



# けんぽれん健康ウォーク 2019 4月8日 No.1

- 参加対象者：健康保険組合の被保険者及びその家族(小学生以上に限る)の方には1,000円の補助があります。
- 申込方法：出発の14日前までに組合名を告げ、お電話にてお申込み下さい。お申し後、備え付けのハガキに必要事項を記入の上、出発日7日前の必着でハガキの投函をお願いします。

- 書類(振込用紙等)の発送は、ハガキ到着後になります。
- 参加費用：旅行代金より1,000円を差し引いた金額(小学生以上)。表示してある金額は中学生以上の旅行代金(小学生の旅行代金は500円引きです。)
- 申込締切：出発の14日前 ●食事・雨具：各人でご用意下さい。

**AH6424 日本百名山「西の富士、東の筑波」 1泊2日**  
**神の山 筑波山を歩く**  
茨城県つくば市 朝食1回・昼食弁当2回・夕食1回付

出発日 / 4月8日(月)

旅行代金・お一人様	
2名1室 33,980円	4~5名室 29,980円
3名1室 31,980円	相部屋(男女別) 29,980円

1日目 各地一御在所SA(弁当積込)←車中昼食→筑波山温泉(泊/夕・朝食付)  
2日目 筑波山温泉→宮脇駅→ケーブルカー→山頂駅→男体山→女体山→つづじヶ丘←車中昼食→各地  
■宿泊/つくばグランドホテル(和室) ※16名個室利用希望の方はお問い合わせください。  
■出発時間 四日市…8:20 生桑…8:30 神久…6:25 伊勢…6:35  
関…8:30 津…7:40 松阪…7:25

**AH6362-00 1泊2日**  
日本百名山・木曾駒ヶ岳～馬の背・氷河園谷底湖・濃ヶ池～駒飼池周回登山 **健脚向コース** 【20名限定】

**AH6362-01 1泊2日**  
木曾駒ヶ岳と千畳敷カール **初級向コース**  
お花畑・ゆったり散策コース 【10名限定】

長野県上伊那郡 朝食1回・昼食弁当2回・夕食1回付

出発日 / 7月26日(金)

旅行代金・お一人様		2コース共通	健脚向	初級向
相部屋(男女別) 29,980円		1日目 ★★★★	2日目 ★★★★★	2日目 ★★★★
		約2.8km	約6.2km	約2.8km

1日目(2コース共通)  
各地一御在所SA(弁当積込)→菅の台 路線バス しらび平 路線バス 千畳敷→八丁坂分岐→乗越浄土→和合ノ頭→伊那前岳山頂(2688m)→和合ノ頭→宝剣山荘(泊/夕・朝食付)

2日目  
【健脚向コース】宝剣山荘→中岳→木曾駒→馬の背頂上小屋分岐→濃ヶ池分岐→濃ヶ池→駒飼池→宝剣山荘→乗越浄土→八丁坂分岐→剣ヶ池→千畳敷(※初級向コースと合流)→しらび平 路線バス 菅の台→早太郎温泉→こまくさの湯入浴→各地  
【初級向コース】宝剣山荘→中岳→木曾駒→頂上小屋→中岳→宝剣山荘→乗越浄土→八丁坂分岐→千畳敷カール(花畑散策)→剣ヶ池(散策)→千畳敷(※健脚向コースと合流)→しらび平 路線バス 菅の台→早太郎温泉→こまくさの湯入浴→各地  
■宿泊/宝剣山荘 ※全行程団体行動とします。必ず指示に従って行動してください。 ※浴衣、タオル、歯ブラシ等はごさいません。各自お持ちください。  
■出発時間 四日市…8:20 生桑…8:30 神久…6:25 伊勢…6:35  
関…8:30 津…7:40 松阪…7:25

**AH6383 1泊2日**  
秘境『木津呂』(三重県・紀和町)の  
不思議な絶景と筏師の道ウォーキング  
和歌山県新宮市北山村・奈良県十津川村 朝食1回・昼食弁当2回・夕食1回付

出発日 / 4月14日(日)

旅行代金・お一人様	
相部屋(男女別) 32,100円	

1日目 各地一紀和町小川川乗船場駐車場→瀨大橋→熊野川町嶋津→筏師の道→木津呂 絶景ポイント→展望台→三角点394m→帰路同コース→紀和町小川川乗船場駐車場→おくとろ温泉やまの宿(泊/夕・朝食付)  
2日目 おくとろ温泉やまの宿(弁当積込)→瀨八丁バス停→田戸の集落→秋葉神社→東野峠→東野集落→立会川の吊り橋→有蔵集落跡→大谷の滝→眺望ポイント(下滝の激流)→小松茶屋跡→小松橋からの眺望→北山村休憩所→瀨流荘駅→湯ノ口温泉駅(入浴)→瀨流荘駅→各地  
■宿泊/おくとろ温泉やまの宿(コテージ) ※全行程団体行動とします。必ず指示に従って行動してください。  
■出発時間 四日市…6:30 生桑…6:40 神久…6:40 伊勢…6:50  
関…7:30 津…7:30 松阪…7:40

