

子育て応援事業

やさしい健康 ウォーキング

開催

9月7日 令和6年 土

集合場所

潟上市天王グリーンランド
(キラ星館前のピクニック広場)

受付開始

午前8時45分 から
(受付・保健師による健康相談あり)

スケジュール

9時30分 **出発式** (諸注意・ウォーキング協会指導による準備体操)

9時45分頃 **出発** (コース別に順番に出発)
～途中 加賀谷果樹園に「ぶどう・なし狩り」のため立ち寄り～

12時00分頃 **閉会式** (完歩証交付・抽選会あり) → 終了後解散

全員に参加賞と
「ぶどう・なし狩り」
あり!



2キロ短縮コース (乳幼児帯同等)

- ①ピクニック広場
- ②グリーンランド内
- ③加賀谷果樹園
- ④ピクニック広場

5キロコース

- ①ピクニック広場
- ②グリーンランド内
- ③加賀谷果樹園
- ④ピクニック広場

10キロコース

- ①ピクニック広場
- ②砂防林内
- ③海岸沿いサイクリングロード
- ④加賀谷果樹園
- ⑤ピクニック広場



参加申込要領

- ①秋田銀行健保、秋田県自販健保、TDK健保ならびに東北電力、フィデアの健保加入者は所属健保組合に申込してください。(参加料は各健保からいただきます。)
- ②上記以外の健保組合加入者および健保連が依頼した団体等は、裏面の申込用紙で健保連秋田にFAXかE-Mailしてください。(参加料1,000円、同伴する小学生以下は無料です。)
- ③当日は少雨決行です。当日の天気、体調等による参加・不参加は各自で判断してください。当日事務局からの開催有無の連絡はありません。
- ④マスク、歩きやすいシューズ、着替え、タオル、飲料水、雨具、昼食等は各自準備願います。
- ⑤万一の事故発生に備えて、8月28日(水)の募集締め切りまでの申込者に対しては、傷害保険を付保します。
- ⑥行き帰りの交通事故やウォーキング中の事故には十分注意してください。

会場の様子



秋田県内、東北電力、フィデアの各健保組合加入者は**所属の健保組合へ**、その他の健保組合加入者は**健保連秋田連合会へ**、**8月28日まで**お申し込みください。

健保連秋田連合会

電話. 018-893-4575 FAX. 018-893-4576
E-Mail. kenporen@akita.email.ne.jp

(メールで申込みいただく場合は、件名は「ウオーキング申込」としてください。)

キリトリ

第15回 健保連秋田やさしい健康ウオーキング 参加申込書

申込代表者名

連絡先

申込期限 8月28日(水)

氏名	性別	年齢	希望コース	所属健保組合名	参考
	男・女		2キロ・5キロ・10キロ		
	男・女		2キロ・5キロ・10キロ		
	男・女		2キロ・5キロ・10キロ		
	男・女		2キロ・5キロ・10キロ		
	男・女		2キロ・5キロ・10キロ		

※当日のコース変更も可能 ※メール申込みの場合は、必要事項を記載のうえ申し込みください。
※小学生以下の場合、年齢欄に「年齢と㊦印」を記載してください。