

受診方法2 指定医療機関で受診する

1 受診券(受診票)を準備する ※集団けんしんと個別けんしんの受診項目が重複しないようにしてください。

特定健診・一般健診	胃内視鏡(カメラ)・子宮頸がん・乳がん検診
受診券は5月下旬に郵送します。 ●特定健診:紫色のハガキサイズ ●一般健診:白色のハガキサイズ	筑紫野市けんしんコールセンター(☎0120-489-177)または筑紫野市けんしん申込サイトで 事前に申請 してください。 受診券と実施医療機関一覧は、 5月下旬 より順次郵送します。 ※令和7年4月1日～令和8年3月31日に受けた人は受診できません。 ※ 事後に申請することはできません。 筑紫野市けんしん申込サイトはこちら▶

大腸がん検診
受診券は不要です。

2 実施医療機関に電話予約する ※実施医療機関へ直接予約をしてください。

けんしん項目	実施期間
特定健診・一般健診・子宮頸がん検診・乳がん検診	令和8年6月1日(月)～令和9年3月31日(水)
大腸がん検診	令和8年6月1日(月)～令和9年3月17日(水)
胃内視鏡(カメラ)検査※1	令和8年7月1日(水)～令和9年2月28日(日)

※1 予約開始日は令和8年6月8日(月)です。

3 受診する

受診に必要なもの
マイナ保険証または資格確認書、**受診券(受診票)**、健(検)診費用

大腸がん検診を受診する人
令和9年3月31日(水)までに便を医療機関に提出してください。

4 結果を受け取りに行く ※けんしん結果の郵送を希望する場合、郵送料が別途発生することがあります。受診する医療機関にご確認ください。

けんしん実施医療機関一覧 ※下表以外の医療機関でも受診できます。詳しくは健康推進課までお問い合わせください。

地区	医療機関名	電話番号	特定	大腸がん
美しが丘北	大森医院	926-0600	○	○
	美しが丘クリニック	710-2908	○	○
美しが丘南	徳永外科医院	926-8330	○	○
	山本医院	926-8333	○	○
石崎	小西第一病院	923-2238	○	○
桜台	番掛内科医院	922-1011	○	○
筑紫駅前通	さかい・むらかみクリニック	919-7676	○	○
針浦中央	高山病院	921-4511	○	○
針西	いでわき医院	408-1602	○	○
	たかやま肛門・胃腸・外科クリニック	925-7822	○	○
原田	安田医院	922-2707	○	○
	いとう内科クリニック	927-0195	○	○
	上野脳神経外科クリニック	927-3555	○	○
	うめづ医院	926-2011	○	○
光が丘	西本内科医院	926-0021	○	○
	まじま内科循環器科	919-8051	○	○
二日市北	どい内科クリニック	926-7415	○	○
	杉村内科クリニック	925-8111	○	○
二日市中央	さきむら医院	925-9915	○	○
	島松内科医院	922-2052	○	○
二日市南	杉病院	923-6666	○	○
	樋口医院	922-3076	○	○
	二日市徳洲会病院	922-2531	○	○
	二日市那珂川病院	923-2211	○	○
紫	乙成内科医院	928-8818	○	○
	クリニック仁	555-7716	○	○
立明寺	丸山循環器科内科医院	924-3610	○	○
	よこみぞ医院	921-5001	○	○
筑前町	良永医院	926-2903	○	○
	藤井整形外科内科医院	926-1417	○	○

※子宮頸がん検診・乳がん検診・胃内視鏡(カメラ)検査の実施医療機関一覧は、受診券に同封して郵送します。

問い合わせ先など

集団けんしんの予約・変更、個別がん検診受診券の発行依頼など

筑紫野市けんしんコールセンター
電話番号 0120-489-177
受付時間 平日9時～17時まで
※年末年始(12月29日～1月3日)を除く

各種個別がん検診、74歳までの特定健診など

健康推進課(カミーリヤ内)
電話番号 092-920-8611 (平日 8時30分～17時)
FAX番号 092-926-6006

救急医療電話相談窓口

急な病気やケガで救急車の利用や受診に迷った時は、「福岡県救急医療情報センター」へお問い合わせください。

電話番号 #7119
または 092-471-0099

24時間対応

福岡県筑紫保健福祉環境事務所の相談窓口

相談窓口と電話番号 092-573-3100 (月曜日～金曜日 8時30分～17時)
難病相談(難病ホットライン)

