

# 健康ウォーキング

2024

参加無料!

開催日

11月10日

※雨天決行

2024年

9時00分開会  
(8時30分受付開始)

スケジュール

開場 8時30分

受付 8時30分～9時00分

開会式 9時00分～9時15分

スタート 9時15分～ 終了 ～12時30分

健康づくりのきっかけに!  
楽しく運動しよう!



## お楽しみ 完歩抽選会

JTBナイスギフト(商品券)、おこめ券、電動歯ブラシ、サイクロンクリーナーなど、  
ゴールした方全員に賞品が当たります!  
さらに、お子様には参加賞もあります!

### コース紹介

全長46mのすべり台がある芹ヶ谷公園をスタートし、菅原道真公の3天神やSL展示、恩田川沿いを巡る、町田の歴史と自然を感じられるコースです(左記2コースから当日選べます)。坂がありますので、ベビーカーでご参加の際はご注意ください。

完歩後は、町田駅周辺で開催される市主催のイベント「キラリ☆まちだ祭2024(農業・産業フェスティバル)」への参加もおすすめです。



スタート会場

## 芹ヶ谷公園 多目的広場

(町田市原町田5-16)

(JR線 町田駅北口・小田急線 町田駅東口 徒歩13分)

募集

先着300人

3kmコース/8kmコース

●参加条件: 組合員および家族

申込方法 ①、②いずれかの方法でお申し込みください

①国保組合ホームページ(QRコード)  
→お申し込み後、参加受付確認メールをお送りします(当日本メールを印刷、もしくはスクリーンショットをお持ちください)。



②裏面の参加申込書に必要事項を記入し、国保組合へFAX、郵送または所属の支部へ持参  
→お申し込み後、10月以降に案内を郵送します。

申込先・お問合せ先

FAX 03-5348-2983 TEL 03-5348-2982

郵送先 〒169-0074 新宿区北新宿1-8-16

東京土建国民健康保険組合 健康増進課宛

### 注意事項

- 治療中の病気がある方は医師に相談のうえ、ご参加ください。
- 公園に駐車場はございますが、当日は町田市のイベント開催で道路混雑が予想されますので、公共交通機関でご来場ください。
- ペット同伴での参加はご遠慮ください。
- 万一、事故が発生した場合、主催者が加入している傷害保険の範囲内での対応となります。
- 雨天決行ですが、荒天により交通機関が運休となった場合には中止となる場合があります。
- 決行・中止の決定につきましては当日朝7時以降、国保組合ホームページ・スマートフォンサイトでご確認ください。
- 健康保険証、スニーカー、雨具、帽子、水筒などは各自でご持参ください。
- 会場には荷物預かり場所を用意していませんので、お荷物や貴重品は各自で管理してください。
- 会場ではできる限りの応急処置は致しますが、それ以上のことはできませんので、ケガなどにはくれぐれもお気をつけください。
- ご病気が原因での事故につきましては、傷害保険及び主催者では対応できませんので、体調管理はくれぐれもお気をつけください。
- 本イベント中に撮影した写真は、国保組合だより等の広報物に使用する場合があります。あらかじめご了承ください。

東京土建国民健康保険組合

健康ウォーキング2024 参加申込書 ※コピー利用可 ※申し込みをされた方には、10月以降に案内を郵送します

※保険証の記号番号は東京土建国保に加入している方のみご記入ください（保険証の上部に記載されています）。

保険証の記号番号※		(記号) 91-	(番号)	所属の支部	支部
組合員	参加者氏名		続柄	生年月日・年齢	
	フリガナ		本人	昭・平・令 年	
男・女		月 日		〒 _____	
いずれかに○		参加する・参加しない	( ) 歳	☎ (自宅・携帯) ( )	
				☎ (緊急連絡先) ( )	
組合員以外の方	フリガナ			昭・平・令 年	
	男・女			月 日	
				( ) 歳	
				〒 _____	
				☎ (自宅・携帯) ( )	
				☎ (緊急連絡先) ( )	
フリガナ				昭・平・令 年	
男・女			月 日		
			( ) 歳		
			〒 _____		
			☎ (自宅・携帯) ( )		
				☎ (緊急連絡先) ( )	
フリガナ				昭・平・令 年	
男・女			月 日		
			( ) 歳		
			〒 _____		
			☎ (自宅・携帯) ( )		
				☎ (緊急連絡先) ( )	
● アンケートにご協力ください				応募締切日 2024年10月31日(木)	
▶ 今回の健康ウォーキングの開催はどこで知りましたか？ 次の1~4に○を付けてください。(複数回答可)				▶ 過去に国保組合主催の健康ウォーキングに参加したことがありますか？	
1.けんせつ(国保組合だより)      2.群会議など東京土建の各種会議				1.はい(      回)      2.いいえ	
3.国保組合ホームページ      4.その他(      )					

ご家族のみ参加の場合も必ずご記入ください。

※参加者氏名は参加される方全員のお名前をご記入ください。※住所・電話番号が同じ場合は、組合員もしくは代表者の方のみご記入ください。  
※ご記入いただいた個人情報は、参加証の発送および傷害保険加入、当日の緊急連絡の目的以外には、第三者への提供および利用はいたしません。  
※本イベント中に撮影した写真は、国保組合だより等の広報物に使用場合があります。あらかじめご了承ください。

国保組合にご加入の19歳以上※の皆様へ (※2025年3月31日時点)

ケンコム  
kencomアプリで、  
楽しみながら健康になろう♪

さっそく  
ダウンロード



これなら  
続けら  
れる!



健康支援サービスkencomは、スマホ・PCからいつでも、無料でご利用いただけます。  
健康づくりで貯めた「どけんポイント」は、ギフトカードやコーヒーチケットと交換可能！  
ぜひご活用ください。 ※初回登録時はお手元に保険証をご用意ください。