



Mine 秋吉台ジオパークを歩く！

今年も  
やります！

## 健康ウォーキングセミナー

地球のすごい！が目から、耳から、足から心と体を整える！

日時 令和7年11月15日(土) 午前 10時開会(受付 9時30分～)

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

親子での参加も  
大歓迎!(^^)!

I 身近にいる危険生物  
～咬まれたときの治療について～

美祢市立美東病院  
外科医師  
森岡 秀之 先生



II 山歩きのポイント  
～前後のストレッチと安全な歩き方～

美祢市立美東病院  
理学療法士  
岡村 倫太郎 先生



### ウォーキング 11:00～12:00

ジオガイドの解説付き

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 配付後 解散 12:30 解散

ウォーキングで消費したエネルギーを防長苑のランチボックスで補給します。



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7年10月17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