

第5回 美しい石川を歩く

銭五の里・宮腰



日常生活で意外と歩くことが少ないと感じませんか。健康づくりは日頃からの積み重ねです。健民運動推進本部では皆様からご推薦いただいた優れたコースのなかから、豊かな自然や文化に親しむことができる、美しい石川のみちをみんなで歩いてみようと思います。日常の健康づくりを歩くことからはじめましょう。ご家族、お友達といっしょにお申込みください。

日 時 平成27年10月27日（火）
集合場所 大野湊緑地公園（金沢市寺中町ハ163番）
コ ー ス 銭五の里・宮腰
※小雨決行

★今回歩くコースはコースの公募の際、金石公民館歩こう会 T さんにご提案いただいたコースです。

時間	場所	備考
10:00 集合	集合場所：大野湊緑地公園	集合時間厳守で
10:20 出発	★開会式・体操を行います	お願いします
10:20-11:00	【徒歩 40分】大野湊緑地公園～専長寺～本龍寺 ～宮腰緑地公園（トイレ休憩含む）	（約 2.1 キロ）
11:00-11:15	【徒歩 15分】宮腰緑地公園～銭五公園	（約 1.0 キロ）
11:15-11:30	【小休憩 15分】※おやつをご用意します。	
11:30-12:10	【徒歩 40分】銭五公園～海月寺～大野湊神社	（約 2.0 キロ）
12:10	解散	

募集定員 40人（応募多数の場合は抽選になります。）
参加費 無料
応募方法 往復はがきの「往信」裏面に参加者の氏名、年齢、郵便番号、住所、電話番号を記載し、「返信」の宛先には代表者の郵便番号・住所・氏名を記入の上、下記へお申し込みしてください。（はがき1枚につき参加者3名まで応募できます）
≪10月15日（木）≫必着 ※応募多数の場合は抽選のうえ参加者を決定し、10月21日（水）頃までに結果を通知いたします。

〒920-8580 金沢市鞍月1丁目1番地 県民交流課内

石川県健民運動推進本部「美しい石川を歩く」係

TEL 076-225-1365

第5回 美しい石川を歩く 銭五の里・宮腰（金石方面） 応募方法

往復はがきに、下の見本のように、あなたの住所、氏名、年齢、電話番号（日中連絡のとれる番号）を記入して10月15日（木）必着でご応募ください。

往復はがきの書き方

(往信表面)	(返信裏面)
<p data-bbox="486 533 738 566">〒920-8580</p> <p data-bbox="296 539 432 707">52</p> <p data-bbox="331 723 416 757">[往信]</p> <p data-bbox="288 817 711 851">金沢市鞍月 1-1 県民交流課内</p> <p data-bbox="288 913 683 992">石川県健民運動推進本部 「美しい石川を歩く」係 あて</p>	<p data-bbox="853 817 1134 896">こちらは何も 記入しないでください</p> <p data-bbox="826 958 1278 1088">抽選結果と、 当選者には当日の集合場所・時間を 記載して返送します。</p>

(返信表面)	(往信裏面)
<p data-bbox="528 1299 671 1332">(郵便番号)</p> <p data-bbox="296 1305 432 1473">52</p> <p data-bbox="331 1489 416 1523">[返信]</p> <p data-bbox="331 1585 699 1619">(申込・代表者の住所、氏名)</p>	<p data-bbox="799 1346 1278 1570">①参加者氏名 ②年齢 ③郵便番号 住所 ④電話番号 (日中連絡の取れる番号)</p> <p data-bbox="799 1585 1278 1715">※2～3名で申し込みする場合は①～ ④について、全員分を記入してくださ い。</p>