

令和 4 年度後期 ITS ハイキング大会実施要領

令和 4 年度後期 ITS ハイキング大会は、新型コロナウイルス感染拡大防止策を徹底し実施いたします。大会実施にあたり新型コロナウイルス感染防止対策にご協力をお願いする場合もございます。

また、原則、一般社団法人日本ウォーキング協会ガイドラインに則って実施することといたします。

一般社団法人日本ウォーキング協会ガイドライン URL

<https://www.walking.or.jp/uploads/c18bfa7570c82aff6b97524d98fa1d78-1.pdf>

小田急線の秦野駅から程近い命徳寺から鶴巻温泉へと続くコースです。弘法山公園を通り、緑豊かな山道を進み、吾妻山を経由し鶴巻温泉へと下ります。

また今年度もインストラクターとしてバルセロナオリンピック競歩代表の園原健弘氏に加え、2006 年度ミスインターナショナル・日本大会グランプリ受賞者でウォーキングインストラクターとして活躍されている櫻井麻美氏を迎え、ハイキングの歩き方のポイントや日常の正しい歩き方、美しく健康になるワンポイントレッスン等に関するミニセミナーを開催します。



（インストラクター：園原健弘氏）



（インストラクター：櫻井麻美氏）

ハイキング中も園原氏、櫻井氏が参加者と一緒に歩きます。

自然と触れ合いながら約 7.5 キロメートルの健康ハイキングをお楽しみください。

ゴール後、ご希望者は温泉施設（弘法の里湯）も無料でご利用いただけます。

この機会に是非お申し込みください。

1.開催日
場所、コース

第1回 令和4年10月1日(土)
「神奈川・弘法山」コース(中級者向け)

時間	
10:00	現地集合(受付) 集合場所:命徳寺境内 小田急線「秦野駅」より徒歩約10分 受付後、準備体操をしてハイキングへ出発 弘法山公園入口 浅間山
11:30頃	権現山山頂(昼食・弁当) インストラクターによるミニセミナー開催 弘法山 吾妻山
15:00頃	ゴール:鶴巻温泉駅付近(弘法の里湯) 自由解散 ご希望者には弘法の里湯の入館券をお渡しいたします(無料)。

上記スケジュールはおおよその目安です。参加人数、ペースなどにより変更になる場合があります

*** 現地集合・現地解散型のコースです。**

* 当日の状況などにより変更になる場合があります(小雨決行)。

* 雨天中止の場合、順延はございません。

弘法の里湯のご利用は2時間までとなります。また、当日は貸し切りではないので、混雑する場合もございます(入館券は開催日のみ有効です)。

2.参加資格

被保険者および被扶養者(小学5年生以上)

* このコースは中級者向けとなるため、体力に自信のある方とします。

申し込み時及び参加当日に被保険者・被扶養者の資格を有する方
年度内1回の参加となります(前期ITSハイキング大会に参加された方はお申し込みいただけません)。

3.定員

200名

4.参加料金

1名につき 18歳以上 500円

18 歳未満 無料

- * 参加者全員に昼食（弁当・飲物付き）をご用意いたしますが、ハイキング中の飲物は別途ご用意ください。
- * 参加当日、受付にてお支払いいただきます（カード支払い不可）。参加料金の徴収業務を有限会社ウェルネスプランニングへ委託しています。

5. 集 合 時 間
集 合 場 所

集合時間 午前 10 時（予定）
集合場所 命徳寺境内
小田急線「秦野駅」より徒歩約 10 分
詳細は参加が決定した方にお知らせします。

6. 当日の受付方法

参加当日、受付で「参加案内」と身分確認のため「保険証（コピー不可）」を呈示していただきます。
呈示がない場合は、参加できません。
なお、詳細に関しては、参加が決定した方にお知らせします。

7. 持ち物・服装

ハイキングに適した服装及び山歩きの出来る靴、タオル、雨具、レジャーシートをご用意ください。なお、可能な方は帽子、水筒などもご用意ください。

8. インストラクター

園原 健弘（そのはら たけひろ）
・バルセロナオリンピック競歩代表
櫻井 麻美（さくらい まみ）
・ウォーキングインストラクター

別添、プロフィール参照

9. 申 し 込 み

対応ブラウザ

Internet Explorer11 以上または Firefox、Safari、Chrome、Edge 最新版

- ・ ブラウザの JavaScript、Cookie を有効にしないと遷移できません。
- ・ ブラウザにより一部動作が異なる場合があります。
- ・ 1 文字目に「」（ハイフン）」が入っているメールアドレスは使用できません。
- ・ お使いの端末によっては対応ブラウザでも正しく表示されない場合があります。

