

新緑の上野村山歩き月間 ハイキングイベント要項

スケジュール

火曜 (GW)	水曜 (GW)	土曜	日曜
4日 森セラ	5日 シオジ	8日 高反山	9日 笠丸山
		15日 森セラ	16日 烏帽子
		22日 十石	23日 シオジ

森林セラピーウォーキング (森セラ)	5/4(火)、5/15(土)
シオジ原生林 北沢溪谷 (シオジ)	5/5(水)、5/23(日)
高反山 (高反山)	5/8(土)
笠丸山～大平縦走 (笠丸山)	5/9(日)
烏帽子岳～天狗岩 (烏帽子)	5/16(日)
旧十石街道ウォーキング (十石)	5/22(土)

コース

**森林セラピー@ウォーキング** 歩程約5時間 家族向け

舗装路のウォーキングコース(木の階段や溪畔を歩くところが一部あり)。車両入場規制をもうけており、源流域の手つかずの大自然をハイカーが独占できる。高さ約15メートルの滝の前で極上の森林セラピー体験を楽しめる。ヤシオツツジが一面に咲く岩山を眺めることができる。

**旧十石街道ウォーキング** 歩程約5時間 一般向け

信州から江戸に伸びていた街道の閑所集落から、山の中に残る峠道を歩く。峠の茶屋があった場所に今でも湧きだす清水が美味しい。

**シオジ原生林 北沢溪谷** 歩程約5時間 健脚向け

国指定天然記念物である「シオジ原生林」を訪れ、新緑があふれる北沢溪谷を下る。送迎つきだからご案内できる溪谷周回コース。

**高反山(1130m)** 歩程約4時間 初心者向け

上野村の集落を見渡せる眺望の良い独立峰。頂上付近の岩場はツツジの穴場。

**笠丸山(群馬百名山・1189m)～大平縦走** 歩程約4時間 一般向け(急斜面・岩場あり)

ヤシオツツジに彩られる岩峰と、山の上に広がる広大な畑・大平をつなぐ山の稜線を縦走する。送迎付きならでのコース設定。

**烏帽子岳(南牧村・群馬百名山・1182m)～天狗岩(群馬百名山・1234m)縦走** 歩程約4時間 一般向け

新緑の山歩きと西上州の山々を見渡す眺望が楽しめる。ニリンソウの群落にも出会える。南牧村～上野村の山地を縦走するコース。

コースについての詳細は、森の体験館ホームページ「<http://www.uenomura.ne.jp/ueno7072/>」でご確認いただくか、お電話にてお問い合わせください。

集合：全日程共通 JR高崎駅東 ヤマダ電機 LABI1 1階玄関前 ※自車でお越しの方はお問い合わせください

一日の流れ

- 8:30 集合
- 8:45 バスで上野村へ出発
- 10:30 ハイキング開始

ハイキング

(歩程約4時間コースの場合)	(歩程5時間コースの場合)
14:30 ハイキング終了	15:30 ハイキング終了
15:00 温泉に入浴	16:00 温泉に入浴
16:00 上野村を出発	17:00 上野村を出発
17:30 高崎駅東口到着	18:30 高崎駅東口到着
解散	解散

お持物

- ハイキングに適した服装
- ハイキングシューズ(森林セラピーウォーキングは運動靴可)
- ヘッドランプ
- ザック
- アウタージャケット
- レインウェア
- 飲料水・非常食
- ザックカバー
- 健康保険証
- 着替え・入浴に必要なもの

ご参加にあたってのご注意点

- ・小雨決行です。荒天などの理由により、イベントの中止や、内容の変更をする場合があります。中止の場合は前日に判断し、午後9時頃までにお電話にてご連絡を申し上げます。
- ・予告なく内容、スケジュールを変更する場合があります。
- ・当日は傷害保険にご加入いただきますが、イベント中の事故に関しましては傷害保険以上の責任を負いかねます。
- ・イベントのお問い合わせ、お申し込みは「上野村森の体験館」TEL0274-20-7072(木曜休館 9:00～17:00)までお願いします。

参加料金：全日程共通 大人お一人様 5000円

小人(小学生)お一人様 3000円

※お子様だけでのご参加はできません。

(ガイド料金、保険代、昼食代、温泉入浴料 込)

二日続けて参加される方、開催日の前泊・後泊をご希望の方に、国民宿舎「やまびこ荘」宿泊を特別料金でご利用いただけます。お問い合わせください。