

回覧

町田の里山を
一緒に歩きませんか??
みんなで気持ちいい
汗をかきましょう!



秋の相原から七国峠ハイキング

～歴史古道が貫く豊かな自然と
里の風情を訪ねる～

健康づくりの一環として、『ハイキング』を行います。

皆様のご参加をお待ちしております♪

【開催日】 2018年11月20日(火)

※当日朝6:55のNHK天気予報で「八王子」の降水確率が40%以上、
または7時時点で雨が降っていた場合は中止となります。

【集合場所】

JR横浜線相原駅西口のロータリー

- ・出発前のトイレは駅構内で済ませておいてください。
- ・当日の朝、相原駅西口改札前にてプラカードのご案内します。
- ・事前申込みは不要です。集合場所に地区名を掲示しますので、加入している町内会自治会がある地区の班で受付をしてください。
- ・JR町田駅～相原駅間は約20分、運賃は220円です。

【集合時間】

午前9時30分

【出発】

午前10時

裏面のコース
ガイドをご参照
ください☆

【コース】

約4.2Km(往路2時間・昼食休憩1時間・帰路1時間15分)

相原駅西口>>1.5Km45分>>七国ドックラン(トイレ休憩)15分>>1.0Km30分>>
七国峠>>0.2Km5分>>出羽三山供養塔>>0.1Km3分>>大日如来堂(希望者のみ
126段の階段往復約10分)>>鎌倉古道0.4Km10分>>相原中央公園(昼食・トイレ休憩
・記念写真撮影)1時間>>0.2Km5分>>長福寺(仏殿見学)30分>>0.4Km10分>>
諏訪神社(参拝のみ)10分>>0.3Km8分>>相原駅(14時15分ころ解散)

【持ち物】

お弁当・飲み物・敷物(昼食時使用)・帽子・雨具・ごみ袋 など
*500mlペットボトルなど *相原中央公園はテーブル・イスもあります。

【注意事項】

- ・食べ物・飲み物は必ずご持参ください(相原駅西口のロータリーにはコンビニがあります)。
- ・水分をしっかりと摂り、脱水予防に努めて下さい。
- ・お昼休憩までトイレは一か所のみです。
- ・道中、尾根道を歩きます。細い道や坂道、滑りやすい箇所もあります。動きやすい服装と運動靴でのご参加をお願いします。雑木林もありますので、虫よけ対策(長袖のシャツ着用など)をオススメします。

町内会自治会名

健康づくり推進員

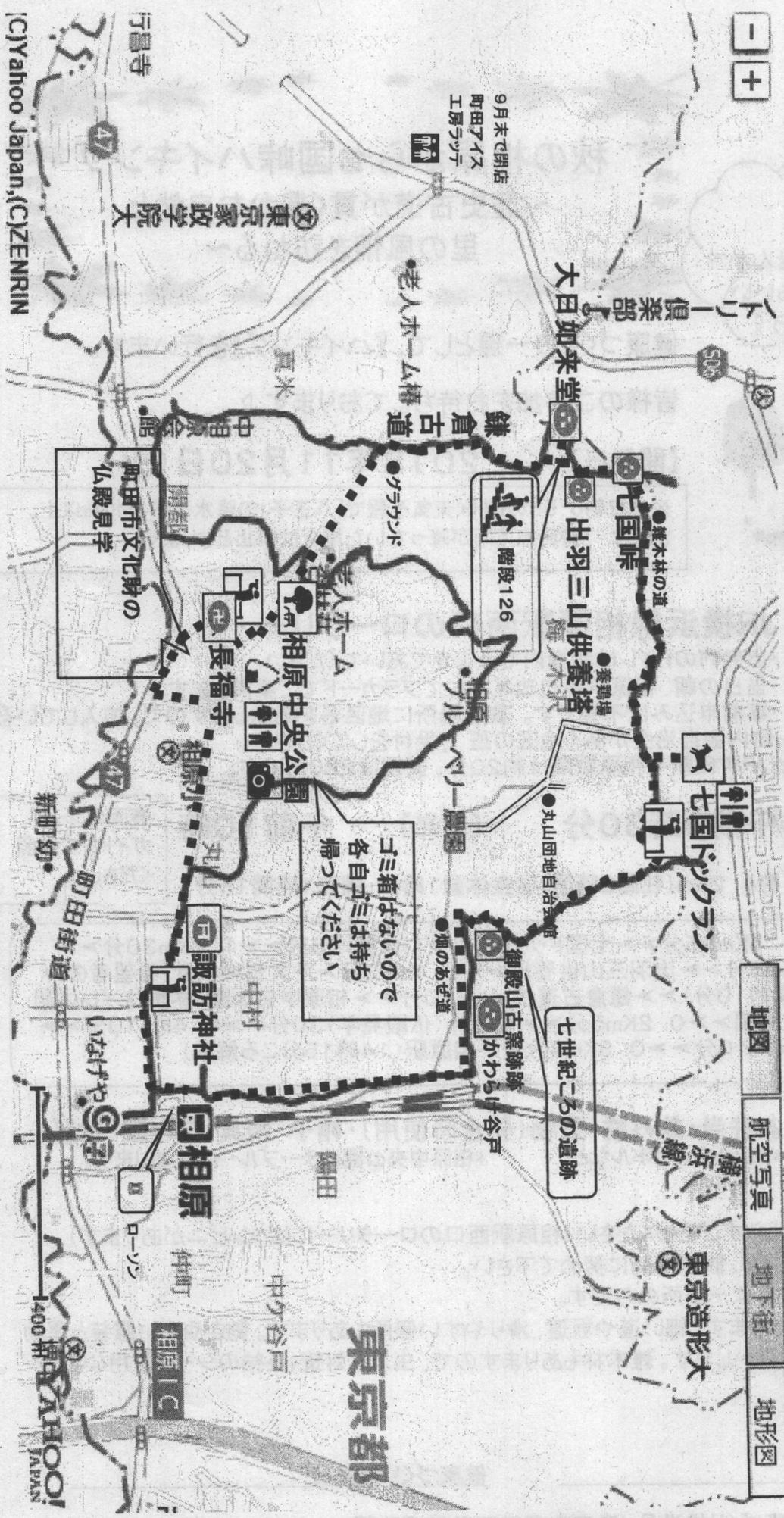
主催 南地区健康づくり推進員、町田市保健所保健予防課

協力 南地区連合会、高ヶ坂・成瀬地区連合会、成瀬台地区自治会連合会

相原から七国峠へ～歴史古道が貫く豊かな自然と里の風情を訪ねる～

【コースガイド】 (行程 おおよそ4.2Km 所要時間 4時間15分 ※点線のコースです)

相原駅西口>>1.5Km45分>>七国峠>>トイレ休憩(15分)>>1.0Km30分>>七国峠>>0.2Km5分>>出羽三山供養塔>>0.1Km3分>>(大日如来堂見学者のみ126段の階段往復10分)>>鎌倉古道0.4Km10分>>相原中央公園(昼食・トイレ休憩・記念写真)1時間>>0.2Km5分>>長福寺(仏殿見学)30分>>0.4Km10分>>諏訪神社(参拝のみ)10分>>0.3Km8分>>相原駅(14時15分ごろ解散)



ゴミ箱はないので各自ゴミは持ち帰ってください

©Yahoo Japan, ©ZENRIN