相談窓口と電話番号 092-582-2522 (毎週火曜日 9時～10時30分)
エイズ・梅毒・性器クラミジア・淋菌感染症相談及び検査

相談窓口と電話番号 092-582-2522 (月曜日～金曜日 8時30分～17時)
エイズ(性感染性)ホットライン

相談窓口と電話番号 092-513-5585 (毎週水曜日 13時～15時)
精神保健福祉相談

休日急患歯科診療

診療日 日曜日、祝祭日、お盆(8月13日～15日)、年末年始(12月30日～1月3日)
診療時間 9時～13時(12時30分まで)とお越しください。
※12月30日～1月3日は9時～16時(受付は15時30分まで)

住所 春日市春日原北町1-3-6 筑紫歯科医師会館内
電話番号 092-571-0118

こころの相談
福岡いのちの電話
電話番号 092-741-4343
24時間対応

ふくおか自殺予防ホットライン
電話番号 092-592-0783
24時間対応

助成事業

アピアランスケア用品購入費助成事業
がん患者やがん経験者が、がん治療に伴う外見の変化をケアするために購入した医療用ウィッグや補整具等の購入費の一部を助成します。

骨髄等移植ドナー助成事業
骨髄等を提供した人の休業による経済的負担を軽減し、骨髄等の移植の促進を図るために補助金を交付します。

小児・AYA世代がん患者在宅療養生活支援事業
40歳未満のがん患者が住み慣れた自宅で自分らしく安心して療養生活を送ることができるよう、在宅サービスにかかる利用料の一部を助成します。

対象者の要件は、市ホームページを確認または健康推進課(920-8611)までお問い合わせください。

令和8年度 筑紫野市健康づくりパンフレット 保存版

健康診査や各種がん検診、予防接種などの情報を掲載しています。大切に保管してください。
※令和8年1月時点の情報です。内容が変更になる場合がありますので、あらかじめご了承ください。

けんしん内容・料金 (集団) 集団けんしんで受診できます。(2ページ参照) (個別) 指定医療機関で受診できます。(3ページ参照)

健康診査 問診、診察、身体測定、血圧測定、尿検査、血液検査
※心電図、眼底検査、貧血検査は国が定める基準に該当するなど、医師が必要と認める対象者のみ追加されます。

令和9年3月31日時点で16歳～39歳の人
令和9年3月31日時点で40歳以上の人

加入している健康保険は?

すべての健康保険	筑紫野市国民健康保険	筑紫野市国民健康保険以外の健康保険	生活保護を受給	福岡県後期高齢者医療
基本健診 (集団) 対象年齢と料金 16歳～39歳:1,000円 ※生活保護世帯は無料 ※年齢は令和9年3月31日時点 受診に必要なもの 健診費用 ※受診券はありません。	特定健診 (集団・個別) 対象年齢と料金 40歳～69歳:1,000円 70歳～74歳: 500円 ※年齢は令和9年3月31日時点 受診に必要なもの ①マイナ保険証または資格確認書 ②令和8年度特定健康診査受診券 ③健診費用 ※特定健康診査受診券は5月下旬に郵送します。(紫色のハガキサイズ)	勤務先または加入する医療保険者へお問い合わせください。 ・協会けんぽ ・組合健保 ・共済組合 など	一般健診 (集団・個別) 対象年齢と料金 40歳以上:無料 ※年齢は令和9年3月31日時点 受診に必要なもの 一般健康診査受診券 ※受診券は5月下旬に郵送します。(白色のハガキサイズ)	後期高齢者健診 (集団・個別) 対象年齢と料金 75歳以上*:500円 ※年齢は健診日時点 受診に必要なもの ①マイナ保険証または資格確認書 ②受診券 ③健診費用 ※受診券は福岡県後期高齢者医療広域連合より4月頃に発送されます。

★1 65歳～74歳で福岡県後期高齢者医療広域連合の認定を受けた人は対象となります。

がん検診など 加入している健康保険の種類にかかわらず受診できます。
※自覚症状がある人は検診の対象とはなりません。速やかに医療機関を受診することをおすすめします。

