

☆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！

# 健康登山 年8回

回	開催日	テーマ	概略コース
1	4月8日(水)	帆柱山系のサクラめぐり	ケーブル山麓駅⇒表登山道⇒国見岩登山口⇒河内貯水池分れ⇒帆柱森林植物園⇒白寿の桜⇒サクラ広場⇒フユザクラ広場⇒皿倉平⇒権現周回路…オオシマザクラ⇒権現の辻⇒花尾別れ⇒表登山道⇒山麓駅(解散)
2	5月16日(土)	帆柱山、花尾山の城跡めぐり	ケーブル山麓駅⇒煌彩の森⇒皿倉平⇒権現の辻⇒帆柱の辻⇒帆柱山⇒花尾の辻⇒花尾山⇒中登山道⇒花尾分岐⇒四十七士の墓⇒山麓駅(解散)
3	6月13日(土)	五輪イヤー！ めざせ五山！	ケーブル山麓駅⇒煌彩の森⇒旧ふれあいの家手前⇒国見岩コースへ⇒皿倉山⇒皿倉平⇒権現山⇒権現の辻⇒椎の巨木山(ほばしら探検隊命名)⇒帆柱山⇒花尾山⇒花尾別れ⇒表登山道⇒ケーブル山麓駅(解散)
4	9月16日(水)	修験道の道をたずねる山歩き	ケーブル山麓駅⇒煌彩の森⇒皿倉平⇒権現山⇒鷹見神社奥宮⇒上宮⇒坊主跡⇒行者の森⇒五宮跡⇒鷹見神社⇒鷹見神社登山口⇒引野口バス停(解散) 高速バスでケーブル駅帰還可
5	10月14日(水)	秋の大蔵尾根を歩く	ケーブル山麓駅⇒サイクリングロード⇒丸山台⇒茶臼の森⇒森林植物園分れ⇒フユザクラ広場⇒皿倉平⇒煌彩の森⇒山麓駅(解散)
6	11月18日(水)	紅葉を楽しみながら皿倉八景を歩く	ケーブル山麓駅⇒国見岩登山口～①国見岩～②天空ドーム～皿倉山～③四季彩ロード～⑥ねむの木の展望台～⑦権現山～⑤皇后杉～④楓杉峡～⑧表登山道の景色～山麓駅(解散)
7	2月17日(水)	九州自然歩道と梅の花か おる新春の山歩き	ケーブル山麓駅⇒煌彩の森⇒皿倉平⇒市瀬峠東下り⇒市瀬峠⇒建郷山⇒田床峠⇒中河内林道⇒白木谷梅林⇒畑貯水池⇒小嶺台バス停(解散(路線バスで引野口～高速バスで山麓駅帰還可))
8	3月13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⇒皿倉平⇒森林植物園…⇒二の出合⇒一の出合⇒東河内登山口⇒河内湖畔⇒河内サイクリングセンター⇒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** 山歩きに健康面での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。  
 ※天候等により、コース変更、中止の場合もあります。