

# 楽しく、お得につながる ウォーキングコースで健康づくり！



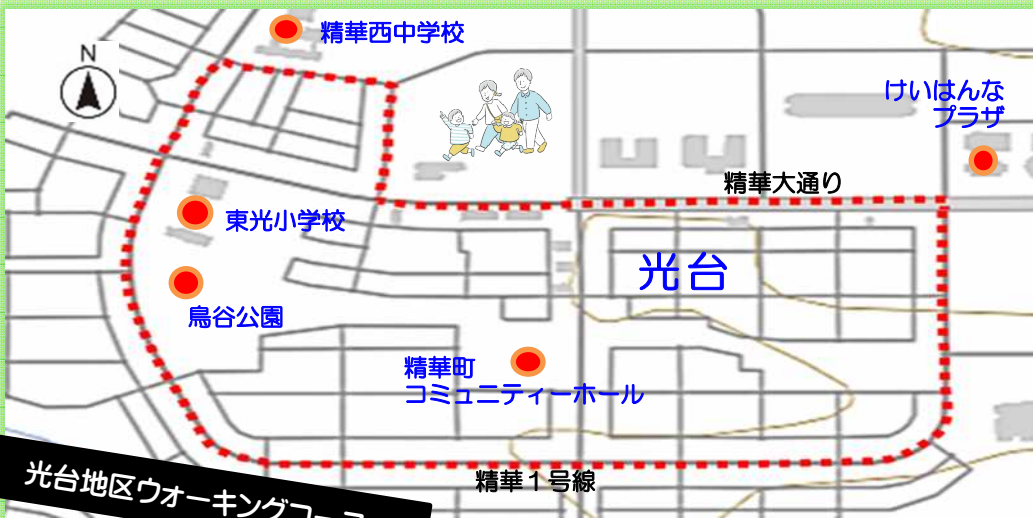
せいか365では、健康づくりの取組として、「歩く」を推奨しています。「歩く」取組の一環として、同志社大学と連携し、健康につながる歩道整備の取組を実施しました。

## 「京町セイカ」や「いっちー」を見つけて歩こう！



京町セイカからの応援メッセージやカロリー表示を記載したシールを道路に貼り、町内にウォーキングコースを2か所設定。シールを目指して「歩く」ことで、楽しみながら自然と運動できるコースとなっています。

シールには、セイカ歩数計アプリで取得できるせいか365健康ポイント付与シールもあります。ポイント付与シールは、1枚10ポイント、全部で10枚。2コース全て歩くと、100ポイント獲得！歩いてお得に健康ポイントを貯めよう！



### 光台地区ウォーキングコース

約4km



### 精華台地区ウォーキングコース

ショートコース 約4.5km  
ロングコース 約5.5km



セイカ歩数計アプリ  
ダウンロードは  
こちらから→→



せいか365  
健康ポイント

健康ポイントの詳細は  
↓こちらから↓



【問合せ】 精華町役場 せいか365事務局（健康推進課） ☎ 0774-95-1905