

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！

追加で
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8年3月14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



親子での参加も
大歓迎！（＾＾）！

歩く前のお勉強 10:00～10:50

I 身近にいる危険生物 その2

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
武永 翔太 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
センターカルスター」
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

その他 雨天のときは中止します

参加費 組合員、被扶養者、小・中学生 500円
その他家族 1,000円

※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、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