



森に触れる

奥多摩 **まるごと** ネイチャー 体験 アウトドアシリーズ (大自然塾)

11月23日(金) [日帰り]

第5回 ~奥多摩登山~

集合
9時20分
JR奥多摩駅前

※自家用車の場合は8時30分までに奥多摩都民の森(森の家)へご来所ください。

解散
16時20分
JR奥多摩駅前

参加費
500円
教材費・傷害保険料

※当日ご持参ください。釣銭のないように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)のごとく承ください。
- ※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。
- ※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。参加確認書へのご記入もお願いいたします。
- ※参加確認書ご提出の有無にかかわらず、キャンセルにつきましては必ずご連絡をお願いいたします。
- ※食物アレルギー等に対するメニューのご提供はしておりませんので、あらかじめご了承ください。
- ※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 ※天候等により内容は適宜変更します。



9:20	JR奥多摩駅前集合・受付 ⇒ (マイクロバス) ⇒ 登山口
10:20	奥多摩周遊道路・月夜見第2駐車場発 ⇒ 小河内峠 ⇒ 惣岳山
12:20	惣岳山山頂着 昼食(持参弁当)
13:00	惣岳山山頂発 ⇒ 御前山山頂 ⇒ 避難小屋(トイレ) ⇒ 体験の森内の登山道 ⇒ トチ/キ広場
15:00	トチ/キ広場発 ⇒ (マイクロバス) ⇒ 栃寄森の家
15:20	栃寄森の家にて休憩(アンケート記入・飲料販売・トイレ)
16:00	栃寄森の家 ⇒ (マイクロバス) ⇒ JR奥多摩駅
16:20	JR奥多摩駅前解散

持ち物等 ※**昼食をご持参ください**

リュック	活動に必要な持ち物・貴重品等の入る大きさ	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
靴	滑りにくい履き慣れたトレッキングシューズや軽登山靴	帽子	日よけ・頭部保護	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・着替え・スパッツ・日焼け止め・ストック 手袋・筆記用具
水筒	気温・湿度が高いと水分が多めに必要	簡単な防寒具	ウィンドブレーカー、セーターなど(雨具との兼用可)		

- ※行動中の服装は長袖・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宜調節してください。
- ※体調を整え、しっかりとした準備でご参加ください。

東京都奥多摩体験の森管理事務所 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/	〒198-0222 東京都西多摩郡奥多摩町境654番地 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) お問い合わせ時間 午前8時30分～午後5時00分
---	---