【申込方法】

ITS のホームページ（<https://www.its-kenpo.or.jp/>）へアクセスし、WEB 申請メニュー画面に入ります。

メニュー画面より「体育奨励イベント」を選択します。

希望イベント、コース・参加希望日を選択し、個人情報の取り扱いに同意のうえ、メールアドレスを入力し「送信」ボタンを押すと入力したメールアドレス宛てに確認のメールが自動送信されます（メールの受信制限をされている方は下記メールアドレスからの受信を許可してください）。

メールアドレス：noreply@mail.its-kenpo.or.jp

* 確認のメールが届かない場合は、登録したメールアドレスが間違えている可能性があります。その場合は から再度手続きを行ってください。

届いたメールを確認いただき、メール記載の URL から申込画面を開き、注意事項をご確認のうえ、必要事項を入力し「申込する」ボタンを押してください。

申込代表者の方は申込代表者名（カナ氏名）の欄と参加希望者の登録の2ヵ所に入力が必要となります。参加希望者を登録する際、緑色の『このボタンを押すと代表者情報が1行目に反映されます』ボタンを押してください（性別と続柄は別途入力が必要となります）。

参加希望者が2名以上いる場合は入力欄をスクロールし（全画面表示されている場合は除く）一番右にある「追加」ボタンを押し入力欄を追加したうえで入力してください。

* 「参加希望者」欄には参加される方全員の情報を登録してください。申込代表者の方も「参加希望者」欄に情報を登録いただく必要があります。**「参加希望者」欄に登録が無い方は参加できませんのでご注意ください。**

申込内容確認画面にて申し込みいただいた内容を確認のうえ、「確認」ボタンを押してください。

申込完了画面に遷移し申込受付番号が表示され、申込完了メールが自動送信され申込完了となります。申込完了メールは必ずご確認ください。

メール記載の＜以下の方の登録を確認しました＞欄に申込代表者の方の名前が表示されているか必ずご確認ください。

申込代表者の方も参加希望で名前の表示が無い場合、参加希望者として登録されていません。その場合は申し込みをキャンセルし、申込期間内に再度お申し込みください。

< WEB による申し込みができない場合 >

所定のハイキング大会参加申込書（コピー可）に必要事項を記入のうえ、健康増進サービスセンターへご郵送ください（ファックスでの申し込みはお受けできません）。

WEB 申込が可能な環境にある方は WEB 申込をご利用ください。

～ 申込上の注意 ～

- ・ 申し込み締め切りは、7月20日(水)24時までとなります(郵送での申し込み締め切りは、7月15日(金)必着です)。
なお、締め切り後の申し込みはお受けできません。
- ・ 保険証の記号・保険証の番号・申込代表者名(カナ氏名)・参加者名(カナ氏名)・生年月日・性別・続柄は資格認証のキーとなります。必ず保険証に記載されているとおりに入力してください。参加希望者全員分の入力が必要です。
- ・ 申込代表者の方も「参加希望者」欄に必ず入力してください(申込代表者を含む参加希望者全員の入力が必要です)。入力がない場合、ご参加いただけません。
- ・ 連絡先電話番号は申込代表者に連絡のとれる番号を入力してください。
- ・ 当日の連絡先電話番号は、当日に申込代表者に連絡のとれる番号を入力してください。
- ・ キャンセル待ちを希望の方は、キャンセル待ち希望を選択してください。
- ・ 参加希望日に被保険者及び被扶養者の資格がない方は、申し込みできません(後期高齢者医療制度による資格喪失の場合も同様)。
- ・ 参加者の重複申し込みはお受けできません。
- ・ 申し込み締め切り(7月20日(水)24時まで)までは、申込内容の確認・キャンセルが申込完了メールに記載の URL から行えます。変更の場合は申し込みをキャンセルし、再度お申し込みください(郵送での申し込みの方は7月15日(金)までに健康増進サービスセンターへ電話でご連絡ください)。

申込締切後の参加者の変更・追加はお受けできません。

定員を超えた場合は、グループ単位の抽選となります。

10. 結果の通知

8月9日(火)にご登録いただいたメールアドレスに当選・落選の結果を送信します(郵送での申し込みの場合は結果をご記入いただいた住所宛に郵送します。電話によるお問い合わせは受けておりません。)

