

しんこきゅう
森呼吸クラブ 2024年 年間計画表

2023年12月吉日

※お申込みはメールもしくはFAXもしくはお葉書でいずれも実施日10日前までをお願いします。皆様のお越しお待ちしております。

■メール：nagaikazu2001@dj9.so-net.ne.jp ■FAX：03-3392-5035 ■葉書：〒166-0004 杉並区阿佐谷南3-22-3永井方森呼吸クラブ

※参加費は午前の部(12時)は1000円、終日(14時30分以降)は2000円です。

	タイトルと実施場所	実施内容	上段:実施日 下段:雨の時	集合・解散場所と時刻
1月	①樹木ウォッチング ～明治神宮御苑と明治神宮100年の森～	明治神宮は100年を経て自然の林相となることを目指してつくられた森です。一方、明治神宮御苑は江戸時代からの自然豊かな空間です。異なる森の様相を楽しみましょう。	1月25日(木) 1月29日(月)	集合：明治神宮一の鳥居 9時50分 (JR原宿駅表参道改札口前) 解散：明治神宮内 12時10分
2月	②早春の花を訪ねる ～小石川植物園～	春を待ちわびるようにアマナやユキワリイチゲ、マンサクなどが咲いています。寒い冬を乗り越えた植物たちが、生きるためにどんな戦略をとっているのかを考えながら園内を散策します。	2月25日(日) 2月27日(火)	集合：小石川植物園正門前 9時50分 解散：同園内 12時
3月	③カタクリの里の花散歩 ～城山カタクリの里～	この季節だけ入ることのできる関東随一のカタクリの自生地です。様々なスプリングエフェメラルや早春の花が咲き競っています。	3月21日(木) 3月25日(月)	集合：JR橋本駅改札 9時45分 解散：城山総合事務所入口バス停 14時30分
4月	④春の植物を楽しもう ～神代水生植物園と調布野草園～	水生植物園ではエンコウソウやタガラシ・・ 野草園ではオドリコソウやイチリンソウなどたくさんの花が見られます。水生植物園と野草園という環境の違う場所をめぐるよくばりなコースです。	4月16日(火) 4月18日(木)	集合：神代水生植物園入り口 9時50分 (深大寺バス停から3分) 解散：佐須バス停 14時30分
5月	⑤初夏の花々を訪ねる ～新宿御苑～	ホオノキやユリノキ、エゴノキ、ウツギなど初夏を彩る様々な花を鑑賞・観察しながら園内を散策します。	5月12日(日) 5月14日(火)	集合：新宿御苑新宿門前 9時50分 解散：苑内 12時
6月	⑥梅雨に似合う花[花菖蒲・紫陽花]を楽しむ ～町田薬師池公園～	江戸系、肥後系、伊勢系の色々と咲き誇る花菖蒲や紫陽花を身近に観察します。そして古民家に隣接している万葉植物の庭園を回ります。	6月13日(木) 6月17日(月)	集合：小田急線町田駅東口改札口 9時45分 解散：薬師が丘バス停 14時30分
7月	⑦高山植物、亜高山植物を楽しむ ～長野県入笠湿原～ 新宿～富士見間の特急料金 片道5650円(各自予約すること) ゴンドラ往復料金 2000円 富士見～ゴンドラ下のシャトルバスは無料 参加費は特別料金 4000円。最低催行人数:10名 指定席確保のため、申込開始日、締切日を早めます。 開始日：6月1日、締切日：6月20日	ゴンドラからは八ヶ岳の全貌が見渡せます。標高が尾瀬ヶ原より400mも高い入笠湿原で、夏の花を楽しみましょう。ミヤマバイケイソウ、ウスユキソウ、サギスゲ、センジュガンピ、モウセンゴケ、キバナノヤマオダマキ、サワギク、シナオトギリ、キツリフネ、キオン、ノハラアザミ、コウリンカ、シモツケ、アカバナ、クルマバナ、ハクサンフウロ、ヤマギラン、ウツボグサ、クガイソウ、ノハナショウブ、コバギボウシなど、数えきれない花々に出会うことができます。	7月23日(火)	集合：JR中央本線富士見駅改札口付近 9時45分 10時発のシャトルバスに乗車 (参考) 新宿発特急あずさ3号松本行き 富士見駅着9時42分 解散：富士見駅 15時10分ごろ (参考) 15時29分発普通塩山行き→15時37分小淵沢15時58分特急あずさ42号→新宿着18時07分
8月	爽やかな溪流散歩道を歩く ～御岳溪谷～	「日本の名水100選」の溪流を持つ御岳溪谷は雄大な溪流美を楽しめる渓谷です。溪流に沿って整備された散歩道を歩きます。沿道の秋の草花も楽しめます。	8月23日(金) 8月27日(火)	集合：JR青梅線軍畑駅 9時50分 解散：JR青梅線御岳駅 14時30分
9月	⑨ヒガンバナの群生地を訪ねるハイキング ～飯能市：天覧山から巾着田～	標高197mの天覧山に登り、足元に広がる雄大な景色を楽しみます。下山後は標高176.5mの高麗峠を越え、500万本のヒガンバナの赤い絨毯に包まれる巾着田を目指します。全体的にゆっくりと余裕をもって歩きます。	9月24日(火) 9月26日(木)	集合：西武池袋線飯能駅改札口 9時40分 解散：高麗駅 15時20分
10月	大人の遠足 ～国営昭和記念公園～	園内に広がるコスモス畑をはじめシモバシラやカリガネソウ、ホトトギスなど秋の植物やさまざまな樹木が見られます。それらの植物を観察・鑑賞しながら園内をゆったりと散策します。多少のアップダウンがあります。	10月7日(月) 10月10日(木)	集合：昭和記念公園西立川口改札内 9時50分 解散：昭和記念公園西立川口 15時
11月	秋バラと実りの秋を探して ～神代植物公園～	香り豊かな秋バラを鑑賞した後園内のタラヨウ、サンシュユ、ヤブコウジなど様々な木の実、草の実を探しながら園内を散策します。	11月2日(土) 11月6日(水)	集合：神代植物公園正門前 9時50分 解散：同園内 12時
12月	多摩美の森から小沢城址へハイキング ～川崎市多摩区～	小田急線読売ランド駅から多摩自然遊歩道を歩き、小沢城址を経て京王線稲田堤駅まで5km。住宅地を縫うようにして残された自然遊歩道と、由緒ある寿福寺、川崎市立農業技術支援センター見学、室町時代の山城小沢城址などバラエティーに富んだ初冬のハイキングコースを散策します。丘陵ですからアップダウン及び階段等があります。	12月4日(水) 12月11日(水)	集合：小田急線読売ランド駅南口 9時50分 解散：京王線稲田堤駅 14時30分