検診項目	検査内容	対象年齢 ※年齢は令和9年3月31日時点	検診料金	受診方法	
				集団	個別
胃がん	バリウム検査	40歳～69歳	1,000円*1	○	×
		70歳以上	無料	○	×
		胃カメラ検査 (2年に1回)	3,000円*2	×	○
肺がん	胸部レントゲン ※65歳以上は、経核健診を含みます。	40歳～64歳	500円*1	○	×
		65歳以上	無料	○	○
大腸がん	便潜血検査	40歳以上	無料	○	○
		20歳～69歳の女性	500円*1	○	○
			70歳以上の女性	無料	○
子宮頸がん	内診、細胞診	35歳～39歳の女性	1,200円*1	○	×
		40歳～49歳の女性	1,000円*1	○	○
		50歳～69歳の女性	無料	○	○
乳がん	マンモグラフィ検査	70歳以上の女性	無料	○	×
		40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳の女性	600円*1	○	×
		70歳の女性	無料	○	×
骨粗鬆症	骨密度検査	40歳、45歳、50歳、55歳、60歳、65歳の女性	600円*1	○	×
前立腺がん	血液検査	50歳以上の男性	1,500円	○	×

★1 生活保護世帯、市民税非課税世帯は無料 ★2 生活保護世帯は無料

注意事項
①けんしんを受診できる回数は年度内1回です。2回以上受診した場合、2回目以降のけんしん費用の全額が自己負担になります。
②けんしん日時点で筑紫野市に住民票がない人は受診できません。
③市民税課税(または非課税)世帯の算定基準:令和8年7月以前の受診→令和6年中の所得、令和8年8月以降の受診→令和7年中の所得
④後期高齢者健診の検査項目は、受診票をご確認ください。

受診方法1 集団けんしんで受診する

1 予約する 令和8年2月20日(金)9時から予約受付を開始します
※申し込みは先着順です。令和7年度をもって、ハガキでの申し込みは終了しました。

電話 筑紫野市けんしんコールセンター
☎0120-489-177
受付時間:平日9時～17時
※年末年始(12月29日～1月3日)を除く
※受付開始直後は、お電話がつながりにくい場合があります。

インターネット 24時間受付 筑紫野市けんしん申込サイト
※予約にはメールアドレスの登録が必要です。一つのメールアドレスで登録できるのは一人までです。
←筑紫野市けんしん申込サイトはこちら

2 受診する

けんしん日の1週間前までに健康診断のご案内と問診票等を郵送します。問診票に必要事項をご記入のうえ、受付時間にけんしん会場へお越しください。
※問診票等が届かない場合や日時・受診項目の確認・変更・キャンセルの場合は、筑紫野市けんしんコールセンター ☎0120-489-177(平日9時～17時)にご連絡ください。
なお、申込締切を過ぎていた日程やすでに定員に達している日程への変更はできません。

受付時間 8時15分～11時30分(カミーリヤのみ) / 8時30分～11時30分(カミーリヤ以外の会場)
所要時間 1時間～2時間程度 ※受診項目や当日の受診人数により、異なります。

3 けんしん結果が届く ※けんしんから約1カ月後に、自宅にけんしん結果を郵送します。

令和8年度集団けんしん日程表

月	日	曜日	会場	骨粗	託児	申込締切日
6月	17	水	カミーリヤ			5月19日(火)
	22	月	カミーリヤ			
	27	土	カミーリヤ	●	●	
	30	火	二日市東コミュニティセンター			5月28日(木)
7月	1	水	カミーリヤ		●	
	4	土	二日市東コミュニティセンター			6月 4日(木)
	6	月	カミーリヤ			
	17	金	カミーリヤ		●	6月18日(木)
	21	火	カミーリヤ			
	30	木	二日市東コミュニティセンター	●		7月 1日(水)
8月	21	金	カミーリヤ			
	24	月	カミーリヤ		●	7月23日(木)
	27	木	カミーリヤ			
	30	日	二日市東コミュニティセンター			7月27日(月)
9月	1	火	カミーリヤ		●	
	6	日	カミーリヤ		●	8月 3日(月)
	10	木	カミーリヤ			
	18	金	カミーリヤ	●	●	8月20日(木)
	26	土	カミーリヤ			8月27日(木)

※改修工事の実施に伴い、文化会館での集団けんしんは実施しません。

骨の健康度チェック (骨の健康状態を知る測定) 託児実施日(事前予約制) 対象 首がすわった生後4か月から3歳未満の子 無料

骨の健康度を把握しよう! 無料

令和8年12月1日(火)と令和8年12月10日(木)の集団けんしん受診者で希望する人は、「骨の健康度チェック」を体験できます。予約は不要で、年齢・性別を問わずご参加できます。また、測定された人に、数量限定で骨の健康をサポートする試供品を配布します。この機会に、ぜひ体験してください。※当日の混雑状況により、お待ちいただく場合があります。