結果メール(郵送の場合は結果のご案内)を必ずご確認ください。

11. キャンセル

開催日2日前までは当選結果メールに記載の URL からキャンセルの手続きを行ってください(健康増進サービスセンターへの電話連絡は必要ありません)。

開催日前日にキャンセルされる場合と郵送で申し込みの場合は、健康増進サービスセンターへ電話でご連絡ください。

参加者の一部キャンセルの場合は、健康増進サービスセンターへ電話でご連絡ください。

12. その他

- ・ イベント参加時におけるケガ、疾病の発病、その他の事故等につきましては、当健康保険組合に故意または重過失があると認められた場合を除き、一切の責任を負いかねますのでご了承ください。
 - ・ 名前の貸し借りをして参加した場合と管理上支障があると判断された場合は、参加をお断りすることがあります。
 - ・ 実施要領は ITS ホームページからご覧いただけます。また WEB 申し込みができない場合は、参加申込書のダウンロードも可能です。大会実施にあたり新型コロナウイルス感染防止対策にご協力をお願いする場合がございます。詳細については結果通知にてお知らせいたします。
- 新型コロナウイルス感染拡大状況によりイベントの内容変更または開催を中止とさせていただく場合もございます。

《参加申込書の郵送先・お問い合わせ先》

健康増進サービスセンター

〒169-8516 東京都新宿区百人町 2-27-6

関東 IT ソフトウェア健康保険組合・健康増進サービスセンター

TEL 03-5925-5348 (保養施設・イベント等)

<https://www.its-kenpo.or.jp/>

受付時間 月曜日～金曜日 (祝日・年末年始を除く)

9 : 00 ~ 17 : 00

新型コロナウイルス感染対策強化のため、受付時間が変更となっている場合があります。ホームページをご確認ください。

* 時間外は受け付けておりませんのでご了承ください。

* 電話番号はお間違いのないようご注意ください。

「 保養施設等の利用およびイベントにおける個人情報の取り扱いについて (<https://www.its-kenpo.or.jp/privacy/event.html>) 」をお読みいただき、同意のうえお申し込みください。

以上

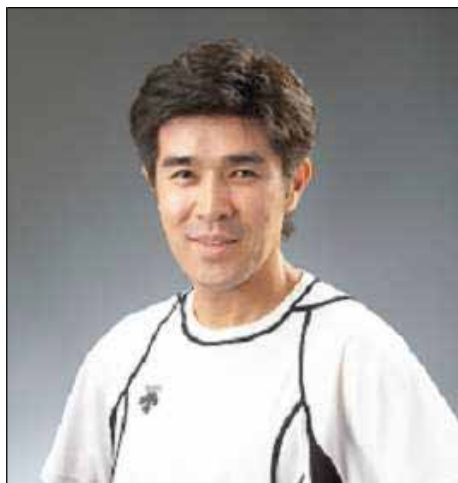
ITS ハイキング大会 インストラクタープロフィール

園原 健弘（そのはら たけひろ）

明治大学体育会競走部監督

1992 年バルセロナオリンピック競歩代表

1996 年アトランタオリンピック陸上チームコーチ



世界陸上 3 回連続出場、箱根駅伝 2 回出場など競技者としての経験をベースに健康作り、ダイエット指導など幅広い分野で活躍中。

ウォーキングをベースとした健康づくり教室はメタボ、ロコモ、マインドフルネスなど様々なニーズに応えられるプログラムとして企業・自治体・法人などにも人気。雑誌監修、テレビ出演など多数。神楽坂にて自身のパーソナルトレーニングジムも開設している。

著書に『あらゆる不調を解決する最高の歩き方』（きずな出版）、『数値改善ウォーキング』（主婦の友社）、『正しく歩いて東京マラソン完走』（小学館）などがある。

櫻井 麻美（さくらい まみ）

医学修士

ボディワーク研究家／スムージーライフアドバイザー



順天堂大学大学院医学研究科博士課程在籍。不定愁訴に対する運動療法、呼吸と自律神経、血糖値の上がないメディカルスムージー、味噌と自律神経の関係を研究中。

2006年度ミス・インターナショナル日本大会グランプリ／世界大会第4位。2006年多摩美術大学卒業。

モデル等の経験を生かして、健康になるだけでなくより美しく魅力的に、さらに豊かな人生へと繋げていくことを目指したレッスン・セミナーを展開している。著書に「櫻井麻美の美脚塾」「櫻井麻美の美脚スムージー」（主婦の友社）などがある。またモデル・タレントとして CM やテレビ番組にも出演。

令和 4 年度 後期 ITS ハイキング大会参加申込書

保険証の 記号		保険証の 番号		事業所名	
申込代表者名 (カナ氏名)					
連絡先 電話番号 *1		- -		当日の連絡先 電話番号 *2	- -
住所 (自宅・会社)		〒			
会社に郵送希望の場合は会社名も記載してください。					

