

# 登山同好会からハイキングのお知らせ

日時：9月30日（日） 10時集合

場所：奥州市江刺物見山

集合場所：奥州市江刺種山ヶ原星座の森駐車場

目的：会員の親睦、及び健康増進

持ち物：上着、帽子、手袋、雨具（かっぱ、傘）、昼食、虫よけ、熊よけ、タオル、着替え、お風呂セット、スポーツドリンク、おやつ、携帯電話など

服装：長袖で速乾性があり山歩きに相應しいもの（ジャージ可）、登山靴が相應しいがウォーキングかスニーカーでも可

会費：無料

行程：星座の森 10時集合、登山開始→11:00 物見山山頂到着→11:30 昼食  
休憩後下山開始→12:30 星座の森駐車場到着→13:00 休憩後宮沢賢治  
詩碑に向け出発→13:40 詩碑到着→14:40 星座の森駐車場到着、希望  
者は入浴後、解散

\*参加希望者は、9月14日（金）までに事務局か、胆沢病院（内線9122）の菊池まで連絡ください。その際、氏名・自宅住所・施設名・年齢・携帯電話番号を添えてください（保険を掛けるため）

\*アクセスは水沢ICから、江刺方面へ向かい、国道397号線を大船渡方面へ向かい、道の駅種山ヶ原を左折して40分（約30km）です。ナビで検索する場合は「星座の森」で検索

\*物見山まではほとんど舗装ですが、宮沢賢治詩碑までは未舗装です。

\*初心者、子供でも参加可能です。経験者は物足りないかも。

\*問い合わせは、胆沢病院（0197-24-2141 内線9122）検査 菊池英岳まで

