

MRウォーキングを楽しむ 4つのポイント



ポイント1 誰でも参加可能! 常時参加募集中!!

- 健康で歩ける方は誰でも参加可能です。
- 毎月第4土曜日に開催しております(変更の場合あり)
- 原則として参加予約が必要です。
(※当日参加も可能ですが、できる限り事前の予約をお願いします)
- 参加費用はお一人様300円です(ウォーキング中の保険費用等)
- スタート地点までのMR運賃は別途実費が必要です。
- お弁当、飲み物、雨具などは各自でご用意下さい。

ポイント2 無理せず自分のペースで歩ける!!

- 松浦鉄道社員が先導するエスコート型ウォーキングです。
- 先頭、中間、最後尾とそれぞれに係が引率します。
- 先頭集団に無理についていく必要はありません。
自分のペースで歩いてください。
- 救護車が並走します、体調が悪くなった場合も心配ありません。
- ウォーキング中に必要の無いお荷物(お弁当など)は、救護車に積んで、昼食場所まで搬送いたします。

ポイント3 参加者との交流を深めよう!!

- 昼食休憩時に、参加者の方達との集合写真を撮影します。
次回以降に1枚100円で希望者には販売します。
- 昼食休憩時には、ビンゴゲームを行います!(ちよびりプレゼント付)

ポイント4 参加回数によって記念品をプレゼント!!

参加予約や詳しいお問い合わせは… 佐世保駅・駅務課0956-25-2229まで



- スタート駅・ゴール駅には、「ウォーキング参加者用の駐車場」はございませんので、MRをご利用下さい。
- ウォーキング中の負傷につきましては、ウォーキング損害保険を適用します。
- ウォーキングは、当日の天候などにより、中止する場合があります。



松浦鉄道株式会社

長崎県佐世保市白南風町1番10号 TEL0956-25-2229
松浦鉄道ウェブサイト <http://www.matutetsu.com>

※パンフレットの内容は、一部事情により変更になる場合があります。予めご了承ください。

MATSUURA RAILWAY COMPANY

2011.4.23~2012.3.24

Let's
Enjoy!
MR
Walking!!

健康
ウォーキング

素晴らしい人生
それは健康から
その健康は歩くことから



平成23年度版
H23.4~H24.3

松浦鉄道株式会社



健康ウォーキング年間計画表

凡例

- スタート駅・ゴール駅です
 - ★ 昼食休憩場所となります
 - 要予約 (船の予約が必要ですので予約制となります。必ず参加予約をさせていただきます。※新路線の事情によってはルートが変更になる場合がございます。)
- 参加ご予約は…営業部駅務課：0956-25-2229

