

## 令和元年度 『社会福祉法人更生会 歩こう会』

- (1) Aコース：番所鼻公園往復（3 km）  
(2) Bコース：番所鼻公園から石垣（7 km）

往路：  

復路：  



### 【持参するもの・服装】

水筒（給水所では、飲み物を用意します。）、運動靴、動きやすい服装、帽子、タオル、雨具、健康保険証または健康保険証の写しをご準備ください。

### 【参加にあたっての注意事項】

- (1) 本歩こう会の趣旨・目的に全面的に賛同するとともに、主催者の指示に従ってください。
- (2) 歩行中の喫煙、携帯電話、イヤホン等の使用は、事故防止のため禁止します。
- (3) 本歩こう会に関係する者の事故等については、主催者が加入する傷害保険の範囲において補償するものとなりますが、参加者は各自安全や体調等には十分注意してください。

石垣