

☆帆柱山系の魅力に満ちたコースを歩き、自然を満喫しよう！

## 楽しい健康山歩き 年8回

回	開催日	テーマ	概略コース（★は昼食予定地）
1	4月10日(水)	帆柱山系のサクラめぐり	ケーブル山麓駅→[煌彩の森コース]…皿倉平→アーチェリーランド→…[皿倉林道]…植物園東ゲート→帆柱森林植物園…→皿倉平→[権現周回路]…オオシマザクラ…→皿倉平→ケーブル山麓駅（解散）
2	5月19日(日)	若葉かおる大蔵道	ケーブル山麓駅→[表登山道]…[煌彩の森コース]…→【見返り坂】→河内貯水池分れ→森林植物園分れ→[大蔵登山コース]…→茶白山城址・茶白の森→大蔵登山口→山麓駅（解散）
3	6月19日(水)	国見岩コースの山歩き	ケーブル山麓駅→旧ふれあいの家前…だんだん広場…→[皿倉・国見岩コース]→[石割桜]→国見岩→皿倉山→VC★→…[煌彩の森コース]→ケーブル山麓駅（解散）
4	9月21日(土)	涼を求めて河内の里へ	ケーブル山麓駅→[煌彩の森コース]…→皿倉平→薬用植物園→[東河内登山コース]→河内湖畔→林道★→一の出合→皿倉平→ケーブル山上駅…[ケーブル]…山麓駅（解散）
5	10月16日(水)	秋の九州自然歩道	ケーブル山麓駅→[煌彩の森コース]→皿倉平→市瀬峠東下り口…杉山橋→東西分岐→市瀬峠→建郷山→円床峠→登尾越→向原バス停（解散）
6	11月13日(水)	帆柱山系四山縦走	ケーブル山麓駅→…[煌彩の森コース]…表登山道→花尾分れ→【花尾山】→【帆柱山】→【権現山】→【皿倉山】→ケーブル山麓駅（解散）
7	2月19日(水)	梅の花咲く新春の山歩き	ケーブル山麓駅→[煌彩の森コース]…→皿倉平→市瀬峠東下り口→…[爽健の森]→…東西分岐→市瀬峠→建郷山★→畑（梅林）→小嶺台バス停（解散）
8	3月21日(土)	蔵開きの賑わいをたずねる山歩き	ケーブル山麓駅→[煌彩の森コース]…皿倉平→森林植物園→…二の出合→一の出合→[東河内登山コース]→…東河内登山口→…河内湖畔★→旧碎石所前…[遊歩道]→しょうゆ製造所→溝上酒造前（解散）

- 受付時間** 9:15～9:30
- 集合** 「皿倉山ケーブル山麓駅」
- 解散** 15:30（予定） 「皿倉山ケーブル山麓駅」他
- 対象・定員** 山歩きに健康面で特段の支障がない方で、山歩きが好きな方（定員30名）
- 天候情報** 小雨決行、荒天中止
- 服装・持参品** 底が滑りにくい靴、飲み水、筆記具、タオル、雨具、弁当（購入できるところがありません）
- 参加費** 各回500円（保険料含む） ※ただし、ケーブルカー乗車賃やバス賃は除く
- お申込み** **開催3日前**までにお電話・FAX・メール・ハガキにて、参加者の氏名・年齢・住所・電話番号をお知らせ下さい。

※ケーブル乗車券は、各自で購入して下さい。

（『年長者施設利用証』提示で往復割引となります。）

※コースは確定ではありません。天候等でコース変更や中止の場合もあります。