**AH6341 1泊2日**  
日本百名山・荒島岳と日本二百名山・大日ヶ岳・二座登山  
岐阜県郡上市・福井県大野市 朝食1回・昼食弁当2回・夕食1回付

出発日 / 5月7日(火) 【健脚向】

旅行代金・お一人様		1日目	2日目
3~4名室 29,980円		相部屋(男女別) 29,980円	★★★★★
		約8.4km	約9km

1日目 各地一御在所SA(弁当積込)→ダイナランドスキー場→ダイナランドコース→大日ヶ岳→往路下る→ダイナランドスキー場→丸頭温泉(泊/夕・朝食付)  
2日目 丸頭温泉→勝原スキー場駐車場→荒島岳→往路下る→勝原スキー場駐車場→平成の湯(入浴)→各地 ※2名個室利用希望の方は窓口にお問合せください。(1名個室利用は不可)  
■宿泊/ホテルリアル和泉(和室) ※全行程団体行動とします。必ず指示に従って行動してください。  
■出発時間 四日市…7:20 生桑…7:30 神久…5:50 伊勢…6:00  
関…7:30 津…6:50 松阪…6:40

**AH6364 1泊2日**  
日本秘湯を守る会会員宿  
白馬岳蓮華温泉と白馬大池～白馬乗鞍岳～桐池高原登山  
新潟県糸魚川市・長野県小谷村 朝食1回・昼食弁当2回・夕食1回付

出発日 / 8月23日(金) 【中型バス(25名限定)】

旅行代金・お一人様		2日目
相部屋(男女別) 33,500円		★★★★★
		約8.5km

1日目 各地一御在所SA(弁当積込)→標高1,475m 野天風呂巡り白馬岳蓮華温泉ロッジ(泊)  
2日目 白馬岳蓮華温泉ロッジ→白馬大池山荘→白馬乗鞍→天狗原→自然園駅→桐池高原駅→高原バス駐車場→各地  
■宿泊/白馬岳蓮華温泉ロッジ ※全行程団体行動とします。必ず指示に従って行動してください。 ※浴衣、タオル、歯ブラシ等はごさいません。各自お持ちください。  
■出発時間 四日市…7:50 生桑…8:00 神久…6:10 伊勢…6:20  
関…8:00 津…7:20 松阪…7:00

バスハイク出発のご集合場所 四日市…近鉄四日市駅西口  
生桑…三重交通生桑車庫(駐車可・予約制) 津…津駅東口ローソン前  
関…関バスセンター(駐車可・予約制) 松阪…松阪駅第三銀行前  
伊勢…伊勢市駅前 神久…三重交通神久車庫(駐車可・予約制)

入門 ★ ウォーキング  
★★★★★ 難易度  
★★★★★ 健脚

**AH6482 1泊2日**  
日本百名山  
瑞牆山(みずがきやま) 【健脚向】  
山梨県北杜市 朝食1回・昼食弁当2回・夕食1回付

出発日 / 6月9日(日)

旅行代金・お一人様	
2名1室 33,980円	4~5名室 29,980円
3名1室 31,980円	相部屋(男女別) 29,980円

1日目 各地一御在所SA(弁当積込)←車中昼食→三分一湧水公園駐車場→名水百選 三分一湧水→信玄橋道→女水湧水分岐→道の駅こがさわ→南八ヶ岳 須玉温泉(泊/夕・朝食付)  
2日目 南八ヶ岳 須玉温泉→瑞牆湖ビジターセンター→現地バス→みずがき山自然公園→不動滝→瑞牆山(2,230m)→富士見平小屋→瑞牆山荘→現地バス→瑞牆湖ビジターセンター→各地  
■宿泊/南八ヶ岳 須玉温泉 若神楼(和室)  
※1名個室利用希望の方は窓口にお問合せください。  
※2日コースは全行程団体行動とします。必ず指示に従って行動してください。  
■出発時間 四日市…8:20 生桑…8:30 神久…6:25 伊勢…6:35  
関…8:30 津…7:40 松阪…7:25

お問合せは 三重交通テレホンセンター 旅行企画 三重交通 観光庁長官登録 旅行業第1934号  
☎059-224-5535 実施/ 三重交通 〒514-0033 津市丸之内33-3 三交丸之内ビル2F  
営業時間/月～金9:30～18:00 定休日/土・日・祝

健康保険組合