

日常に運動習慣をプラス!

10月は
ピンクリボン
月間

歩こう
広島の街から

未来につながる
歩く習慣

ピンクリボンウォーク

HIROSHIMA

参加無料

参加特典あり

2026.

10/11 (日)



9:30 受付開始

10:00 スタート



集合

県庁正面玄関前

広島城周辺の自然を感じながら

楽しく歩こう!

スケジュール

9:30～ 受付開始

10:00～ 開会式・準備運動

10:20～ ウォーク開始

11:30～ 閉会式

目指そう!

1日 7,100 歩

国の「健康日本 21 (第三次)」では、
20歳以上の1日の歩数の目標を
7,100 歩としています。

今回のイベントも
同様の歩数 (約5キロ) 歩きます!

歩いて健康づくり

日常的に体を動かすことは、
がんや生活習慣病の予防にも
つながります。

無理なく歩くことから
始めましょう。

こまめに水分補給を

当日は無理のないペースで歩き、
こまめな水分補給をお願いします。

体調に合わせて
休憩しましょう。

当日の司会・進行

ひろしま健康運動
推進大使
柊田 絵理奈氏

皆さんぜひ一緒に
歩きましょう!



専用アプリ
TATTA を使い

3ヶ月間

歩行距離を
競おう!



参加方法

事前エントリー受付期間

9/11 (金) ~ 10/4 (日)

当日参加も可能です

エントリーはこちら



主催: 広島県・「がん検診へ行こうよ」推進会議・認定NPO法人乳房健康研究会

協力: 日本運動健康指導士会・広島国際大学薬学部

お問い合わせ

広島県健康福祉局健康づくり推進課
TEL: 082-513-3063