

8月11日は国民の祝日「山の日」です

# 春の健康ハイキング

～北高尾の森で春を探そう～



クロモジの冬芽

早春の木々の芽吹きやスプリングエフェメラル（早春に咲く花）などを観察しながら、聖パウロ学園の森（里山）、滝ノ沢林道（尾根道）、木下沢林道（沢筋の道）を歩きます。

五感を研ぎ澄ませ、一緒に「春」を探しましょう！

日付: **2018年3月14日(水)**

場所: JR 高尾駅北口 8:15 集合 (8:34 大久保行きバス乗車)

解散 : 木下沢梅林 14:30 頃

参加費 : 1,700 円 (別途バス代 530 円)

持ち物 : 昼食、飲み物、帽子、防寒着、雨具、はき慣れたハイキングシューズ、あればルーペ等

歩行 : 歩行距離約 6km、歩行時間約 4 時間半、標高差約 300m

雨天時 : 雨天中止 (中止の場合は、前日 19 時までにご連絡します。)



キブシのつぼみ

## <申し込み方法>

**A:往復はがき** ①イベント名 ②参加者全員の氏名(ふりがな)、年齢、性別 ③代表者の住所、電話番号(自宅・携帯)、あればメールアドレス ④このイベントを何でお知りになりましたか? ⑤返信面の宛名をご記入の上、締め切り日までに到着するよう下記宛にお申し込みください。

申し込み先 : 〒193-0844 東京都八王子市高尾 2438-1

高尾森林ふれあい推進センター「春の健康ハイキング」係

**B:メール** fit.fureai@gmail.com

応募締め切り : 2月28日(水) 募集人員 (30名) を超えた場合は抽選

お問い合わせ : 森林インストラクター東京会 小勝 眞佐枝(こかつ まさえ)

携帯 : 090-9131-8384 メール : gingerol2013@gmail.com



ハナネコノメの花