

# 南沢かんじきウォーキング

—四季折々（冬）の身近な自然と運動を楽しもう！—

私たちの暮らす自然豊かな南沢地区は、四季折々、様々な表情を見せてくれます。特に山や林は、季節ごとに違った様子を楽しむことができ、「冬」は雪のお蔭で、夏には遠くて見えない木の高い位置まで間近にみることができます！

今回は、樹木の先生を講師にお呼びして、皆さんと一緒に冬の木々の様子などについて解説を聞きながら、年末・お正月に鈍ったからだを楽しく動かしたいと思えます！

【日時】 2017年 **1月29日**（日） 9:00~12:00

【参加費】 無料

【場所】 [集合] 東海大学札幌キャンパス駐車場（8時45分）

[コース] 東海大学札幌キャンパス周辺の林間

【定員】 先着 **20名**（受付〆切：**1月27日**）

【申込み】 メール・FAX またはお電話で氏名・参加人数・お電話番号をお知らせください（中止の際のご連絡に使用します）

電話：090-3758-8812（担当教員：植田）

FAX：011-571-3629

メール：ueta@tsc.u-tokai.ac.jp

## FAX 申込み

（下記、必要事項をご記入の上、このままお送りください）

代表者名：

参加者数：

お電話：

## 【持ち物】のみもの、防寒具、動きやすい服装、下着などの着替え、帽子、手袋、タオル

※シューズの上からかじきを履いて雪の中を歩きます。歩きやすく濡れにくいトレッキングシューズをオススメします。

※かばんは両手のあくザックをオススメします。

※当日、気温が低く大変冷える可能性があります。防寒対策はしっかりなさってください。

## 【駐車場について】

お車で集合場所に来られる方は、大学の下（定食屋「食 108」の道路を挟んで向かい側）にあります駐車場もしくは、校舎内の駐車場をご利用ください。

## 【コース紹介】

- 8:45 東海大学札幌キャンパス駐車場 集合
- 9:00 挨拶・事前説明・準備体操
- 9:10 散策に出発
- 10:40 休憩
- 11:45 駐車場へ戻る
- 11:50 挨拶・解散

## 【集合場所】

【校舎内駐車場】  
ココに集合



## 【講師紹介】

孫田 敏（そんださとし）さん



北海道大学農学部林学科を卒業後、造林・造材の林業や山復緑化や治山植栽などの環境緑化の仕事を長年つとめる「樹木のプロフェッショナル」です。環境保全や山の緑化・治山にかんする講演多数、「円山自然学校」のボランティアで小中学校の児童・生徒への山遊びの指導、「NPO 北の里山の会」の代表として子どもも大人も一緒になって楽しめる「森での遊び方」の指導・実践経験も豊富で、「森の魅力」を余すところなく、たのしく教えてくださいます。

【サポート教員】

植田 俊（うえたしゅん）



東海大学国際文化学部助教。専門はスポーツ科学（社会学）。札幌に移ってから、研究のかたわら地域活動に学生と一緒に積極的に参加。南区石山で学生運営カフェ「Three Café」を経営。大人も子どもも楽しく過ごせる空間を提供しています。山あそび・登山経験は少ないので、皆さんと一緒に楽しみたいと思います！