





(案)

平成26年度（上期）駐健保ウォーキング & ハイキング（座間地区）のお知らせ

駐留軍要員健康保険組合では、被保険者と被扶養者の方々の健康づくりを目的に、健康増進事業として、ウォーキングを実施しています。どのコースもやさしいコースですので、どうぞお気軽にご参加ください。（4月を除き、自由参加で申込みは不要です）
平成26年度は隔月での実施となりましたので、実施日・集合時間等をよくご確認のうえ、ご参加ください。

実施日	ツアー名	集合場所 出発時間	コース内容	所要 時間
4月20日(日) ※曜日注意	事前申込制 春を体感、 鶴巻温泉ウォーキング 	小田急線 鶴巻温泉駅 北口改札 9:30	「かながわのまちなみ100選」にも選ばれた風情ある鶴巻の温泉街から自然ふれあい歩道のコースです。 コースの途中でいちご狩りを楽しみます。 (小田急・鶴巻温泉駅解散) ※事前の申込が必要です! 下記をご覧ください。	3H
6月21日(土)	 宇宙・自然・歴史を堪能! 淵野辺ウォーキング 	JR横浜線 淵野辺駅改札 9:30	JAXA相模原キャンパスでは宇宙を、鹿沼公園では自然を、博物館では歴史を堪能するコースです。 JAXA相模原キャンパスには、小惑星探査機「はやぶさ」の実物大模型も展示されています。 (JR・淵野辺駅解散)	3H
8月23日(土)	真夏の横浜、 夕涼みウォーキング 	JR根岸線 石川町駅 北口(中華街口) 改札 17:00	毎年恒例となりました、真夏の横浜! 今年は元町を歩き、夕刻の涼しくなった海風を受けながら、マリントワーに歩いてのぼります。(自信の無い方はエレベーターも可) マリントワーでは、団体だからこそ『オ・モ・テ・ナ・シ』の特典もあります。中華街も近いので、終了後に足を延ばしてみたいかたがでしょうか? (みなとみらい線・元町・中華街駅解散)	2H
10月18日(土)	ツアーの内容は10月配布予定の「平成26年度(下期)駐健保ウォーキング & ハイキング(座間地区)のお知らせ」でお知らせします。			

参加に際しての注意事項

- ウォーキングに参加される方は、実施日に集合場所にお集まりください。4月を除き、事前申込は不要です。
※ **事前申込制** についてツアーは、いちご園に予約が必要なため、事前の申込が必要となります。(先着30名)

実施日	ツアー名	事前申込期間	申込方法
4月20日(日)	春を体感、鶴巻温泉 ウォーキング	平成26年4月14日(月) ~4月17日(木)	神奈川連絡事務所へ電話(045-681-1361)で申込 *平日 8:30~12:00、12:45~17:00

- ・飲物や昼食・は、各自ご持参ください。
- ・当日の天候により、中止またはコース変更する場合がありますので、「実施日当日の連絡ダイヤル」でご確認ください。
- ・コースは初心者向けですが、ツアーによっては、坂道や階段もありますのでご注意ください。
- ・当日はウォーキングシューズ等の履きなれた靴でご参加ください。



【問合せ先】 神奈川連絡事務所 : TEL 045-681-1361 ・ FAX 045-681-1362 (平日 8:30~12:00、12:45~17:00)
駐健保組合会議員 : 座間(小林・263-5953)、相模(山田・268-4810)、厚木(所方・264-3815)

実施日当日の連絡ダイヤル : 090-4622-0451

駐留軍要員健康保険組合 神奈川連絡事務所