社会保険協会からのお知らせ　健康ウォーキングのご案内

自然を感じるウォーキングやトレッキング

みやぎ歩け歩け大会

パスツアー旅行代金の一部(3,000円)を助成します

会員事業所にお勤めの従業員とご家族が下記の宮城交通株式会社・河北新報社主催の健康増進企画のパスツアー「みやぎ歩け歩け大会」に参加申込みされた場合、一部代金（3,000円）を助成します。

※令和8年度の「協会費」が納入済みであることを確認のうえお申し込みください。
※お一人様1回限りの助成となります。
※募集人員は各コース40名（1グループ1コース4名まで）

福島県 田村市　あぶくま洞と仙台平コース

井当の昼食付　日帰り入浴付

カルスト台地の仙台平から約8000年前の歳月をかけて作られた自然の造形美「あぶくま洞」を目指します。

代金 **13,500円**（1人1席の場合）
※1人2席の場合、追加代金+2,500円
●最少催行人員／20名　●約5km・約1時間30分
●標高差約230m（ほぼ下り）／難易度 ★

11／8日 日帰り　食事条件：あり／添乗員同行

スケジュール
仙台駅(宮)[6:30]→仙台駅東口[7:30]→長町駅西口[7:50]→仙台平キャンプ場(スタート)[10:30]…仙台平展望台…県道381号線…星の村展望台…あぶくま洞（ゴール・鍾乳洞見学・昼食）→かわうちの湯（入浴休憩）→長町駅西口[17:00]→仙台駅東口[17:30]→仙台北(宮)[18:30]

熊本県 天草市　九州オルレ熊本天草・松島コースと世界遺産隠れキリシタン史跡めぐり

飛行機で行く「九州熊本天草」！ 日本三大松島の美しい景色と歴史文化を感じる2泊3日の旅

代金 **114,800円**（2名1室の場合）
●最少催行人員／20名
●約10km・約4時間（3日間合計）
●標高差約160m／難易度 ★★

11／29日～12／1日 泊

宿泊／2泊3日　食事条件：朝2・昼3・夕2／添乗員同行

スケジュール
1日目:仙台空港[9:30頃各自集合]→(ANA便)→福岡空港=世界遺産・三角西港(観覧)=天草市本渡地区(宿泊)[17:45]
2日目:ホテル[8:30]→(九州オルレ天草松島コース)→山入口(スタート)[9:00]…千元の森手前…千鐘山展望台…鉾亭敷地内…松島展望台…五号橋下…龍の足場(ゴール)=本渡地区(昼食)=天草崎津道の駅(崎津集落・崎津聖会見学)=大江天守堂(見学)=天草市本渡地区(宿泊)[17:30]
3日目:ホテル[8:30]=天草四郎ミュージアム(見学)…天草最北の八代海観(天草2号・4号橋付近を周遊)…(昼食)=(天草五橋)=福岡空港→(ANA便)→仙台空港[17:50頃] ※宿泊ホテル・サンタカミングホテル(シングル又はツイン)

宮城県 石巻市　みちのく潮風トレイルコース　おしか半島ウォーキング

さかまでの昼食・入浴付　高砂かまぼこの手焼体験付

コバルトブルーの海に浮かぶ金華山を眺め、牡鹿半島のみちのく潮風トレイルの一部コースを歩きます。

代金 **13,600円**（1人1席の場合）
※1人2席の場合、追加代金+3,400円
●最少催行人員／20名　●約4.6km・約1時間15分
●標高差約130m／難易度 ★★

12／12土 日帰り　食事条件：昼1／添乗員同行

スケジュール
仙台北(宮)[6:30]→仙台駅東口[7:30]→長町駅西口[7:50]→石巻河南IC付近[9:00]→鮎川浜＝金華山神社＝の鳥居（スタート）[10:20]…御番所跡…御番所公園展望台…おしか番所洋公園…コバルトライン…赤エールタワおしか（ゴール見学）＝鼎の宿・さかま（昼食・入浴休憩）＝女川・高砂かまぼこ（手焼体験・買物）＝石巻河南IC付近[16:00]→道の駅松島（休憩）＝長町駅西口[17:50]＝仙台駅東口[18:20]＝仙台北(宮)[19:20]

福島県 いわき市　いわき市フラワーセンターと石森山遊歩道

ミニトマト収穫体験付

草花が年中楽しめるフラワーセンターと多彩なコースの石森山遊歩道を歩きます。ゴールの後はミニトマト収穫体験をお楽しみください！

代金 **12,300円**（1人1席の場合）
※1人2席の場合、追加代金+2,700円
●最少催行人員／20名　●約5km・約1時間30分
●標高差約60m／難易度 ★（フラワーセンターのみ）又は★★（石森山公園含む）

2／20土 日帰り　食事条件：なし／添乗員同行

スケジュール
仙台北(宮)[7:00]→仙台駅東口[8:00]→長町駅西口[8:20]→宮城県[9:00]＝マリンゲート塩釜[9:30出船]～野々島（スタート）[10:00]…熊野神社…つばきのトンネル…野々島学校下～(遊船)～寒風沢…遊歩の磯…日和山展望台…寒風沢神明社…前浜…田国地蔵…寒風沢ステーション（ゴール・昼食・牡蠣汁付）…六地蔵…寒風沢港港＝マリンゲート塩釜[14:40頃]＝海鮮せんべい塩竈(買物)＝本宮釜駅[16:00]＝長町駅西口[16:40]＝仙台駅東口[17:10]＝仙台北(宮)[18:10]

宮城県 塩釜市　浦戸諸島（野々島&寒風沢）春いちばんウォーキング!!

昼食時「牡蠣の味噌汁」付　島の案内人付

松島湾に浮かぶ浦戸諸島の野々島と寒風沢で「島じかん」を体感してみてください。

代金 **11,500円**（1人1席の場合）
※1人2席の場合、追加代金+1,800円
●最少催行人員／20名　●約4km・約2時間
●標高差約25m／難易度 ★

3／20土 日帰り　食事条件：なし／添乗員同行

スケジュール
仙台北(宮)[7:00]→仙台駅東口[8:00]→長町駅西口[8:20]＝宮城県[9:00]＝マリンゲート塩釜[9:30出船]～野々島（スタート）[10:00]…熊野神社…つばきのトンネル…野々島学校下～(遊船)～寒風沢…遊歩の磯…日和山展望台…寒風沢神明社…前浜…田国地蔵…寒風沢ステーション（ゴール・昼食・牡蠣汁付）…六地蔵…寒風沢港港＝マリンゲート塩釜[14:40頃]＝海鮮せんべい塩竈(買物)＝本宮釜駅[16:00]＝長町駅西口[16:40]＝仙台駅東口[17:10]＝仙台北(宮)[18:10]

詳しい内容は出発のご案内状でお知らせいたします。

「申込方法」とお問い合わせ
宮交観光サービス株式会社（右記電話番号）
へ直接お申し込みください。
電話 022-298-7762

申し込み
お申込み締切日は、出発日の7日前まで。※但し、締切日前に満席及び開催中止で予約できない場合もございます。