

CML仲間と一緒に高尾山へ行こう

リベンジ



《参加資格》

CML患者、家族 先着15名（要申し込み。参加申し込み開始は、2月中旬頃を予定しています）

《日程》

2026年4月11日（土）

9:45 京王線 高尾山口駅改札を出たところ集合

登り「稲荷山コース」または「6号路」（2時間弱歩きます）

12時ごろ 高尾山山頂解散（解散後は自由行動）

下山は、薬王院でお参りや、ケーブルカーやリフトの利用も可能です。

《おすすめ持ち物》

履き慣れたスニーカー、飲み物、おやつ、ゴミ袋、日焼け止め

お風呂セット（下山後「京王高尾山温泉極楽湯」で汗を流したい方）

ワクワクする気持ち♪♪♪

けが・事故・トラブルに関して、
いずみの会は責任を負えません。
安全第一で楽しみましょう！

* 下山後、参加可能な方で昼食をとる予定です。

🌱 山登りに興味はあるけど経験がない

🌱 CML仲間と親睦を深め、体力UP 免疫力UPしたい

🌱 前回の雨に打ち勝った猛者の方（今度は景色を楽しみましょう！） 昨年参加申し込みされていない方も申し込み可です

🌱 山へ行きたいが、病気をしてから体力に自信がない

🌱 前回の雨で、登頂を断念した方（ぜひリベンジを！）

山好きCML仲間と一緒に新緑の登山道を一步づつ歩きませんか☺ 山頂で富士山をバックに深呼吸しましょう！

前日9時時点での天気予報を確認し、中止の場合はFacebookとメールでご連絡します。

慢性骨髄性白血病(CML)患者・家族の会 いずみの会（担当 土屋 稲葉）