男木島
健康ウォーク



海の日のイベントとして、市民の皆さまの健康保持・増進などを目的に、健康ウォークを開催します。

参加される方のレベルに応じて、縦走登山コースと、ハイキングコースがありますので、気軽にご参加いただけます。一人でも多くの方々のご参加をお待ちしております。



主　　催　　公益財団法人高松市スポーツ協会

協力団体　　高松市ハイキング協会

　　高松里山ボランティアガイド組合

後　　援　　四国新聞社　ＲＮＣ西日本放送　ＫＳＢ瀬戸内海放送（予定）

開催日時　　令和５年７月１７日(月・海の日)

　　午前９時から９時４０分まで受付　高松港男木島行きフェリー乗場　集合（雨天決行）

コ ー ス　　Ａ　ハイキングコース（約 3.6ｋｍ）

　　男木島港 ～ スイセンロード ～ トウガ鼻・灯台 ～ 豊玉姫神社 ～ 男木島港

　　Ｂ　縦走登山コース（ヤブ漕ぎ有り）（約 4.3ｋｍ）

　　男木島港 ～ 豊玉姫神社 ～ ズッコ山(185m) ～ コミ山(213m) ～ 灯台 ～ 男木島港

対 象 者　　Ａ　どなたでも（5km 以上歩ける方　初心者・高齢者歓迎）

　　Ｂ　小学生以上の健脚者（小学生は保護者同伴）

定　　員　　Ａコース　１００人　Ｂコース　５０人（先着順）

参 加 費　　５００円（保険料含む。参加賞有り。）



※乗船運賃が別途必要です。

乗船券は各自で購入してください。

【男木島行きフェリー乗船料金】

種別	高松～男木島 往復料金
大人	1,020 円
小人	520 円

10:00 高松港発

15:40 高松港着 予定

※ゴールド・イルカカードをお持ちの方は割引があります。

指 導 者　　高松市ハイキング協会　高松里山ボランティアガイド組合

申 込 み　　令和５年７月１４日(金)までに電話で、高松市総合体育館へ。（ＦＡＸ・メール可）

　　なお、定員になり次第、締め切ります。

準 備 物　　リュックサック、帽子、手袋（軍手）、タオル、水分補給できるもの、行動食（携行食）、昼食、雨具、Ｂコースの方はトレッキングシューズ

問合せ先　　高松市総合体育館（高松市福岡町四丁目３６番１号）

　　℡087-822-0211　Fax087-822-0120　Email：suishin01@taka-spo.or.jp