

滝川市 すこやかロード ～ スカイパークコース ～

すこやかロードは、健康づくりを目的に、
北海道・(財)北海道健康づくり財団が選定したウォーキングロードです。
日頃の健康づくりに、ぜひご活用ください。



健康づくりのためにウォーキングを！

滝川市の平均歩数は、全国と比べ男女ともに
若い世代の歩数が少ない状況です。

すこやかロードを歩いて、目標歩数を目指しましょう。

全国・滝川市の歩数比較 (20～64歳)

	滝川市 平均歩数	全国 平均歩数	国の 目標歩数
男性	5,971歩	7,880歩	9,000歩
女性	6,219歩	6,794歩	8,500歩

男性 約3,000歩
女性 約2,300歩
目標より少ない！

【お問合せ先】滝川市保健センター 健康づくり課

TEL : 0125-24-5256