

# 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 8 年度 実施計画

回数	日程	場所	バス利用
第 1 回	令和 8 年 6 月 5 日 (金)	高松市 馬山・日山・小日山	なし
第 2 回	令和 8 年 9 月 25 日 (金)	西讃 大川山	借上げバス
第 3 回	令和 8 年 12 月 4 日 (金)	東讃 前山ダムの女体山・大窪寺	借上げバス
第 4 回	令和 9 年 1 月 29 日 (金)	岡山県 玉野アルプス・王子が岳	借上げバス
第 5 回	令和 9 年 3 月 19 日 (金)	小豆島 皇踏山 (おうとざん)	路線バス

※ 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。

【引率】 香川県里山ボランティアガイド組合の会員

## ご案内等について

開催日の 1 か月前頃に、公式 LINE 又はハガキのいずれかでご案内させていただきます。

(ハガキで案内を希望の方は、事務費として 500 円を頂戴いたします。)

※「新規会員申込書」提出時に、公式 LINE の登録又は事務費の支払いをお願いします。

### ● 主な集合場所・時間

香川県社会福祉総合センター 1F 県民サロン 午前 8 時 30 分

### ● 定員 40 名程度

### ● 申込方法

申込期間内に LINE 又は電話で申込みをお願いします。

先着順に受付しますので、ご了承ください。

### ● 参加費 5,000 円程度 (当日の集合時に、集金します。)

(行先により変更有。第 1 回目は、500 円)