



H28年度 奥多摩都民の森(体験の森)イベント

平日登山・第1回(三頭山)

4月20日(水)~21日(木) (1泊2日)



「平日登山(年4回)」は、登山者の少ない平日に、奥多摩の人気コースを歩く登山イベントです。今回は三頭山(1527.5m)と御前山(1405m・体験の森)を予定。春の気配も濃くなり、木々の芽吹き、早春植物の花、野鳥の囀りなど自然観察を兼ねた山歩きが楽しめる季節です。しかし、天候が崩れると降雪や登山道の凍結も起こり、装備や衣類調整の難しい季節です。アイゼンやスパッツなど、冬を想定した登山準備でご参加ください。

1日目(午後)は、早春植物の多いことで知られる御前山を歩きます。体験の森内の登山道を利用したコースで、スミシの仲間やカタクリの花が楽しめそうです。翌日の登山の足慣らしも兼ね、体調や歩くペースをチェックしましょう。

2日目の三頭山は、フナ林の残る山として知られています。今回は秋川上流の檜原都民の森から三頭沢沿いに登り、鞘口峠から奥多摩湖畔の山のふるさと村に下山します。三頭山の南側と北側、尾根筋と谷筋など場所による季節の違いを見ることが出来るコースで、山頂からは富士山の展望も期待できます。

当日の天候やコース状況により、日程やコースは適宜変更します。



集 合
4月20日(水)
9時40分
JR奥多摩駅前

※自家用車の場合は9時50分までに森の家へご来所ください。

解 散
4月21日(木)
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、万が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。

平日登山・第1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。

4/20(水) 御前山(体験の森)の軽登山

9:40	JR奥多摩駅前集合⇒(マイクロバス)⇒柵寄森の家
10:00	受付
10:30	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

4/21(木) 三頭山登山

6:00	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)
7:00	朝食
8:00	森の家発 (マイクロバス)⇒登山口
9:10	檜原都民の森駐車場(1010m トイレ・自販機)発 ⇒森林館⇒三頭/大滝
9:50	三頭/大滝(トイレ)⇒三頭沢⇒ムシカリ峠
11:00	ムシカリ峠着⇒避難小屋(トイレ)まで往復⇒三頭山西峰
11:40	三頭山西峰(1524.5m)着 昼食
12:30	三頭山西峰発⇒御堂峠⇒中央峰(1531m)⇒東峰(三角点、1527.5m)⇒(見晴し小屋)⇒鞘口峠
13:40	鞘口峠⇒山のふるさと村
15:30	山のふるさと村(560m トイレ・自販機)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