

遊歩会・ハイキングのご案内 2024年11～12月

11月12日(火) 岩峰見事な、展望の鷹取山(139m)へ！

かつて湘南妙義とも呼ばれた岩山ですが、安全に登れます！

集合場所 茅ヶ崎駅改札口(目印：黄色い旗)
集合時間 8時00分 発車時間8時17分(東海道線高崎行き)
交通費 1280円
参加費 300円(組合員200円)、保険料を含む
コース 茅ヶ崎駅-大船(乗換)-東逗子~神武寺~奥の院~鷹取山
(昼食)~京急田浦-茅ヶ崎駅
所要時間 歩行2時間30分程度(休憩と散策を除く)

※雨天中止の場合：11/19(火)に延期して実施。

※秋の日は短いのでヘッドランプか懐中電灯をご用意ください。

(担当者：青井、中野)

12月13日(金) 横浜・氷川丸見学とランドマークタワーへ！

クリスマス・シーズンだからこそ楽しめるベイエリア。ツリーも楽しいです！

集合場所 茅ヶ崎駅改札口(目印：黄色い旗)
集合時間 8時30分 発車時間 8時39分(東海道線・上野東京ライン)
交通費 1180円
別途入場料 (氷川丸チケット+ランドマークタワー展望フロア入場券)
一般：1000円、シニア65歳以上：800円(証明書が必要)
参加費 300円(組合員200円)、保険料を含む
コース 茅ヶ崎駅-大船(乗換)-関内~税関庁舎ほか~山下公園(昼食)
~氷川丸見学~ランドマーク展望フロア~桜木町-茅ヶ崎駅
所要時間 歩行1時間30分程度(休憩と館内&船内見学を除く)

※帰路、桜木町駅にて一旦解散とします。

※雨天中止の場合：12/17(火)に延期して実施。

(担当者：由井、小野寺)

◇ 遊歩会は下記の世話役と企画提案者1人(渡邊さん)で運営していましたが今回小林さんという新人さんが加わってくれました。我々世代より10歳以上若いので、フレッシュな活躍を期待しています。皆様もよろしく。お手伝いくださる方はまだ募集中です！！

◇ コロナ禍、だいぶ収まってきました。が、完全収束ではありません。参加される方は毎日の体調管理(発熱・咳・喉の痛み)に注意して、いずれかを含む症状がある場合は参加を見合わせ、早めに医療機関を受診するようお願い致します。

- 申込方法 事前に氏名、電話番号を該当回の担当者へ必ず連絡して下さい
- 天気について 状況で中止の場合あり、不安な時は担当へお問合わせ下さい
- 服装・携帯品 山道では滑りやすいので、軽登山靴を是非履きましょう。
雨具、帽子、手袋、水(1~1.5ℓ)、ストック、ヘッドランプ、
昼食、行動食(菓子など)、健康保険証
- 自主トレ 毎日1時間程度の速歩など、運動の日常化が大切です

全日本年金者組合 茅ヶ崎支部/寒川支部 ハイキングサークル 「遊歩会」

申込・問合せ：青井/85-2740(留守電、Fax可) 090-4932-4120

溝口/080-5026-3016 中野/080-7005-5678

由井/57-6891 小野寺/57-4625