

## ★ ハイキングクラブへのお誘い

私たちの「ハイキングクラブ」の活動は、愛知県内や近県の300～600m程度の自然豊かな低い山の登山・起伏のある山道のトレッキングが主体です。

ハイキングや登山経験者を始め日頃から生活の中で散歩を取り入れて体力に自信のある方なら、初心者でも安心です。最初はちょっぴり大変と感じる事もあるかもしれませんが安心して下さい。年間を通して20数回のハイキングに参加するうちに体力がついてきます。

自然の中で共に行動するうちに、仲間同士の絆は強まり、心身のリフレッシュができる楽しく明るいクラブです。毎回のハイキングコースは、輪番の担当班が、下見に基づき、安全第一に、無理のないコースを設定しています。

なにより、2年間の鯉城学園ハイキングクラブで培った仲間とは、卒業後もその付き合いは続けられます。

ハイキングクラブで私たちと一緒に自然とふれあいながら、さらなる元気と笑顔を手に入れましょう。

## ★ 年間の活動実績（2023年度）

4月	入学式	オリエンテーション		
5月	第1回定例会	小谷山	太田宿～鶴沼宿	
6月	多度山	尾張三山	東山一万歩コース	校内活動
7月	6/29 亀山宿～関宿	猿投山	第2回定例会	木曾駒ヶ岳
8月	赤目四十八滝			
9月	校内活動	妻籠宿～馬籠宿		
10月	体育祭	迫間山	海上の森	賤ヶ岳
11月	文化祭	大湫宿	各務野自然遺産の森	
12月	春日井三山	宮路山・五井山	第3回定例会・親睦会	
1月	初詣合同ハイク	遠見山	本宮山	2/1 三ヶ根山
2月	御堂山	鳩吹山	苗木城跡	明知城
3月	吉祥山	第4回定例会(総会)		

## ★ Q &amp; A

- ① Q ハイキングクラブ2年生の平均年齢は？ A 71歳 学園全体とほぼ同じ。
- ② Q 登山靴や雨具、ザックなどありますか？ A 要ります。靴が一番大事です。ガチガチの登山靴は必要ありません。行き先によっては登山靴が必要ない場合もありますが、基本的に山登り用の靴が必要です。購入するならミドルカットの軽登山靴がいいでしょう。残りのものは徐々にそろえればよいと思います。慌てて購入する必要はありません。私達が去年の体験を踏まえてアドバイスします。
- ③ Q 雨天の場合は？ A 校内で会合または公園散策や施設見学を行い11時30分に解散します。
- ④ Q 昼食は？ A おにぎり等の昼食・飲み物（お茶・水等）は持参です。