



H27年度 奥多摩都民の森(体験の森)イベント

# 奥多摩登山・第9回(三頭山)

3月12日(土)~13日(日) (1泊2日)



秋川の最上流部にある三頭山(1524.5m)は、東京都と山梨県の都県界尾根上の山でもあります。南東面の秋川水源域は、檜原都民の森として整備され、積雪期でも比較的歩き易いコースが設定できます。山頂部は三つのピークに分かれ、便宜的に西峰(1524.5m)、中央峰(1531m)、東峰(1527.5m)と呼ばれます。フナヤミスナラの落葉広葉樹林が多い山として知られますが、山頂からは富士山(南)や石尾根方面(北)の展望が得られます。

今回は、檜原都民の森駐車場から三頭/大滝に進み、大沢山経由で避難小屋に至り昼食予定です。昼食後、山頂(西峰)へ登り、東峰から鞘口峠へ下った後、砥山を越して風張峠駐車場まで尾根道を歩く予定です。登山道の積雪や凍結状態、車道の道路状況により、コースや日程を大幅に変更する場合がありますので、ご了承ください。

積雪や登山道の凍結が予想され、アイゼンや冬用のスパッツは必携です。アイゼンは6本爪の軽アイゼンで可ですが、サイズや幅を使用する登山靴に合わせておいてください。その他、防寒具や雨具、懐中電灯など万一の事態に備えた装備と体調でご参加ください。



集合
3月12日(土)
10時00分
JR奥多摩駅前

※自家用車の場合は10時10分までに森の家へご来所ください。

解散
3月13日(日)
16時40分
JR奥多摩駅前

参加費
大人 10,000円
中高生 8,500円
宿泊費・食事代(4食) 教材費・傷害保険料・指導料

※当日ご持参ください。

※全日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ご記入のうえ、期日までにご返送をお願いいたします。

※参加確認書ご提出の有無にかかわらず、前々日の午後1時以降のキャンセルにつきましては食事代等のキャンセル料が発生しますのでご注意ください。

※参加の皆様には、万一に備えて傷害保険に加入していただきます。

※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系の類
- 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



## 「柗寄森の家」

宿泊

- ★男女別相部屋となります。全館禁煙ですのでご協力をお願いします。
- ★携帯電話は一部入りにくい機種があります。カード専用公衆電話が設置してあります。
- ★館内には給茶機(水・お湯・お茶)が設置してあります。飲料販売もあります。
- ★シャンプー・ボティソープは常備していますが、洗面用具・タオル類はございません。

# 奥多摩登山・第9回(三頭山)

※天候・コース状況により、山城・コースは適宜変更します。

## 3/12(土) 御前山(体験の森)の軽登山

10:00	JR奥多摩駅前集合⇒(マイクロバス)⇒柵寄森の家
10:20	受付
10:40	開講式(ガイドンス・スタッフ紹介・参加者自己紹介・資料解説等)
12:00	昼食
13:00	森の家発 (マイクロバス)⇒登山口 御前山(体験の森)または周辺地域での軽登山。登山の足慣らしと自然観察を兼ねた3~4時間程度の行程。登山終了後、マイクロバスで森の家へ移動。
17:00	入浴・休憩(自由時間)
18:00	夕食 ※夕食後、夜のプログラムを実施する場合があります。自由参加で1時間前後。
22:00	就寝

## 3/13(日) 三頭山登山

6:30	起床・着替え・室内清掃・荷物整理 (登山に必要な物と不要な物を分けてパッキングしてください)
7:30	朝食
8:30	森の家発 (マイクロバス)⇒登山口
10:00	檜原都民の森駐車場(1010m)(トイレ・売店)発 ⇒森林館⇒三頭/大滝⇒避難小屋
12:00	避難小屋着 昼食 トイレ
12:40	避難小屋発 ⇒ムシカリ峠⇒三頭山西峰
13:00	三頭山西峰(1524.5m)着 ⇒御堂峠⇒中央峰(1531m)⇒東峰(1527.5m 三角点)⇒見晴し小屋⇒鞘口峠
14:20	鞘口峠着 ⇒砥山⇒風張峠駐車場
15:30	風張峠駐車場(1160m 奥多摩周遊道路)着 (マイクロバス)⇒JR奥多摩駅
16:40	JR奥多摩駅着 解散

## 持ち物等 ※冬山の登山装備必携です。

リュック	登山に必要な持ち物・貴重品等の入る大きさ(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)	行動食	常温保存できるもの
バッグ	登山に不要な荷物を入れるバッグ・サブバッグ等	防寒具	防寒用ジャケット・セーターなど厳冬期を想定したもの(雨具との兼用可)	筆記用具	メモ用
登山靴	防水性が高くアイゼンの装着可能な軽登山靴や登山靴	帽子	防寒・日よけ・頭部保護	着替え	着替え(現地でも着替え可能なもの)・寝間着等
アイゼン	6本爪の軽アイゼン(事前に自分の登山靴にあう物を準備)	水筒	容量の目安として1リットル程度が適当(凍結防止のためザック内に収納)	洗面用具	歯ブラシ・タオル等
スパッツ(ゲーター)	積雪期登山用ロングスパッツ(足下から雪や泥の侵入を防ぐため)	ライト	非常用の懐中電灯(ヘッドランプが便利)	マグカップ	食堂で使用する湯のみ茶碗またはマグカップ等
手袋	防寒・防水性のあるもの(登山用)				

各自のご判断でご用意ください⇒健康保険証・救急用品・常備薬・サングラス・日焼け止め・携帯用カイロ・双眼鏡・図鑑類

※登山地図・コンパス等をお持ちの方はご持参ください。

※当日までに、ガイドブック・地図等で登山予定コースの下調べをお願いいたします。

※利用者の多い登山コースですが、体調を整え、しっかりとした登山の準備でご参加ください。

東京都奥多摩都民の森(体験の森)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)3631~2 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・夏休みおよび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