第1回 4月23日(土) コース距離/約11km
実歩行時間/約3時間
(通算142回) **笛吹ダム探訪**

スタート: 松浦駅 → 徒歩 → ★ 笛吹ダム → 徒歩 → 松浦駅

利用列車: 佐世保駅8:08発 → 松浦駅10:12着
伊万里駅9:37発 → 松浦駅10:16着

※上記時間はモデルコースです。他駅から利用されるお客様は各自ご確認ください。

現地集合場所と時間 松浦駅に10時30分頃

第2回 5月28日(土) コース距離/約12.5km
実歩行時間/約3時間
(通算143回) **カブトガニ繁殖地探訪**

スタート: 伊万里駅 → 徒歩 → 多々良海岸 → 徒歩 → 伊万里湾大橋 → 徒歩 → ★ 楠久津公園 → 徒歩 → 楠久駅

利用列車: 佐世保駅7:08発 → 伊万里駅 9:57着
有田駅9:37発 → 伊万里駅10:02着

※上記時間はモデルコースです。他駅から利用されるお客様は各自ご確認ください。

現地集合場所と時間 伊万里駅に10時10分頃

第3回 6月25日(土) コース距離/約13km
実歩行時間/約3時間
(通算144回) **国民休養地散策**

スタート: 西木場駅 → 徒歩 → ★ 白岳国民休養地 → 徒歩 → 潜龍ヶ滝駅

利用列車: 佐世保駅8:08発 → 西木場駅9:59着
伊万里駅8:41発 → 西木場駅9:35着

※上記時間はモデルコースです。他駅から利用されるお客様は各自ご確認ください。

現地集合場所と時間 西木場駅に10時00分頃

第4回 7月23日(土) コース距離/約12km
実歩行時間/約3時間
(通算145回) **平戸・崎方公園**

スタート: たびら平戸口駅 → 徒歩 → 亀山公園 → 徒歩 → ★ 崎方公園 → 徒歩 → たびら平戸口駅

利用列車: 佐世保駅8:08発 → たびら平戸口駅9:40着
伊万里駅8:41発 → たびら平戸口駅9:46着

※上記時間はモデルコースです。他駅から利用されるお客様は各自ご確認ください。

現地集合場所と時間 たびら平戸口駅に9時50分頃

第5回 8月27日(土) コース距離/約9km
実歩行時間/約2時間
(通算146回) **古川岳山麓と皿山公園**

スタート: 小浦駅 → 徒歩 → ★ 皿山公園 → 徒歩 → 佐々駅

利用列車: 佐世保駅9:56発 → 小浦駅10:35着
伊万里駅8:41発 → 小浦駅10:30着

※上記時間はモデルコースです。他駅から利用されるお客様は各自ご確認ください。

現地集合場所と時間 小浦駅に10時30分頃

第6回 9月24日(土) コース距離/約9km
実歩行時間/約2時間
(通算147回) **九十九島遠望**

スタート: 小浦駅 → 徒歩 → 大悲観公園 → 徒歩 → ★ 足毛馬公園 → 徒歩 → 佐々駅

利用列車: 佐世保駅9:56発 → 小浦駅10:35着
伊万里駅8:41発 → 小浦駅10:30着

※上記時間はモデルコースです。他駅から利用されるお客様は各自ご確認ください。

現地集合場所と時間 小浦駅に10時30分頃

第7回 10月22日(土) コース距離/約11km
実歩行時間/約3時間
(通算148回) **重要文化財教会**

スタート: 相浦駅 → 徒歩 → 相浦棧橋 → フェリー → ★ 黒島 → フェリー → 相浦棧橋 → 徒歩 → 相浦駅

利用列車: 佐世保駅9:12発 → 相浦駅9:42着
伊万里駅7:43発 → 相浦駅9:41着

※上記時間はモデルコースです。他駅から利用されるお客様は各自ご確認ください。

現地集合場所と時間 相浦駅に9時40分頃 **要予約**

第8回 11月26日(土) コース距離/約12km
実歩行時間/約3時間
(通算149回) **紅葉鑑賞**

スタート: 大木駅 → 徒歩 → ★ 電門峡 → 徒歩 → 有田駅

利用列車: 有田駅10:08発 → 大木駅10:19着
佐世保駅7:08発 → 伊万里駅10:17着 → 大木駅10:30着

※上記時間はモデルコースです。他駅から利用されるお客様は各自ご確認ください。

現地集合場所と時間 大木駅に10時30分頃

第9回 12月17日(土) コース距離/約10km
実歩行時間/約2.5時間
(通算150回) **草原と平戸瀬戸**

スタート: 東田平駅 → 徒歩 → 久吹ダム → 徒歩 → 中瀬草原 → 徒歩 → たびら平戸口駅

利用列車: 佐世保駅8:08発 → 東田平駅9:56着
伊万里駅8:41発 → 東田平駅9:38着

※上記時間はモデルコースです。他駅から利用されるお客様は各自ご確認ください。

現地集合場所と時間 東田平駅に10時00分頃

第10回 1月28日(土) コース距離/約10km
実歩行時間/約2.5時間
(通算151回) **佐々街並展望**

スタート: 神田駅 → 徒歩 → ★ 学童農園 → 徒歩 → 佐々駅

利用列車: 佐世保駅9:29発 → 神田駅10:15着
伊万里駅8:41発 → 神田駅10:20着

※上記時間はモデルコースです。他駅から利用されるお客様は各自ご確認ください。

現地集合場所と時間 神田駅に10時30分頃

第11回 2月25日(土) コース距離/約10km
実歩行時間/約2.5時間
(通算152回) **海のレジャー基地**

スタート: 上相浦駅 → 徒歩 → ★ 佐世保パイルシー → 徒歩 → 佐世保駅

利用列車: 佐世保駅9:56発 → 上相浦駅10:22着
伊万里駅8:41発 → 上相浦駅10:42着

※上記時間はモデルコースです。他駅から利用されるお客様は各自ご確認ください。

現地集合場所と時間 上相浦駅に10時40分頃

第12回 3月24日(土) コース距離/約9km
実歩行時間/約2.5時間
(通算153回) **伊万里湾展望**

スタート: 鷹島口駅 → 徒歩 → ★ 石倉山公園 → 徒歩 → 今福駅

利用列車: 佐世保駅8:08発 → 鷹島口駅10:28着
伊万里駅9:37発 → 鷹島口駅10:06着

※上記時間はモデルコースです。他駅から利用されるお客様は各自ご確認ください。

現地集合場所と時間 鷹島口駅に10時30分頃