

# がんお役立ちマップ

スタンプラリーバージョン



スタンプ5個でオリジナルトートバックを道呈!  
(なくなり次第終了です)

国営ひたち海浜公園 海浜公園 9:30開園

## 展示コーナー

健康づくりPRブースで「元気アップ!リイばらき」ポイントをゲット! 茨城県保健医療部健康推進課

## 水のステージ

## ゴール GOAL

フィニッシュでスタンプ  
(時間帯によって総合受付)

## スポーツ体験コーナー

ポッチャ、バンボン、フリースタイルフットボールなどが体験できます

### 沢田道跡

さわだいせき  
ひたち海浜公園付近にある江戸時代はじめの塩づくりのムラの跡。千々乱風(ちざらんぼう)の伝説ものこっています。

### オオウメガサソウ

オオウメガサソウ  
6月の中旬~中旬に開花する、希少な植物。ひたち海浜公園が南限(北海道、青森県、岩手県、茨城県)。ひたちなか自然の森であることができます。

### 川子塚古墳

かわこづかこふん  
ひたちなか市最大の前方後円墳。全長およそ81メートル。阿字ヶ浦駅の近くにあり。ひたちなか市指定史跡。



## がんお役立ちコーナー

お役立ちがん情報コーナーをひたちなか市内体育館3箇所に設置しています。ぜひご利用ください。

いばらき みんなのがん相談室 TEL 029 (222) 1219	茨城県看護協会が運営する、がんの相談窓口。 月~金 9:00~16:00 相談料: 無料
がん相談支援センター TEL 029 (354) 6843	株式会社日立製作所ひたちなか総合病院内にあるがんの相談窓口。 月~金 8:15~16:30 相談料: 無料
がん情報サービス ganjoho.jp	がんについて知りたいときは、まずココ。国立がん研究センターが運営するサイト、「がん情報サービス」。
ピアサポートいばらき がんの先輩の声が聞きたいな、と思ったら、そんなときは がんピアサポート。	WEBピアサポートなどを開催しています。 デザイン: 茨城県がんのりきあひまの会 mama♪

## ピンクリボンウォークのルート 約1.8km

Dream Action Project アスレチックフォーオール!  
パラ走り幅跳び中西麻耶選手による義足の体験会&スポーツワークショップ



WS①11:00~12:00  
WS②13:00~14:00  
(雨天はサブアリーナで開催)

ほしいも(かんそういも)  
ひたちなか・東海・那珂地域は日本一のほしいもの産地。黒ぼく土と潮風がおいしいほしいもを作ります。勝田全国マラソンで完走すると「かんそういも(ほしいも)」がもらえるんだった!

義肢装具士の方に来ていただき、スポーツ義足の体験会をおこないます

第71回勝田全国マラソンは2024年1月28日開催!  
<https://katsutamaraathon.jp>

## ひたちなか市総合運動公園

レクリエーション広場 P  
総合体育館 P  
1F 小児がん患者のためのレモネードスタンド 10:30~

スタート START

## 受付

総合運動公園総合受付  
9:00~  
開会式  
9:40~

12:00スタート  
ピンクリボンウォークのスタートはここから



ハニーちゃん  
ひたちなか市ピンクリボンウォークのキャラクター。実は「乳癌児を抱くハニワ」。

わたしたちもピンクリボンウォークに参加します。

フィットネス①10:15~11:00  
フィットネス②11:30~12:15  
フィットネス③12:45~13:30

## ゆるスポーツに挑戦!!

ピクトグラミー  
ランチスポーツ  
シーソー玉入れ  
イモムシラグビー

イチヨウの形の照明  
ひたちなか市民球場の照明は、イチヨウの形を知ってた? ひたちなか市の木イチヨウの葉をかたどったレアな形の照明です。

## タコ

ひたちなか市はタコの加工屋・日本一! 煮たこ、酢たこ、蒸したこなどなど、「みなとのたこめし」も美味しいよ!

ピンクリボンブースもあるよ!

## 1F 総合受付 エントランスプラザ

展示・物販コーナー  
参加団体は裏面をみてね!

虎塚古墳  
とらづかこふん  
今年で発掘50年を迎えた虎塚古墳。日本初の未開口石室の保存科学調査が行われて、真っ赤なまじりの壁画が描かれていることがわかりました。現在も保存を続けながら春と秋に壁面の公開を行っています。



## B1サブアリーナ



ダンスが苦手でもOK!  
ラテン系や世界の音楽にあわせて早いテンポ、スローなテンポで楽しく体を動かそう! (雨天は武道場で開催)

## 馬のハニワ

田代史跡「馬達埴輪製作遺跡(はにわ公園)」は、5世紀~6世紀に古墳にかざるハニワをつくった工場の跡。ハニワ窯や粘土を採った跡、ハニワの工房跡もみられています。



スポーツ弱者、世界からなくす

