

参加者募集

けんこう学校 美祢市立美東病院 × 共済組合



Mine 秋吉台ジオパークを歩く!

親子での参加も大歓迎!

健康ウォーキングセミナー

さわやかな秋空のもと地球のすごい！を感じながらいい汗をかこう！

日時 令和6年11月2日(土) 開会 10:00(受付 9:30~)

会場 美祢市立秋吉台科学博物館
美祢市秋芳町秋吉11237-938 電話 0837-62-0640



歩く前のお勉強 10:00~10:50

I 蜂刺症とアナフィラキシー

美祢市立美東病院
名誉副院長 外科医師
森岡 秀之 先生



自然歩きの危険を知ろう!

II ウォーキング前ストレッチと効果的なウォーキングの仕方!

美祢市立美東病院
理学療法士
武永 翔太 先生



美祢市立美東病院
作業療法士
江本 晃樹 先生



ジオガイドの解説付き

ウォーキング 11:00~12:00

秋吉台科学博物館をスタート・ゴールに1時間程度のコースをウォーキングします。



健康づくりと秋吉台の地質を学ぼう!

閉会

ランチボックス配付

12:30 解散

運動後のエネルギー補給に適した、防長苑のランチボックスをお渡しします。



カフェが併設された「Mine 秋吉台ジオパークセンターカスター」はランチボックスを持ち込めます。

定員 50名

参加資格 組合員、被扶養者、その家族

参加費 組合員、被扶養者、小・中学生 500円
その他家族 1,000円

申込締切 令和6年10月4日(金)

その他 雨天のときは中止します

お申し込みはこちらから



※メールで申し込みをされた場合、後日受付完了メールを送信します。
※申込時にいただいた個人情報は、このセミナーに関する以外に利用いたしません。
※参加者は、共済組合の負担で旅行傷害保険に加入します。
※参加決定通知は、開催日の一週間前までに発送しますが、届かない場合はお問い合わせください。

お問い合わせ 保険課 健康推進担当 電話 083-925-6142 セミナー用メールアドレス boshu@kyosai-yamaguchi.jp