

森林インストラクターが案内するリフレッシュハイキングのお知らせ



「初夏の高尾山を歩く 健康ハイキング」

～新緑を訪ねて、高尾山の「いろはの森」を歩く～

開催日 令和8年6月10日(水) (予備日) 6月11日(木) *小雨決行

- (1) 集合 時間：午前8時50分 場所：JR・京王線高尾駅北口
- (2) 解散 時間：午後2時30分(予定) 場所：ケーブル高尾山駅
- (3) 費用 1人500円(保険代含む) *当日持参
- (4) 定員 30名(多数抽選)
- (5) 対象 調布市在住・在勤・在学の15歳以上(中学生を除く)
- (6) 持ち物 弁当、飲み物、手袋(軍手等)、雨具、健康保険証、筆記用具、
あれば双眼鏡またはルーペを持参 ※山を歩ける服装・靴でお越しく下さい。

(7) ルート

【登り往路】約2.2Km

高尾駅北口 ～ 9:12 小仏行きバス乗車 ～ 日影バス停下車 ～ カツラ林広場/開会式 ～
 日影キャンプ場 ～ いろはの森コース ～ 4号路 ～ 高尾山頂/昼食
 «コースタイム» カツラ林広場～高尾山頂・・・約2時間



【下り復路】約1.8Km

高尾山頂(599m) ～ 1号路 ～ 薬王院 ～ 浄心門 ～
 ケーブル高尾山駅近く広場/閉会式 ～ ケーブル高尾山駅/解散
 «コースタイム» 高尾山頂～ケーブル高尾山駅近く広場・・・1時間30分



(8) 雨天時 前日の午後6時までに決定いたしますのでお問合わせください。

(9) 申込方法 往復はがきまたは、スポーツ協会ホームページより申込み

【はがき記載内容】

<p>切手 往信(宛名) 85円</p> <p>※料金不足にご注意ください</p> <p>〒182-0011 調布市深大寺北町2-1-65 調布市総合体育館</p> <p>(公社)調布市スポーツ協会 「リフレッシュハイキング」係</p>	<p>返信(ウラ面)</p> <p>※無記入</p>	<p>切手 返信(宛名) 85円</p> <p>※料金不足にご注意ください</p> <p>申込する本人の 「郵便番号」 「住所」 「氏名」+様</p>	<p>往信(ウラ面)</p> <p>①事業名「リフレッシュハイキング」 ②氏名・ふりがな ③(西暦で)生年月日 ④性別 ⑤郵便番号 ⑥住所 ⑦電話番号 ⑧緊急連絡先 (事業中連絡の取れる番号) ⑨市外在住の方は、勤務先・ 学校名等を記載</p>
---	-----------------------------------	---	---

(10) 申込期間 令和8年4月20日(月)～4月30日(木) 必着

(11) 申込先 〒182-0011 調布市深大寺北町 2-1-65 調布市総合体育館内
(公社) 調布市スポーツ協会「リフレッシュハイキング係」

問合せ電話番号 042-481-6221



主催 公益社団法人調布市スポーツ協会/協力 森林インストラクター東京会