

里山歩き(香川里山歩き友の会)

目的: 日本は世界でもまれにみる超高齢社会です。人生 100 年時代ともいわれるようになり、社会のあり方も随分と変化しました。このような中、すべての人々が健康で、生きがいを持って生活できる、豊かで活力ある社会の実現が求められています。

そこで、近年の息の長いブームとなっている中高年の山歩きを取り入れ、高齢者の健康増進や体力維持、山歩きを通じての仲間との交流、体と心の健康づくりを、里山に恵まれた郷土香川を舞台に実施し、あわせて里山歩きの楽しさを体感し、ふるさとの再発見・再学習を行うことを目的とします。

期間: 年間5回ほど開催

令和5年度 実施計画

回数	日 程	場 所
第1回	令和5年 6月 2日(金)	高松市 紫雲山・石清尾山
第2回	令和5年 9月22日(金)	高松市 兔子山・鷲ノ山
第3回	令和5年11月22日(水)	東 讃 白鳥アルプス縦走 (帰来山・石鎚山・笠江山)
第4回	令和6年 2月 2日(金)	高松市 男木島 (コミ山・ズッコノ山)
第5回	令和6年 3月22日(金)	西 讃 紫雲出山・三崎灯台

参加状況等により、計画が中止・変更になる場合があります。

第2回 令和5年9月22日(金) ☁

兔子山・鷲ノ山(高松市国分寺町・坂出市)



出発前の準備体操



兔子山山頂



鷲ノ山山頂

第三ピークにて



無事に鷲峰寺へ下山

第1回 ※天候不良の為、延期しました。
令和5年6月30日(金) ☔
紫雲山・石清尾山(高松市)



雨天のため JR 高架下で受付、出発式



元気に出発～



峰山公園キャンプ場から下山開始



紫雲山から石清尾山へ
坂の上には石船塚古墳が。