

H28年度すまいるカレッジ「健康づくり講座」 報告書

講座名	第3回 「ミステリーハイキング」	回数	3/10
日時	H28. 5. 17 (火)		
場所	府民の森 ほしだ園地		
講師			
参加人数	受講生：18名 サポーター：4名		

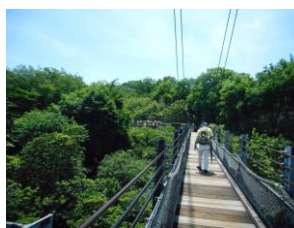
好天气に恵まれた、爽やかな五月晴れのもと、ミステリーハイキングという事で、京阪私市駅で、初めて当日の目的地「府民の森 ほしだ園地」で有る事を発表し、準備体操の後、ウォーキングを開始した。途中までは、川沿いの路を歩きながらの比較的安心して歩けるコースではあったが、険しい上り坂の続く道を頑張って歩くこと約1時間で、最初の休憩場所でもあるピトンの小屋に到着、昼食休憩となった。昼食場所の目の前の所に、ロッククライミングの壁があり、若者が壁の登頂に挑んでいた。休憩時間を利用して参加メンバーの元気者？は、壁の一部の横歩きにチャレンジしていた。



壁にチャレンジするメンバー



昼食後、本日の目玉であるつり橋「星のブランコ」に向けて出発、途中、何度か険しい登り道もあったが、星のブランコに到着、240メートルのつり橋を渡ったところで、全員集合の記念撮影となった。



星のブランコ

その後、本日のもう一つの目玉ポイントである「展望スポット」前のやまびこ広場で、小休憩、上りの坂を頑張ると展望スポットに到着であるが、険しい登り坂である為、2名は展望行きを断念し広場で休憩、残るメンバーで、展望スポットに到着した。展望スポットからは、能勢の妙見山、枚方方面から、京都方面の男山、京都タワーが望める絶景ポイント、各自、写真撮影等した後、再び、やまびこ広場で全員集合の後、下山となった。



展望スポットよりの眺望



山道を下山、私市駅に向う