

緑に囲まれた空間で、ここからだをととのえる一日

り よくちで ととのう

みんなの健康

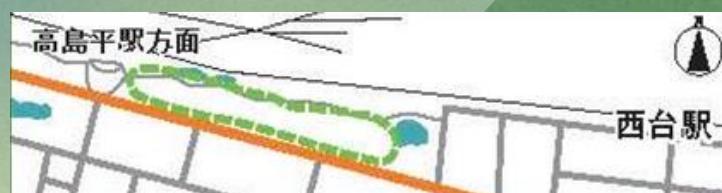
-GREEN WELLNESS-

ウォーキングや健康プログラムを通して、だれもが気軽に参加できる
「みんなの健康」をテーマにした社会実験イベントです。

当日は、ノルディックウォーキングのほかにも、健康に関するプログラムを
複数実施予定。詳細は順次お知らせしますので、ぜひお立ち寄りください。

2026. 2月 21 Sat
10:00～15:00
(最大16:00)

日 雨天中止



場所：高島平緑地西台駅～高島平駅間 (社会実験ブース内)

ノルディックウォーキング体験

14:00～15:00

ポールを使って、無理なく全身を動かす健康ウォーキング。膝や腰への負担を抑えながら、全身の筋肉をバランスよく使うことができます。年齢や運動経験を問わず、どなたでも安心して参加できるプログラムです。



共同菜園のお手入れ

10:00～11:00

高島平緑地の共同菜園で、畑しごとを楽しむ“参加型のコミュニティイベント”です。一緒に種を撒いた畑の間引きや管理などの小さな畑しごとからみんなで緑地の価値を育てる時間を一緒に。はじめての方、小さなお子様も大歓迎！

GREEN TALK #4

高島平緑地でミライを描く

高島平緑地では、再整備方針の検討にあたり、社会実験を通して「未来的な使い方を一緒に考える場」をつくりています。

どなたでも気軽に参加できるミニトーク・対話の場です。

Green Talkのテーマおよび登壇者については、詳細が決まり次第、順次お知らせします。

キッチンカー出店します！



・ソレイユ
当日はキッチンカーの出店もあります。緑の中で、食事や休憩に是非ご利用ください！

3月以降も企画中

3月15日：ICTパークラボ
4月：ウェルネスパークラボ

※企画および出店については変更になる可能性があります。予めご了承下さい。

主催：板橋区みどりと公園課

企画・運営：Green Place Design

連携：高島平キッチンカーカルチャー倶楽部

