

令和3年9月30日
石川県健民運動推進本部
外線：076-225-1361
内線：3814
担当：出村

第12回美しい石川を歩く「のと里山海道 別所岳往復コース」の開催について

1. 概要

誰もが気軽に実践できる日常的な健康づくりのひとつである「歩くこと」を推進するため、本県の豊かな自然や歴史・文化などに親しみながら、仲間と一緒に歩くウォーキングイベントを開催します。

2. 主催 石川県健民運動推進本部

3. 共催 石川県歩こう会連絡協議会

4. 実施日 令和3年10月1日（金）10:30～12:30

5. 集合場所 のと里山海道 別所岳サービスエリア（下り）
（七尾市中島町別所）

6. 参加者 44名

7. 日程

10:30～11:00	開会式、準備体操
11:00～11:40	別所岳サービスエリア（下り）→ 別所岳山頂 【約40分／1.7キロ】
11:40～11:50	別所岳の説明、休憩 【約10分】
11:50～12:20	別所岳山頂 → 別所岳サービスエリア（下り） 【約30分／1.7キロ】
12:20～12:30	クールダウン、閉会式

8. その他 ・当日、石川県歩こう会連絡協議会に指導、引率を協力していただきます。

【参考】過去のイベント

<http://www.pref.ishikawa.jp/seikatu/kouryu/02-1aruku.html>

第12回 美しい石川を歩く

のと里山海道 別所岳往復



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始めましょう。ご家族、お友達といっしょにお申込みください。

日 時 令和3年10月1日(金)

集合場所 のと里山海道 別所岳サービスエリア(下り)(七尾市中島町別所)

(自家用車にて、のと里山海道からお越しください。公共交通機関や、一般道から直接別所岳SAへお越しいただくことはできません。

上りSAと下りSAの間は連絡通路を利用して行き来できます。)

コース のと里山海道 別所岳往復 ※小雨決行

時間	場所	備考
10:00 受付 10:30 開会式 11:00 出発	集合場所：のと里山海道 別所岳サービスエリア(下り) ★開会式・体操	集合時間厳守で お願いします
11:00-11:50	別所岳サービスエリア(下り)～別所岳山頂 【徒歩40分、別所岳の説明・休憩10分】	(約1.7キロ)
11:50-12:20	別所岳山頂～別所岳サービスエリア(下り) 【徒歩30分】	(約1.7キロ)
12:20-12:30 12:30 解散	クールダウン、閉会式	

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 はがきに参加者の氏名、年齢、〒、住所、電話番号を記入の上、下記へ申込みしてください。(はがき1枚につき5名まで応募可) ※電話、FAX、メールでの申込みも可

《9月10日(金)》必着

※応募多数の場合は抽選のうえ参加者を決定し、9月24日(金)頃までに
参加決定者に結果通知いたします。

〒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 076-225-1366
FAX 076-225-1363
メール kenmins1@pref.ishikawa.jp