

組合員 各位

奈良県歯科医師国民健康保険組合
理事長 霜田 吉見

「歩こう会」について（ご案内）

春暖の候、会員の皆様におかれましては益々ご清栄のこととお喜び申し上げます。

平素は、本会・奈歯国保事業にご協力をいただき厚くお礼申し上げます。

さて、今年度は「歩こう会」を下記のとおり、組合員及びご家族を対象に健康増進と親睦を図るため実施いたします。

行程は、奈良県文化会館前より広大な奈良公園の敷地の中でも、戒壇堂、東大寺大仏殿、二月堂、若草山山麓を散策していただき、若草山では広大な芝生で鹿たちを眺めながらゆったりとお過ごしいただきたいと思っております。

しっかり歩きながら組合員や家族同士の交流も深めていただき、心身ともにリフレッシュしていただければと思いますので、皆様の多数のご参加をお待ちしております。

なお、今後の新型コロナの感染状況により、日程の変更または中止にさせていただくこともございます。その際は、改めて連絡させていただきます。

記

日 時 令和6年5月12日（日） **小雨決行・雨天中止**

※大雨、洪水いずれかの警報が発令されている場合は中止

中止の際は、申込書記載の会員連絡先に前日(5/11)正午または当日(5/12)7:00に連絡いたします。

集合場所 **奈良県文化会館前 広場**

集合時間 午前9時00分 受付開始
午前9時30分 受付終了

コース 奈良公園方面 若草山ハイキング 約4kmコース

近鉄電車
参考時刻表 大和西大寺 → 近鉄奈良
8:47 発 8:52 着
8:54 発 9:00 着
9:04 発 9:10 着

橿原神宮前 → 大和西大寺 → 近鉄奈良
8:08 発 (急行) 8:35 着 / 8:42 発 8:47 着
8:11 発 (普通) 8:53 着 / 8:56 発 9:02 着
8:20 発 (特急) 8:44 着 / 8:47 発 8:52 着

<行程表>

9:00	集合・受付 <奈良県文化会館前 広場> 受付終了9:30
↓	
9:30	出発
↓	
10:00	戒壇堂 到着
↓	
10:10	大仏殿 到着 (休憩)
↓	
10:30	二月堂 到着
↓	
10:45	二月堂 出発
↓	
11:00	若草山山麓 到着
↓	
11:40	若草山山頂 到着 昼食 (お弁当配布)、解散

※都合によりコースが変更になることもあります。

※雨具・ゴミ袋等は各自ご持参ください。

※受付時にペットボトルお茶 (500ml) を配布します。

※**小雨決行・雨天中止**。小雨の場合、コース内容が一部変更される場合もあります。ご了承ください。

※各自ゴミはお持ち帰りいただくようお願いします。

※昼食準備の都合上、先着100名様の定員とさせていただきます。

※申し込み締切時に定員に満ちた場合は連絡させていただきますが、参加いただける場合は連絡いたしません。

※コース途中からの参加は出来ません。

※当日の緊急連絡先 (当日の欠席連絡等はこちらにお願いします)

TEL: 090-9287-7292<事務局携帯>

※参加申込みは、4月10日 (水) 午前10時より受付させていただきます。
それ以前にお申し込んでも**無効**となりますので、ご注意ください。

準備の都合上、**4月30日 (火) 迄**に会員専用ホームページまたは申込書記載QRコード、
FAX (0742-34-7107)、郵送にてお申込みください。

参加申込後、変更がありましたら電話 (0742-33-0861) で結構ですので、本会事務局
まで御連絡下さい。

「歩こう会」＜5／12(日)＞参加申込書

4月10日(水) 午前10時より受付開始(それ以前は無効)

4月30日(火)迄に会員専用ホームページまたは右記QRコード、
FAX (0742-34-7107)、郵送にてお申込ください。

→



※Fax 送信時、表面裏面のご確認をお願いします。

大人(中学生以上)	名
子供(小学生)	名
子供(乳幼児)	名(うち弁当不要 名)
合計	名

地区名 _____ 会員氏名 _____

中止時の連絡先 (TEL _____ - _____)

※昼食準備の都合上、**先着100名**の定員とさせていただきます。

※準備の都合上**4月30日(火)迄**にお申込ください。

※**申し込み時に定員に満ちた場合は連絡させていただきますが、参加いただける場合は連絡いたしません。**