

**健やか楽歩会2019年8月度例会**  
**『長良川展望の道・東海自然歩道トレッキング』**



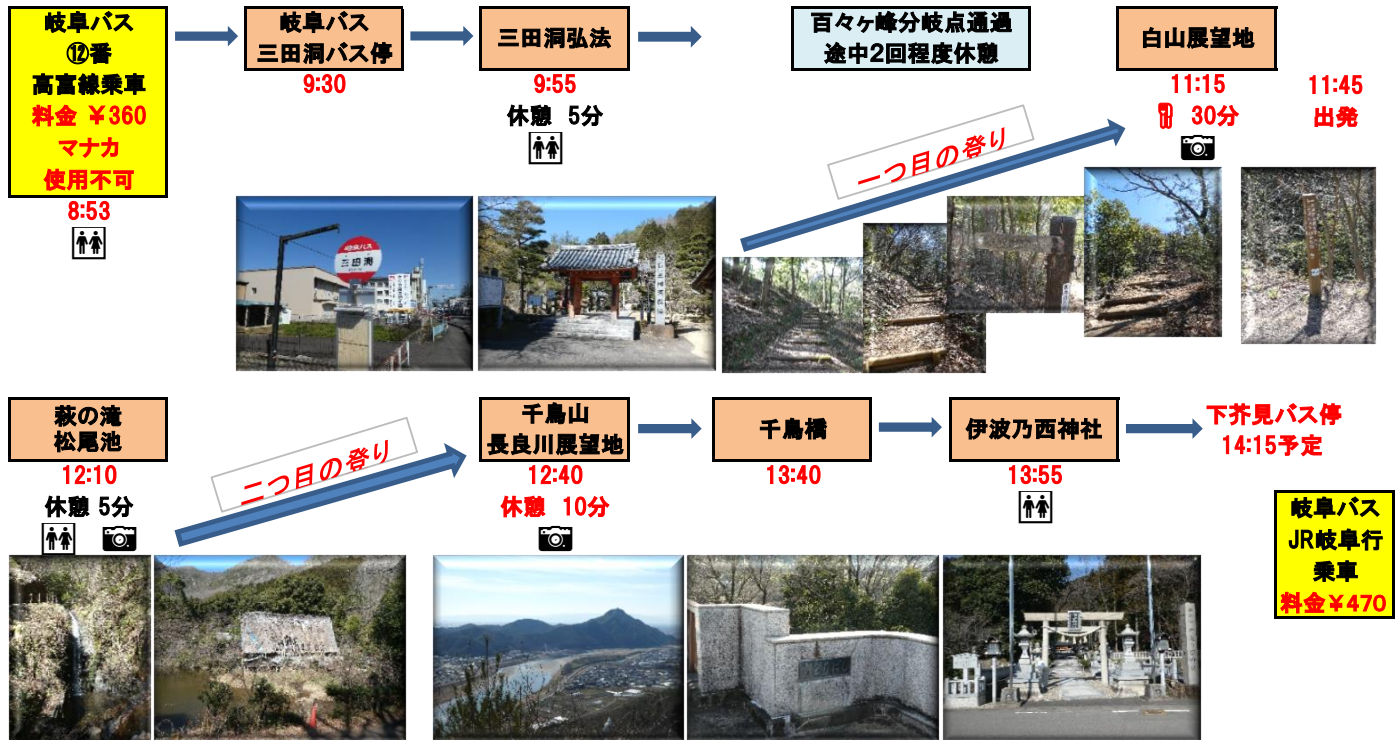
岐阜市のシンボル、岐阜城・長良川を一望できる東海自然歩道トレッキング！  
 三田洞バス停から林道を進み三田洞弘法へ、これより山道登り一辺倒の丸太階段に  
 トライ(一山)権現山を辿り白山展望地へ、ここから目指す松尾池は沢沿いの下り坂が  
 続くマイナスイオンが拡散する山道！松尾池から歩を進め(二山)千鳥山を登頂  
 その後下芥見に向かう、身近に自然と接触できる里山コース！



実施日 **2019年8月28日(水)**

1. 集合 **東海道本線「岐阜駅」改札口前 午前8時45分(時間厳守)**

2. 行程 **総歩行距離 約13km**



3. 服装・準備物

- ① 服装 **真夏の開催となります着替えの準備！熱中症対策への万全な備えをお願いします！**  
 帽子、靴は**トレッキングシューズ着用**のこと。登りが多く**ポール持参推奨**！
- ② 準備物 弁当、お茶(スポーツドリンク)、敷物 **※特に飲物は熱中症対策として最低2本は携帯のこと！**  
 弁当・お茶(スポーツドリンク)JR岐阜駅で調達可能ですが、事前準備をお願いします。  
**トイレは主要な場所にはありますが、山にはありません。**  
 昼食は白山展望地にて予定しています

4. 諸連絡

- ① 今回のコース宮垣・村岡が担当します。**※4月度例会振替え開催**
- ② 準備の都合上、**参加・不参加に関わらず8/7(水)迄に回答**をお願いします。
- ③ 当日天候不順(雨・猛暑)が予想される場合は、**前日17時の段階で決定(中止の場合のみご連絡)**
- ④ 緊急連絡は下記携帯電話をお願いします。  
 吉村:090-8698-8321 水野:090-7045-1685 村岡:090-7867-6040 種田:090-6593-8615

5. 今回は岐阜バスを利用します。(JR岐阜駅にて集合、全員でバス乗り場に移動)

【往路】	所要時間	30分程度	料金 ¥360
JR岐阜駅	8:53	→	9:21
	9:12	→	9:41
	9:22	→	9:51

**三田洞バス停**

【復路】	料金 ¥470
下芥見	14:21 →
	14:36 →
	14:41 →

**JR岐阜駅**