成人歯科検診を受けましょう



- 対象者 ①令和9年4月1日時点で16歳～40歳、50歳、60歳、70歳の人
②①以外の妊婦 ※妊婦については母子健康手帳交付時に説明します。
令和8年4月1日(水)～令和9年3月31日(水)の期間中1回
無料
- 実施期間、回数
- 検診料金
- 受診方法 下表の指定歯科医院に事前に電話予約をして受診してください。
本人確認書類(マイナンバーカードなど)
※妊婦の人は母子健康手帳も持参してください。
- 受診時に必要なもの

地区	医療機関名	電話番号	地区	医療機関名	電話番号
天山	有田歯科医院	919-7600	原	はるやさしい歯科クリニック	918-6480
石崎	荒木歯科医院	923-0031	光が丘	山口歯科医院	926-3530
	拝形歯科医院	928-3210	二日市北	石井歯科医院	922-2765
美しが丘北	内田歯科医院	926-7474		佐々木歯科医院	925-2181
	うえだ歯科医院	919-7373		谷口歯科医院	924-2282
美しが丘南	のた歯科医院	919-7221		おがた歯科医院	922-2870
	江頭歯科医院	923-2525	くろかわ歯科医院	922-6880	
上古賀	今泉歯科医院	922-3121	酒井歯科医院	921-0003	
桜台	ひきた歯科医院	921-2267	二日市中央	武石歯科医院	922-3244
	森歯科医院	924-7771		二日市駅ビル歯科クリニック	923-8510
杉塚	さきもと歯科クリニック	918-2211		和田歯科医院	923-5455
	井上歯科医院	926-0720		安元歯科医院	921-2666
俗明院	浜坂歯科医院	926-2002	二日市西	安元歯科医院	921-2666
	ほそかわ歯科医院	926-7570	二日市南	つくし歯科医院	920-5533
塔原東	なかしま歯科クリニック	555-8807	紫	あけぼの歯科医院	928-4180
	針指西	安田歯科・矯正歯科医院		710-2000	たくま歯科医院
針指東	むらかみ歯科・小児歯科	923-9807	瀬町	くば歯科医院	923-6391
	おだ歯科医院	919-8118		はぎわら歯科医院	921-6700
原田	坂口歯科医院	926-8877	吉木	井上歯科医院	922-1300
	Y&Y歯科クリニック	919-7177		ふくふくデンタルクリニック	918-2929

運動施設のご案内



問い合わせ先

TEL:092-920-8070
(トレーニング健康測定室直通)

	トレーニング健康測定室	歩行訓練プール
利用時間	火～金曜日 9時～19時 土・日・祝祭日 9時～17時 休室日 毎週月曜日、年末年始(12月28日～1月4日)	
対象者	18歳以上の人 ※治療中の人は、主治医に運動の許可を受けてください。	
利用料金	通常料金 市内 350円 市外 700円 1回2時間以内	市内 200円 市外 400円
	夕方料金 市内 150円 市外 300円 平日17時以降の入室限定	1回1時間程度
持参品	運動できる服装、室内シューズ、タオル、飲み物 ※メガネ着用でプールに入る人はメガネバンドが必要です。	
設備	・エアロバイク(自転車こぎ) ・筋トレマシン ・トレッドミル(ウォーキングマシン) など	水筒、スイミングキャップ、タオル、飲み物 ・水深1m、長さ4m×10mの歩行専用プール ・ジャグジー

定期予防接種



令和8年4月1日(水)から、定期予防接種のインターネット申請を開始します。(令和8年度の接種が対象です)

高齢者肺炎球菌

令和8年度実施決定通知書申請フォームはこちらから▶



対象者	過去に20価または23価の高齢者肺炎球菌の予防接種を受けたことがない人で、接種日時で、下記①②のいずれかに該当する人 ①65歳以上の人 ②60歳から64歳で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいがある人(身体障害者手帳1級相当)
実施期間	令和8年4月1日(水)～令和9年3月31日(水)
自己負担金	5,800円(予定) ※市民税非課税世帯または生活保護世帯の人は無料 令和8年4月号広報ちくちくで確認ください
接種回数	1回
接種前の手続き	事前申請が必要です。下記①②のいずれかの方法で申請してください。 ①インターネット ②窓口 ●健康推進課(カミリーヤ内) ●国保年金課(市役所1階)
接種時に必要なもの	●高齢者肺炎球菌予防接種実施決定通知書 ●本人確認書類(マイナンバーカード など)

