

健保連三重 健康ウォーク特別企画のご案内

ウォーキングをして食事と温泉を楽しみましょう

フォレストピアでのウォーキングを計画しました。紅葉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 令和5年11月25日（土）9:20～ロビーにて受付

場所 奥伊勢フォレストピア（大台町菌993）
直接来ていただくか、松阪駅送迎バス利用（定員12名）か
申込書に表示ください。

参加費 1,000円（※小学生以下500円）会費は当日受付時に集金します。

参加資格 健康保険組合の被保険者およびその家族
①滝コースは中学生以上 ②北総門山展望台コースは
小学生以上 ③てくてくマップコースは3歳以上

行程 ・ ・ 次のいずれかのコースを選んでください。

- ① パワースポットの滝コース…落差30mの滝、水流に磨かれた岩肌、迫力ある瀑布が実に美麗（中級コース）
玄関前9:40出発⇒奥伊勢フォレストピア前の道を北総門山展望台に向かう林道に入らず直進。未舗装の道になります。
往復120分（道中はフォレストピア職員が先導してくれます）
- ② 紅葉の北総門山（704m）展望台コース（初級コース）
中勢地区、伊勢湾、渥美半島が一望できる展望台です。
玄関前10:00出発⇒駐車場まで約30分マイクロバスで
送迎⇒展望台までウォーク（徒歩で往復40分、約1.5km）
- ③ てくてくマップコース（施設周辺を自由散策）

申込方法 ・ ・ 受付開始は11月6日（月）から11月10日（金）です。
申込書をFAXまたは郵送で提出してください。
（郵送の場合11月10日消印有効）
定員（各コース14名）を超えた場合は抽選とさせていただきます
結果を代表者の方あてに11月14日（火）に郵送します。
（松阪駅送迎利用も12名となりますので抽選となります）
参加者の方への案内（詳細）は11月17日（金）に郵送します。

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が、昼食の時間は施設の方から説明させていただきます。
温泉に入浴の方にはフェイスタオルをお渡しします。
- ・昼食はランチ（肉料理）をご用意しています。
※魚料理希望の方は申込書の備考欄にその旨ご記入ください。
※食物アレルギーのある方は申込書の備考欄にその旨ご記入ください。
※今回はパインではございません。
ワンプレートのランチで、カレーの準備もありません。
- ・小学生以下は参加費 500 円ですが、食事等は大人と同じです。

雨天の場合

雨天の場合の山歩きは危険ですから中止とします。
その場合には 22 日（水）までに決定し代表者の方に電話連絡しますので、申込書の電話はつながり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
F A X 059-228-0335