

# 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6年11月30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紅葉の総門山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 紅葉の総門山（948m）への登山コース（中級コース）  
玄関前9:40出発⇒登山口まで約30分マイクロバスで送迎 ⇒  
展望の良い尾根コースを歩きます（往復約90分）⇒登山口で  
マイクロバス待機（道中はフォレストピア職員が先導してくれ  
ます） **※登山靴での参加をお願いします。**
- 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** ・ ・ 受付期間は11月5日（火）から11月8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8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12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18日（月）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。
- 昼食はワンプレートランチをご用意しています。  
**（バケツ形式ではなく、カレーの準備もございません）**
- 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27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