



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)

3月2日(土) [日帰り]

第7回 ~雪の奥多摩ハイキング~

集合
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 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
2,500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。
- ※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。
- ※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

日程 ※天候・コース状況等により内容は変更する場合があります。

10:00	JR奥多摩駅前集合⇒(マイクロバス)⇒柗寄森の家
10:20	柗寄森の家着 受付・スタッフ紹介・冬の装備の確認
10:40	柗寄森の家を出発して、御前山北側斜面を中心とした体験の森活動フィールドを歩きます。4時間程度の行程。途中昼食(持参弁当)。
15:30	柗寄森の家にて休憩(アンケート記入・飲料販売・トイレ)
16:00	柗寄森の家⇒(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。 ※積雪を想定した装備必携です。

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
登山靴	防水性の高く滑りにくいトレッキングシューズや軽登山靴(アイゼンの装着可能なもの)	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)	帽子	日よけ・防寒・頭部保護
スパッツ(ゲーター)	冬用のロングスパッツ(登山用)	帽子	日よけ・防寒・頭部保護	水筒	凍結防止のためザック内に収納
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)	アイゼン	6本爪の軽アイゼンが適当。使用する登山靴に適合するタイプ。	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)

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・使い捨てカイロ

- ※登山の服装は長袖・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