら、一緒に  
お散歩しませんか?

### 五香松飛台地区

3月30日(月)

Let's お花見

ウォーキング 約2.5<sup>キロ</sup>

串崎公園集合 >>> 松飛台駅

解散時間 11:00ごろ

相撲部屋、桜並木を抜けて、ゆいの花公園を  
巡ります。

### 新松戸地区

3月31日(火)

新松戸の  
桜を楽しむコース 約3.5<sup>キロ</sup>

新松戸中央公園 >>> 新坂川親水  
東口広場集合 テラス

解散時間 11:30ごろ

新坂川沿いの桜並木と並走する流鉄に  
出会えたらラッキー!!

### 馬橋地区

4月4日(土)

新発見!! 約2.5<sup>キロ</sup>  
春の自然と史跡コース

新松戸駅交番前集合 >>> テラスモール

解散時間 11:30ごろ

新松戸駅から秘密の森を通してテラスモールへ。  
知らなかった風景に出会えるかも。

### 六実六高台地区

4月6日(月)

梨のまち六実を  
歩こうコース 約2.8<sup>キロ</sup>

六実第2公園集合 >>> 六実第2公園

解散時間 11:00ごろ

のどかな農園を楽しむ春のウォーキング!  
梨の花が見れるかも。

### 東部地区

4月23日(木)

歩こう!  
東松戸のまちコース 約2.4<sup>キロ</sup>

東松戸駅ロータリー側 >>> 東松戸駅  
2番バス停前集合

解散時間 11:30ごろ

東松戸駅周辺のお寺と神社、ゆいの花公園  
を楽しみながら歩こう!!

### 明1地区

4月24日(金)

ご利益コース 約2.5<sup>キロ</sup>

北仲町公園集合 >>> 小根本神明神社

解散時間 11:30ごろ

古い神社や碑など、歴史ある松戸新田を  
散策します。

## ご参加に際しての注意事項

- ・小学生以下のお子さんのご参加には保護者の  
同伴が必要です。
- ・コースの詳細はQRコードからご覧いただけ  
ます。ご参加前にご覧ください
- ・当日参加者多数の場合は、受付を締め切らせ  
ていただく場合があります。

主催 松戸市健康推進員

お問い合わせ先 松戸市健康推進課

☎047-366-7481

平日 8時30分～17時