

「山の日」フォーラム 2025とちぎ ～山と健康～

入場無料
事前申込不要！
湧く湧くしおや
ウォーキング
大会日に開催！

注）ウォーキング大会は
申込みが必要です



トークショーゲスト
小林綾子さん

開催日

2025年

10/13 (月祝)

時間

14:00 - 15:30

場所

塩谷町役場 町民ホール

所在地：

栃木県塩谷郡塩谷町玉生955-3

講義「より健康になるための
ウォーキングの取り組み方」

14:00～14:40



講師 **安藤真由子**
(株)三浦ドルフィンズ所属
博士(体育学)
日本山岳ガイド協会
認定登山ガイドステージII
健康運動指導士

小林綾子 わくわくトークショー
「登山はライフワーク～楽しく末永く～」

14:45～15:30

聞き手 手塚友恵



小林綾子

女優 山の日アンバサダー

8月11日「山の日」生まれ
NHK朝の連続テレビ小説「おしん」
でヒロインの子供時代を演じる



<https://www.yamanohi.net/>
☎ 03-5315-0652 平日10:00～17:00



公益財団法人
全国山の日協議会