高齢者帯状疱疹

令和8年度実施決定通知書申請フォームはこちらから▶



対象者	下記①②のいずれかに該当する人 ①年度末時点で65歳以上の人 ②接種日時で60歳から64歳で、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいがある人(身体障害者手帳1級相当) ※既に、帯状疱疹ワクチン予防接種を受けたことがある人は、医師と相談の上、医師が、「再度、接種を行う必要がある」と判断した場合に接種できます。申請前に医師にご相談ください。
実施期間	令和8年4月1日(水)～令和9年3月31日(水)
自己負担金	生ワクチン : 4,900円/回 組換えワクチン : 10,000円/回 いずれか1種類 ※市民税非課税世帯または生活保護世帯の人は無料
接種回数	生ワクチン : 1回 組換えワクチン : 2回 いずれか1種類
接種前の手続き	事前申請が必要です。下記①②のいずれかの方法で申請してください。 ①インターネット ②窓口 ●健康推進課(カミリーヤ内) ●国保年金課(市役所1階)
接種時に必要なもの	●高齢者帯状疱疹予防接種実施決定通知書 ●本人確認書類(マイナンバーカード など)

高齢者インフルエンザ 新型コロナウイルス感染症

令和8年度自己負担金免除通知書申請フォームはこちらから▶



対象者	接種日時で、下記①②のいずれかに該当する人 ①65歳以上の人 ②60歳から64歳で、心臓、腎臓もしくは呼吸器の機能またはヒト免疫不全ウイルスによる免疫機能に障がいがある人(身体障害者手帳1級相当)
実施期間	令和8年10月1日(木)～令和9年3月31日(水)
自己負担金	高齢者インフルエンザ予防接種 : 未定 新型コロナウイルス感染症予防接種 : 未定 ※要申請 市民税非課税世帯または生活保護世帯の人は無料 令和8年10月号広報ちくちくで確認ください
接種時に必要なもの	全員 本人確認書類(マイナンバーカード など) 市民税非課税世帯または生活保護世帯の人 次のいずれかを提示すると無料で接種できます。 ●市が発行する自己負担金免除通知書 ●介護保険負担限度額認定証 ●後期高齢者医療資格確認書 ※限度区分に区Iまたは区IIが記載されているもの。
自己負担金免除通知書の申請方法	申請方法 下記①②のいずれかの方法で申請してください。 ①インターネット ②窓口 ●健康推進課(カミリーヤ内) ●国保年金課(市役所1階)

注意事項 ①接種後の申請や払い戻しはできません。 ②令和8年1月時点の情報です。制度改正により内容が変更となる場合があります。
③申請時に必要なもの
●本人確認書類(マイナンバーカード など)
●【対象者②のみ】身体障害者手帳の写し、または医師の所見とサインが確認できる書類
※同居者以外の代理人が申請する場合は本人の署名が必要です。

定期予防接種実施医療機関一覧

※下表以外の医療機関でも接種できます。詳しくは健康推進課までお問い合わせください。

地区	医療機関名	電話番号	肺炎球菌	帯状疱疹
石崎	小西第一病院	923-2238	○	○
美しが丘南	美しが丘クリニック	710-2908	○	○
	徳永外科医院	926-8330	○	○
	山本医院	926-8333	○	○
桜台	山脇皮膚泌尿器科医院	926-8197	○	○
	香掛内科医院	922-1011	○	○
筑紫駅前通	さかいむらかみクリニック	919-7676	○	○
	みぞぐち小児科医院	926-8301	○	○
針指中央	高山病院	921-4511	○	○
	安元ふふろクリニック	925-4112	○	○
針指西	いであき医院	408-1602	○	○
	たかやま肛門・胃腸・外科クリニック	925-7822	○	○
原田	にしむら耳鼻咽喉科クリニック	925-6333	○	○
	安田医院	922-2707	○	○
	いとう内科クリニック	927-0195	○	○
	上野脳神経外科クリニック	927-3555	○	○
紫	うめづ医院	926-2011	○	○
	西本内科医院	926-0021	○	○
立明寺	まじま内科循環器科	919-8051	○	○
	わかば耳鼻咽喉科アレルギー科クリニック	926-8854	○	○

