

# 健保連三重連合会 健康ウォーク特別企画

新緑の中でウォーキング&ランチ&温泉を楽しみましょう！



日時：平成30年5月26日（土）9：20～受付

場所：奥伊勢フォレストピア（大台町菌993）

行程：次の①～③のいずれかのコースを選んでください。

① 新緑の北総門山（704m）展望台コース（初級コース）写真左

中勢地区、伊勢湾、渥美半島が一望できる展望台を目指します。

玄関前10:00出発⇒(マイクバス約30分)⇒登山口駐車場⇒北総門山展望台(この間をウォーキング往復で約1時間、2.0km)⇒(マイクバス30分)⇒フォレストピア

\*よく整備された登山道で初心者でも安心してウォーキングを楽しめます。

② 新緑の総門山（948m）への登山コース（中級コース）

玄関前9:40出発⇒(マイクバス約35分)⇒林間コース登山口⇒(登山約2km、約1時間)⇒総門山山頂⇒(下山約2km、約40分)⇒尾根コース登山口⇒(マイクバス35分)⇒フォレストピア

\*標高差は約200mで下山は展望の良い尾根コースを利用します。

\*登山道の案内はフォレストピア職員が先導します。

③ てくてくマップコース（初心者コース）

フォレストピアに注ぐ菌川周辺の散策道を自由に散策できます。

周辺にはわんぱく広場(アスレチック10基)や谷側には多くの魚や野鳥を見ることができます。

1周約4kmのコースです。どなたでも楽しめます。

※ 詳細は、別紙をご参照ください。

健保連三重連合会

## 健保連三重 健康ウォーク特別企画のご案内（別紙）

フォレストピアでのウォーキングを計画しました。好評だった前2回に続き3回目、新緑シーズンの企画です。多数のご参加をお待ちしています。

**日時** 平成30年5月26日（土）9:20～ フォレストピアロビーにて受付

**場所** 奥伊勢フォレストピア（大台町藪993）  
直接来ていただくか、送迎バス利用（定員25名）か申込書に表示ください。

**会費** 1,500円（※子供：3歳～小学生1,000円、2歳以下無料） 当日受付時に集金

**行程** 次のいずれかのコースを選んでください。

- ① 新緑の北総門山（704m）展望台コース（初級コース）
- ② 新緑の総門山（948m）への登山コース（中級コース）
- ③ てくてくマップコース（初心者コース）

**申込方法**・・・4月25日（水）以降に健保連三重連合会に直接電話で仮予約のうえ、申込書をFAX又は郵送してください。

但し定員70名（①②コースは其々25名まで）となり次第締切ります。

申込代表者の方には1週間位前に詳細を郵送します。

\*電話は平日（9:00～17:00）にお願いします。一時的に不在のことがありますが、その場合には お掛け直してください。

### その他

- ・送迎バスご利用の方は松阪駅北口（近鉄側）8:10出発です。  
10分前に集合してください。（帰りは14:00出発予定です）
- ・ロビーで受付後、挨拶とスケジュール等の説明をします。  
ウォーキング後、昼食と温泉の順は自由です。  
温泉に入浴の方には入浴券と引き換えにフェイスタオルを売店にてお渡しします。
- ・昼食の時間は12時30分からです。  
シェフのお任せプレート料理です。サラダ、ライス、パン、カレー、スイーツ、コーヒー、紅茶は、セルフで別にご用意しています。食事は大人・子供も同じです。
- ・雨天の場合の山歩きは危険ですから中止とします。  
中止の場合には23日までに決定し、代表者の方に電話連絡をしますので、申込書の電話は繋がりにやすい番号を記入してください。

〒514-0006 津市 広明町 345-5 三浴ビル4階  
健康保険組合連合会三重連合会  
電話 059-228-4428・Fax 059-228-0335

# 健康ウォーク特別企画参加申込書

平成30年5月26日（土曜日） 奥伊勢フォレストピア

会費 1,500円（子供 1,000円）

（ ）内を○で囲んでください

\*受付番号

(記入しないでください)

|       |   |               |   |   |
|-------|---|---------------|---|---|
| 代表者住所 | 〒 | TEL(自宅・職場・携帯) | — | — |
|       |   | FAX(自宅・職場)    | — | — |
|       |   | 所属健保組合名       |   |   |

- \*希望参加方法
1. 現地へ直接行く
  2. 松阪駅の送迎を利用する  
何れかに○をしてください
- \*散策コース
1. 新緑の北総門山展望台コース
  2. 新緑の総門山登山コース
  3. てくてくマツプコース

| 氏名  | 本人・家族別<br>(いづれかに○) | 被保険者・被扶養者の方は<br>保険証記号番号を記入 | 区別 |            | ご希望の参加コースに<br>○をつけて下さい | 備考 |
|-----|--------------------|----------------------------|----|------------|------------------------|----|
|     |                    |                            | 大人 | 子供<br>( 歳) |                        |    |
| 代表者 | 被保険者・被扶養者・同居家族     | —                          | 大人 | 子供<br>( 歳) | 1・2・3                  |    |
|     | 被保険者・被扶養者・同居家族     | —                          | 大人 | 子供<br>( 歳) | 1・2・3                  |    |
|     | 被保険者・被扶養者・同居家族     | —                          | 大人 | 子供<br>( 歳) | 1・2・3                  |    |
|     | 被保険者・被扶養者・同居家族     | —                          | 大人 | 子供<br>( 歳) | 1・2・3                  |    |
|     | 被保険者・被扶養者・同居家族     | —                          | 大人 | 子供<br>( 歳) | 1・2・3                  |    |
|     | 被保険者・被扶養者・同居家族     | —                          | 大人 | 子供<br>( 歳) | 1・2・3                  |    |

◆受付開始は4月25日(水)9時からです◆

- \* 健保連三重連合会へ電話で仮予約の上、郵送またはFAXにて提出して下さい
- \* 受付後の参加証は、1週間ほど前に代表者様にご郵送します

健康保険組合連合会三重連合会  
〒514-0006 津市広明町345-5三裕ビル4F  
TEL 059-228-4428  
FAX 059-228-0335