

コースタイトル：楽しみながら健康づくり

コースに適した時期に○がついています。詳細な時期指定が必要な場合は記載

春 ○ ・ 夏 ・ 秋 ○ ・ 冬 ・ 通年 月日や週・曜日の指定 → 火、木、土、日

日時	行程
1	<p>名古屋市内 → あいち健康プラザ → げんきの郷</p> <p>8:30 9:30~12:20 12:30~13:30</p> <p>・健康度評価簡易コース ・昼食(健康花かご膳)</p> <p>・正しいウォーキング受講 ・足湯でほぐす</p> <p style="text-align: center;">※要事前調整</p> <p>→ 岡田のまち → 名古屋市</p> <p>14:00~15:30 16:30</p> <p>・ボランティアガイドと古い街並み散策</p> <p>・木綿蔵で機織り体験</p> <p>・おかき屋辰心で休憩とおみやげ</p>
	バス →

コースの問合せ：岡田ゆめみたい

担当者名：勝崎芳雄

メール：k-yoshio@ma. Medias. Ne. Jp

電話番号：0562-55-7753

FAX：0562-55-7753

〈コースの特徴・PRポイント〉

- ①最先端の健康づくりの総合施設「あいち健康プラザ」健康づくりの体験と施設見学
 - ・「健康度評価簡易コース」で健康度チェック
 - ・運動実技「正しいウォーキング」を受講
 - ・健康科学館内見学
- ②『げんきの郷』でちたの食文化「身土不二」を聞きながら健康食(花かご膳)を賞味
- ③食後に「足湯」で疲れを癒す
- ④マスターした正しい歩き方で“岡田の古い街並み”を街並みガイドの案内で散策
- ⑤昔の「木綿蔵で」機織り体験・コースターづくり
 - ※蔵内では木綿で造られた小物から大物までの各種製品を購入できる
- ⑥「おかき屋辰心」で地元のおみやげを購入することができる

《各種料金や受入条件等はコース作成当時のもので、変更されていることがあります。》

項目・内容・条件・注意事項 ・補足事項等	一人当たりの料金 ※消費税込 受入れ可否等				
	個人 料金	団体 料金	受入れ 可否	受入れ可否 人数	テーマ分け
健康評価度簡易コース	510	410	可	40	体験
トレーニング施設使用料	610	610	可	40	体験
健康科学館入場料	510	510	可	40	見学
昼食〈げんきの郷〉	2,160	2,160	可	40	飲食
足湯	100	100	可	40	体験
機織り体験	220	220	可	1回10人	体験
街並みガイド	無料	無料	可	1回10人	街歩き
合計料金	4,110	4,010			

★貸切バスなどの交通費や有料道路代、添乗員やバス乗務員費、保険は含みません



〈あいち健康プラザ〉



健康チェック



準備体操



体力測定



正しいウォーキン



結果発表

〈げんきの郷〉



足湯でリラックス



昼食 〈花かご膳〉

〈岡田のまち〉



木綿蔵



機織り体験

〈岡田の古い街並み散



木綿蔵と岡田簡易郵便局



竹之内邸・長屋門