任意予防接種



※下記の事業は、令和8年4月1日(水)から令和9年3月31日(水)までに接種したものが対象です。

帯状疱疹予防接種助成事業

市ホームページはこちらから▶



対象者	接種日時で、50歳から64歳の人 ※令和9年3月31日までに65歳に達する人は、定期予防接種の対象となります。(詳しくは5ページをご覧ください。)
助成額(1回あたり)	生ワクチン : 4,000円/回(接種回数1回) 組換えワクチン : 10,000円/回(接種回数2回)
申請に必要なもの	①本人確認書類 ②予防接種の領収書(予防接種を受けた人の氏名、接種日、実施医療機関、接種ワクチン、予防接種費用がわかるもの) ③抗体検査結果 ※対象者②の人は妊娠希望者または妊婦の抗体検査結果も必要です。 ④振込口座が分かるもの
申請場所	健康推進課(カミリーヤ内) ※郵送での申請も受け付けます。
申請期限	令和9年4月9日(金)

風しん予防接種助成事業

市ホームページはこちらから▶



対象者	風しん抗体検査を受け、抗体価が低い人のうち下記①②のいずれかに該当する人 ①妊娠希望者 ②妊娠希望者および妊婦のア配偶者(パートナーを含む)イ同居者(生活空間を同一にする頻度が高い家族など) ※対象者②の人は妊娠希望者または妊婦の抗体価が高い場合は対象外になります。
助成額	予防接種費用(上限10,000円)
申請に必要なもの	①本人確認書類 ②予防接種の領収書(予防接種を受けた人の氏名、接種日、実施医療機関、接種ワクチン、予防接種費用がわかるもの) ③抗体検査結果 ※対象者②の人は妊娠希望者または妊婦の抗体検査結果も必要です。 ④振込口座が分かるもの
申請場所	健康推進課(カミリーヤ内) ※郵送での申請も受け付けます。
申請期限	令和9年4月9日(金)

健康づくり



筑紫野市健康づくりポイント事業

市民の皆さんが「ふくおか健康ポイントアプリ」を利用して、日々の運動や食事、けんしんの受診や健康づくりを楽しみながら取り組むことができるよう、「筑紫野市健康づくりポイント事業」を実施します。目標ポイントを達成すると、抽選で商品券や地元商品など素敵な賞品が当たります。アプリで気軽に楽しみながら、健康習慣の改善につなげていきましょう。

対象者	18歳以上の人	実施期間	令和8年7月1日(水)～令和8年12月31日(木)
抽選対象となる条件	実施期間中に健康ポイントを3,000pt以上貯めた人		

応募の流れ

- STEP1 「ふくおか健康ポイントアプリ」をインストールする。
- STEP2 アプリの登録が完了したら、市の健康づくりポイント事業に応募する。
- STEP3 実施期間中に健康ポイントを3,000pt以上貯める。
- STEP4 抽選、当選者の発表(令和9年2月頃予定) 当選者には個別にお知らせします。



ウォーキングを始めてみませんか?

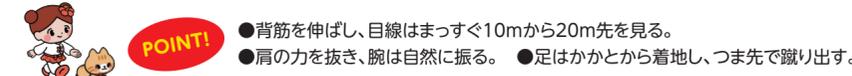
ウォーキングは、体の中に酸素を取り込みながら行う運動(有酸素運動)で、道具などもないため、どなたでも気軽に取り組むことができる運動です。健康を維持するためにもウォーキングを楽しんでみませんか?

ウォーキングの効果

ウォーキングは血圧、脂質、血糖値の改善、リフレッシュ効果等、健康を維持する効果を得られます。

正しい姿勢を意識しよう

姿勢を意識して歩くことで、体幹が鍛えられ、腰痛や膝への負担軽減にもつながります。



筑紫野市ウォーキングコースの紹介

筑紫野市には、6か所のウォーキングコースがあります。各コースの地図は、市ホームページからダウンロードできます。ぜひご活用ください。

- カミリーヤコース(4.0km)
- 二日市コース(3.4km)
- 山家コース(4.6km)
- 筑紫南コース(6.1km)
- 御笠コース(3.0km)
- 山口コース(6.1km)

市ホームページはこちらから

