

ハイキング同好会のご案内

令和5年4月15日

東鯨城会ハイキング同好会

幹事 33期陶芸 泉 雄

(携帯番号：090-2136-8137)

令和元年、ダイヤモンド・プリンセス号による我が国への新型コロナの襲来以来、感染者33.5百万人、死者7.4万人、漸く収束の兆しも見え、5月から第5類へインフルエンザ並みの取り扱いの予定でありますことご承知のとおりです。

東鯨城会では、「歩こう会」の令和3年10月26日の「ギンナンの町祖父江町散策」以来、活動中断已む無しの状況が続いていました。今年度の東鯨城会の活動方針に「健康増進と親睦を深める」のとおり、「ハイキング同好会」として活動を再開することといたしました。内容としては、従来のウォーキングを主体にしますが、もう少し活動範囲を広げて、里山や低山、交通機関を利用した高山も対象にしていきたいと考えております。

アウトドアで新鮮な空気を吸って歩くことは、「全身マッサージ」で心身の健康維持・増進、そしてフレイル予防に役立つことは言うまでもありません。

今年度の第1回目として「海上の森」（計画書：次葉）を開催いたしますので、ご参加くださいますようにご案内いたします。

参加申し込み期限：5月12日（金）

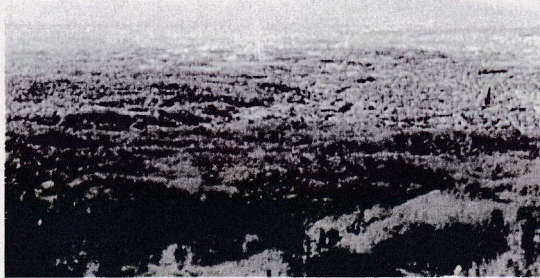
----- 切り取り線 -----

ハイキング参加申込書				
行先	氏名		連絡先(携帯番号)	
海上の森				
開催日	予備日の場合の出欠			
5月16日(火)	5月23日(火)	出	欠	いずれか○印

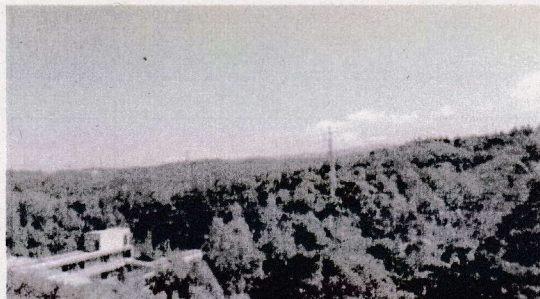
提出期限：5月12日(金)

連絡先：ハイキング同好会 泉 雄 携帯番号：090-2136-8137

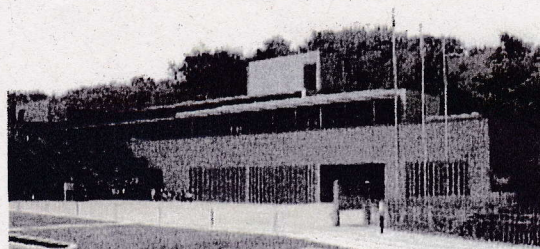
参加申し込みは泉の携帯番号に「SMSでの申し込みOK」です。



物見山からの濃尾平野の眺望(秋)



海上の森の景観



海上の森センター
所在地: 瀬戸市吉野町304-1
TEL0561-86-0606



海上の森センター展示



海上の森
(シンボルマーク)

日時 令和5年5月16日(火) 9:30~
(予備日 令和5年5月23日(火) 9:30~)

場所 JR大曾根駅北改札口前 9:30集合

参加費 100円(資料代等) 交通費は各自負担

行程	到着	出発	備考
JR大曾根駅		9:37	中津川行快速 @240
↓			
JR高蔵寺駅	9:51	10:00	乗換 @340
↓			
愛環・山口駅	10:14	10:30	WC、ストレッチ
↓			
海上の森センター	11:00	11:30	見学、WC
↓			
かたりべの家	12:30	13:10	昼食、WC
↓			
海上砂防池	13:20	13:40	
↓			
かたりべの家	14:00	14:20	WC
↓			
四ツ沢	14:40	14:45	
↓			
愛環・山口駅	15:20		解散、WC

海上の森: 海上の森は瀬戸市海上町周辺の約600haの里山と森林と公園であり、2006年9月25日に「あいち海上の森センター」(愛知県)が開設された。1990年に「愛・地球博」の会場候補地として注目されたがオオタカの営巣が確認されたことを契機に反対運動が広がり会場計画が見直され森のほぼ全体が残されることになり、自然保護運動や万博の理念等に影響を与えた場所として知られる。

愛知環状鉄道 : ICカード「manaca」が使えます。

海上の森ウオーク

コースは一部山道ですが、大部分は林道でアップダウンが少なく、歩数は14000歩、9km前後。「かたりべの家」(サテライト)、海上砂防池等を巡ります。海上の森には自販機の設置はありません。

その他説明事項等

- (1) 前々日14日の19時の瀬戸市の天気予報で雨の確率が40%以上の場合は中止します。(中止の場合はメール又はTELで連絡します。)この場合の予備日は23日(火)とします。
- (2) 健康保険証は必ず持参して下さい。
- (3) ゆっくりですが、3時間以上歩きますので歩きやすい靴(トレッキングシューズ若しくは登山靴)をお勧めします。しばらく履いていない靴は「底剥がれ」のないように、事前によくチェックして下さい。

持ち物 健康保険証 弁当 飲物 雨具 手袋
タオル 帽子 筆記用具 ストック

あると便利 着替え 携帯電話 カメラ 双眼鏡