

令和7年度「健康ハイキング」のご案内

町田労働基準協会
健康づくり研究会（基準部会）

町田労働基準協会基準部会「健康づくり研究会」では、2019年に実施以来、コロナ過をはじめとする諸般の事情によりしばらく途絶えておりました「健康ハイキング」を復活し下記の概要で実施しますのでご案内いたします。

今回のコースは、久しぶりの実施という点を考慮し、アップダウンも少なく比較的馴染みのある「横浜山手地区」を散策するルートを設定しました。

猛暑も過ぎ、ようやくしのぎ易くなった初秋の一日、気持ちよい汗をかきませんか。

1. 実 施 日 令和7年11月8日（土） （雨天中止）
中止判断は、前日天気予報等により事前に決定します。
参加者は、協会事務局までお問合せ下さい。
2. コース及び実施概要
 - (1) JR根岸線石川町駅～山手イタリア山庭園～山手公園～
～元町公園・外国人墓地～港の見える丘公園～山下公園
 - (2) 【集合】10:30 JR根岸線石川町駅元町口改札
※ 途中で飲物、軽食類（サンドイッチ、おにぎり等）を購入する予定
ですが、予めご用意頂いても構いません。
※ 事前にトイレを済まして下さい。
 - (3) 集合次第コース概要・注意事項など説明
 - (4) 閑静な山手住宅地を散策しつつ、立ち寄り先にある記念館等を見学し
各コースを巡ります。途中、多摩丘陵病院様による健康指導を予定。
最終目的地の山下公園にて昼食および休憩タイムをとります。
 - (5) 自由散策の後集合し中華街方面へ行き、反省会と懇親会を実施。
（懇親会は自由参加とし、会費3,000円を当日申し受けます）
 - (6) コース途中に喫煙場所は設置されておりません。喫煙される方は必ず
携帯灰皿を持参して下さい。
3. 参加条件および催行人員
当協会の会員事業場に在籍する従業員の方はどなたでも参加出来ます。
なお、参加人10名を最小催行人員とし、参加者が10名に満たない
場合は中止とします。
4. 参加申込
別添申込書に必要事項を記入の上、10月31日（金）までに協会あて
FAXにて申し込み下さい。

以 上

送付先 町田労働基準協会（FAX 042-721-2288）行き

令和7年度健康ハイキング (横浜山手地区散策)
参加申込書

申込日 月 日

※ 申込人数が多数（15人以上）の場合は先着順とさせていただきます。

事業場名			
参加者1氏名	ふりがな	参加者3氏名	ふりがな
参加者2氏名	ふりがな	参加者4氏名	ふりがな

申込日の締切は10月31日（金）厳守でお願いします。

(事務局欄)	
受付日	