*1 申込代表者に連絡のとれる番号をご記入ください。

*2 当日に申込代表者に連絡のとれる番号をご記入ください。

別紙「保養施設等の利用およびイベントにおける個人情報の取り扱いについて」をお読みいただき、同意のうえ、氏名欄に記入しお申し込みください。

下記のとおり申し込みます。

第 1 回 10 月 1 日 (土)	「神奈川・弘法山」コース 小学 5 年生以上
--------------------	---------------------------

保険証の 記号	保険証の 番号	カナ氏名	生年月日	続柄	性別
		1. 申込代表者	S・H 年 月 日	被・扶	男・女
		2.	S・H 年 月 日	被・扶	男・女
		3.	S・H 年 月 日	被・扶	男・女
		4.	S・H 年 月 日	被・扶	男・女
		5.	S・H 年 月 日	被・扶	男・女
		6.	S・H 年 月 日	被・扶	男・女
		7.	S・H 年 月 日	被・扶	男・女

キャンセル待ちを[希望する ・ 希望しない]

8 名以上で申し込みの場合は、**続紙**へご記入ください(必ずホチキスでとめてください)。
 郵送する前に申込書のコピーを必ずお取りください。
申込締切後の参加者の変更・追加はお受けできません。
申込締切は、7 月 15 日(金)必着〔ファックス不可〕です。

《申込書送付先》
 〒169-8516 東京都新宿区百人町 2-27-6
 関東 IT ソフトウェア健康保険組合
 健康増進サービスセンター

(コピー可 / A4 サイズ)

続紙（No. ）

保険証の記号		申込代表者名（カナ氏名）
保険証の番号		

上欄も必ずご記入ください。

別紙「保養施設等の利用およびイベントにおける個人情報の取り扱いについて」をお読みいただき、同意のうえ、氏名欄に記入しお申し込みください。

保険証の 記号	保険証の 番号	カナ氏名	生年月日	続柄	性別
		8.	S・H 年 月 日	被・扶	男・女
		9.	S・H 年 月 日	被・扶	男・女
		10.	S・H 年 月 日	被・扶	男・女
		11.	S・H 年 月 日	被・扶	男・女
		12.	S・H 年 月 日	被・扶	男・女
		13.	S・H 年 月 日	被・扶	男・女
		14.	S・H 年 月 日	被・扶	男・女
		15.	S・H 年 月 日	被・扶	男・女
		16.	S・H 年 月 日	被・扶	男・女
		17.	S・H 年 月 日	被・扶	男・女

続紙は必ず後期 ITS ハイキング大会参加申込書にホチキスでとめてください。
郵送する前に申込書のコピーを必ずお取りください。
申込締切後の参加者の変更・追加はお受けできません。
申込締切は、7月15日(金)必着〔ファックス不可〕です。

《申込書送付先》
〒169-8516 東京都新宿区百人町 2-27-6
関東 IT ソフトウェア健康保険組合
健康増進サービスセンター

（コピー可 / A4 サイズ）

保養施設・イベント等に関するお問い合わせは下記までお願いします。

健康増進サービスセンター

TEL 03 - 5925 - 5348

FAX 03 - 5925 - 5335

保養施設等の利用およびイベントにおける個人情報の取り扱いについて

当組合の保養施設等の利用およびイベント参加につきましては、下記のように個人情報を取り扱います。

同意のうえお申し込みをお願いします。

1. 個人情報の利用目的について

お申し込みにあたり、ご記入いただく個人情報は、利用・参加に伴う資格確認、お申し込み多数の場合の抽選、通知等の発送、利用料の請求をする目的に利用いたします。

2. 業務の外部委託について

ご記入いただいた個人情報は、個人情報の取り扱いに関する覚書を締結のうえ外部に取り扱いを委託することがあります。

3. 個人情報の提供について

保養施設等を利用される場合および宿泊を伴うイベントに参加される場合は、宿泊施設における宿泊者への対応を円滑に行うためおよび消防法等の法令に基づく宿泊者名簿の保管のために、ご記入いただいた宿泊者に関するすべての個人情報を個人情報の取り扱いに関する覚書を締結のうえ、宿泊施設へ提供いたします。その他、法令に基づく場合を除き、ご本人の同意を得ず第三者に開示いたしません。

4. お申し込みの際に個人情報をご記入いただけない場合および同意いただけない場合は、保養施設等の利用及びイベントの参加はできませんのでご了承ください。

5. 個人情報開示等の問い合わせ

個人情報又は第三者提供記録については、ご本人による利用目的の通知、開示、訂正、追加、削除、利用停止、消去又は第三者への提供の停止を求めることができます。下記の個人情報に関する問い合わせ窓口にご連絡ください。

【お問い合わせ窓口】

関東ITソフトウェア健康保険組合

個人情報保護部門管理者 健康増進課長

TEL 03 - 5925 - 5301 FAX 03 - 5925 - 5311