

名栗シニア自然塾2024 「森林公園サイクリング」

参加の手引き

令和6年9月20日（金）

予備日 令和6年9月25日（水）

※前日 11 時の気象庁の天気予報で翌日の天気を確認して、延期の場合のみ電話連絡します。

この度は、埼玉県立名栗げんきプラザ主催「名栗シニア自然塾」にお申し込みいただきましてありがとうございます。第3回目は「森林公園サイクリング」です。「森林公園」は正式には「国営武蔵丘陵森林公園」といいます。その公園内で自転車を借りて、歩行者のいないサイクリング専用道で、皆さんで安全に楽しみましょう。ところどころで自転車を止めて、野草園などで季節の花を観察したいと思います。以下、参加の手引きをお読みいただき、当日までのご準備をお願いします。

1. 当日までの参加手続き

○各回の書類提出はありません。昨年度ありました体調確認シートも今年度はありません。
○都合が悪くなった場合は早めにご連絡ください。（連絡先は2・集合・解散のところあります）

2. 集合・解散

○集合：9月20日（金）**10:00** 森林公園南口駐車場（受付 9:30～）
※10:00 より南口駐車場にてはじめてのつどいを開始します。

○解散：9月20日（金）**14:30** 森林公園南口園駐車場
※集合時間に遅れる場合は、あらかじめお電話でご連絡ください。
電話番号 042-979-1011（名栗げんきプラザ） or
070-4812-8960（主催用携帯電話）



※5月より主催用携帯電話の番号が変わっております。

3. スケジュール（予定）

時間	内容	
9:30	受付開始（南口駐車場）	
10:00	はじめてのつどい（南口駐車場）（公園のマップは当日お渡しします。）	
10:10	サイクリングセンター	
10:30	サイクリング（途中散策）	サイクリングできない方は徒歩で野草コースへ
12:00	昼食（中央レストラン）	その後、徒歩で中央レストランへ
12:40	サイクリング	昼食後、また徒歩ではじめの場所へ戻る
14:10	サイクリングセンター	
14:20	ふりかえり（南口駐車場）	
14:30	解散	

※小雨決行

※当日の天候等の状況によりプログラムが変更になる場合があります。

4. 保険について

万一キャンプ中に事故・ケガが発生した場合、当所で加入している保険の範囲内で対応させていただきます。

5. 交通案内



自家用車利用の方

- ・関越自動車道「東松山」I.C.から熊谷方面へ約10分くらいです。
- ・森林公園南口から入って駐車場に車を止めてください。公園入口近くでスタッフが名栗げんきプラザの旗を持ってお待ちしています。

電車・バス利用の方

- ・東武東上線「森林公園駅」北口を出て、立正大学行きのバスに乗ってください。一つ目のバス停が森林公園南口です。森林公園駅のバス時刻：9:35 発 9:50 発です。9:50 発だと集合時刻に少し遅れますが、それでも大丈夫です。その際は電話連絡してください。

※主催用携帯電話 070-4812-8960

電車・徒歩の方

- ・森林公園駅から40分です。(南口まで約3km)

6. 持ち物

チェック	持ち物	備考
	水筒	保温性保冷性のあるものが最適です。水やお茶などを入れてきてください。
	帽子	日よけに必要です。
	雨具	傘、レインスーツ等

※個人装備のご案内になります。

※その他、常備薬など個人に必要な物はご用意ください。

7. 服装について

- ・野外での活動は楽しいことばかりではなく、危険なこと（虫さされ、やけど、擦り傷、切り傷）もあります。できるだけ肌が露出しない服装（帽子、長ズボン、くるぶしが隠れる靴下、くつ）のご準備をお願いしております。動きやすい服装でお越しください。
- ・靴は履きなれたものをご用意ください。
- ・天気によって冷えることがあります。ジャンパーやウィンドブレーカーなどの防寒着をご用意ください。

8. その他

- ・事業を実施するにあたって取得した個人情報（施設のチラシ・パンフレットや埼玉県広報）・Webサイト・ブログなどに使用させていただき、目的以外の使用はいたしません。また、「個人情報の保護に関する法律」を遵守し、適切な取り扱いをいたします。写真・ビデオ等を広報に使用することにおいて、ご都合が悪い場合には「参加確認書」の【スタッフへの希望】欄に記入してください。

※ご質問やご不安な点がございましたら、042-979-1011【担当井上・栗原】までご連絡ください。



スタッフ一同、皆様に会えることを楽しみにしています！

名栗げんきプラザのFacebookページでは、イベント情報やイベントの様子などを発信中！
こちらからご覧ください♪

【問合せ先】埼玉県立名栗げんきプラザ 〒357-0111 飯能市上名栗 1289-2
TEL:042(979)1011 FAX:042(979)1013 メール：naguri@tokyu-com.co.jp
指定管理者：名栗フィールズパートナーズ（構成法人：株式会社東急コミュニティー、NPO法人国際自然大学校）