R5年度　奥多摩都民の森イベント

日帰り御前山歩き・第1回



4月26日(水)　《日帰り》

奥多摩都民の森のホームグラウンドである御前山を歩く、「日帰り御前山歩きシリーズ」の第1回は、新緑の御前山を歩きます。御前山(1405m)は、4月中旬からカタクリやアズマイチゲなど、早春に開花する植物が多いことで知られています。近年、シカによる食害で早春植物の減少も懸念されていますが、御前山ならではの山歩きが楽しめる季節です。足元の早春植物だけでなく、オオルリやキビタキなど野鳥の囀りも楽しめます。

登山コースは栃寄林道終点のトチノキ広場から、体験の森内の登山道を登り、昼食(持参弁当)は避難小屋で食べる予定です。昼食後に御前山山頂に登り、下山は登山道や遊歩道を歩いてトチノキ広場へと戻ります。整備された登山道や遊歩道を歩きますが、アップダウンや滑りやすい箇所もあります。雨具や防寒具などの装備を充分に整えてご参加ください。直近の天候、コース状況等により実施内容やコース(山域)は変更する場合があります。

集　合	解　散	参加費
9時25分	16時00分	1，400円
JR奥多摩駅前	JR奥多摩駅前	指導料・傷害保険料

※自家用車を利用の方は午前9時40分までに栃寄森の家へご来所ください。

※当日持参してください。
釣銭のないようご協力をお願いします。

※全行程参加できる方が対象です(途中の参加等はできません)ので、ご了承ください。
※同封の参加確認書に記入のうえ、期日までにご返送をお願いします。
※持病及び既往症のある方は、必ず医師の指示に従ってください。参加確認書への記入もお願いします。
※参加確認書提出の有無にかかわらず、キャンセルにつきましては、必ずご連絡をお願いします。



※管理者の許可のある場合を除き、以下の森林の産物の採取、持ち出し、持ち帰りを禁止いたします。
①下草、落葉、落枝、樹実及び菌類の類　②手入れのために伐採する樹木及び枝条の類
③土石及び根株、森林内に生息する動植物類、その他森林より産出されるもの

日程

※直近の天候、コース状況等により実施内容やコース(山域)は変更する場合があります。

9:25	JR奥多摩駅前集合(マイクロバス) ⇒ 栃寄森の家
9:45	栃寄森の家着　受付・スタッフ紹介・コース説明等
10:05	森の家発(マイクロバス) ⇒ トチノキ広場
10:20	トチノキ広場発 → 活動の広場 → 御前山避難小屋(トイレ有) 昼食(持参弁当) → 御前山山頂 → 落葉樹の広場 → スギの木広場 → メグスリノキの広場 → わさび田の広場 → トチノキ広場
15:00	トチノキ広場発(マイクロバス) ⇒ 森の家
15:20	森の家着 トイレ休憩・アンケートの記入
15:40	森の家発(マイクロバス) ⇒ JR奥多摩駅前
16:00	JR奥多摩駅前解散

持ち物等

※ 昼食(お弁当)は忘れずに持参してください。

リュック	登山に必要な持ち物・貴重品の入る大きさ(ザックカバーがあると便利)	雨具	セパレート式のカッパ(折りたたみ傘もあると便利)	昼食 行動食	常温保存ができるもの
登山靴	防水性が高く滑りにくいトレッキングシューズや軽登山靴	簡単な防寒具	ウィンドブレーカーやセーターなど(雨具との兼用可)	水筒	容量の目安は1ﾘｯﾄﾙ程度(気温・湿度が高いと多めに必要です)
スパッツ(ゲーター)	足下から泥の侵入を防ぐためにあると便利	帽子等	日よけ・頭部の保護	各自の判断でご用意ください	健康保険証・救急用品・常備薬・ストック・サングラス・着替え・日焼け止め・虫除けスプレー・筆記用具
登山ウエア 手　袋	登山用の吸湿速乾性のある素材のもの(木綿は不適)	ライト	非常用の懐中電灯やヘッドライト等		

※服装は長袖・長ズボン(肌の露出の少ないもの)が原則ですが、気温や体調等により適時調節してください。
※利用者の多いコースですが体調を整えて、しっかりとした準備でご参加ください。

東京都奥多摩都民の森管理事務所　〒198-0222 東京都西多摩郡奥多摩町境654番地
TEL 0428(83)3631　FAX 0428(83)3633
Eメール oku-mori@axel.ocn.ne.jp
ホームページ http://www.tomin-no-mori.jp/
休館日 毎週月曜日・12月29日～1月3日
(ゴールデンウィーク・夏休み及び10月と11月は無休/月曜日が休日の場合はその翌日)
お問合せ時間 午前8時30分～午後5時00分