

へいわこどもクリニック

しまなみ海道サイクリング

春休み！世界的サイクリングの名所、しまなみサイクリングに参加してみませんか？



2025年4月4日(金) 日帰り

日程：7：00 へいわこどもクリニック集合
7：30 出発
9：30 しまなみ海道到着
16：00 サイクリング終了
19：00 へいわこどもクリニック到着

服装：動きやすく寒さの調整ができる服
必要な人は、汗ふきタオルや着替えなど
持参：**お弁当**、保険証の写し、飲み物、おやつ
お小遣い(1,000円まで ← 守ってね！)
雨具(天候によって)

■走力に応じて、グループ分けをして、全員が無事完走できるようにします。

●対象 片道 約20km以上自転車に乗れる
小学3年生以上のこども限定
●参加費 ※新年度学年での料金設定
中学生以上：6,000円(税込み)
小学生以下：5,000円(税込み)

●募集人数 40名程度
●締切り 3/19(火)又は定員に達した場合
●申込み方法 下記に記入し参加費と一緒に、申し込んで下さい。又は、ネットから申し込む場合は、後日クリニック来院入金にて申し込み完了となります。

きりとり

しまなみ海道 こどもサイクリング 申込書

参加児童氏名()
生年月日 平成 年 月 日 歳(※新年度の学年 小・中 年生) 身長(cm)
内服中のくすり()
伝えておきたいこと()

参加に関する説明を理解し、サイクリングに参加します。

保護者氏名() 緊急連絡先()
住所

<日程>

- 7:00 クリニック集合 検温の実施 **保険証のコピー**はスタッフに渡してください
7:30 クリニック出発
9:30~10:00頃 サンライズ糸山(中央)着(途中PAでトイレ休憩)
10:00 自転車あわせ終了後サイクリング出発
12:00~12:30 伯方島着 昼食休憩 浜辺の散策 ドルフィンファームしまなみ見学
14:00 伯方島発
16:00~16:30 サンセットビーチ瀬戸田着 自転車返却後出発(PAでトイレ休憩あり)
19:00頃 クリニック着 解散予定

★お弁当の準備をお願いします。各自リュックに入れてゴールを目指します。★

★おねがい★

当日の朝は自宅で検温をしてください。体温が37.5℃以上の場合は、参加できません。
(保護者さんへ) サイクリング用の飲み物はぜひ軽い容器でご準備ください。背負う荷物が重くて支障が出るお子さんがいます。サイクリングに不要な荷物はバスに置いておけるので重たい水筒はバス用、軽い容器はサイクリング用と分けるなどして、工夫をよろしくお願い致します。

★参加の注意★

- ①撮影した写真が当院のHPに掲載されることがあります。都合の悪い方はおしらせください。
- ②携帯電話・スマホは、**写真撮影と連絡時のみ使用可能**です。それ以外の使用は厳守してください。サイクリングを楽しみましょう。(カメラ持参可)
- ③アクシデントに関して、主催者は安全の確保を最優先しますが、参加者も「自分の身は自分で守る」を心がけて活動してください。活動中の急病や、本人の不注意によって生じた事故に関して誠心誠意対応しますが、主催者は責任を負いかねます。今回のサイクリングでは、不測の事態に備えて行事保険に加入しますが、万が一事故がおきた場合、保険範囲内での保障になります。

★キャンセル料について★

3/28(1週間前)までのキャンセル・・・全額返金 4/3(前日)正午以降～当日のキャンセル・・・返金は出来ません

★その他：当日は小雨決行。大雨やその他、警報発令時は中止します。

