



H31年度 奥多摩都民の森(体験の森)イベント

奥多摩山歩き・第4回(奥多摩三山)



7月13日(土)~15日(月) [2泊3日]

1日目「三頭山登山」 2日目「御前山登山」 3日目「大岳山登山」

通常のイベントと集合時間が異なりますのでご注意ください!
(行程の都合上、集合時間は厳守でお願いします)

集合
7月13日(土)
8時55分
JR奥多摩駅前

解散
7月15日(月)
15時00分
JR御岳駅前

参加費
大人 17,500円
中高生 14,500円
宿泊費・食事代(6食) 教材費・傷害保険料・指導料

※自家用車の場合は8時00分
までに森の家へご来所ください。

※当日ご持参ください。
※ケーフル代(590円)が別途必要になりますのでご了承ください。PASMO、Suicaご利用可。

- ※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。
- ※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、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。
- ※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

持ち物等 ※1日目(7/13)のお弁当を持参してください

リュック	行動に必要な持ち物・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
バッグ等	行動に不要な荷物を入れるバッグ・サブバッグ等	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)	筆記用具	メモ用
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	帽子	日よけ・頭部保護	着替え	寝間着等
スパッツ(ゲーター)	足下から泥の侵入を防ぐためがあると便利	水筒	容量の目安は1L程度(気温・湿度が高いと水分が多めに必要)	洗面用具	歯ブラシ・タオル等
ウェア・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	非常用の懐中電灯またはヘッドライト	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

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(無香料のもの)・虫除けスプレー(無香料のもの)・ストック

※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。

※登山地図・コンパス等をお持ちの方はご持参ください。

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

奥多摩山歩き・第4回(奥多摩三山)

※天候・コース状況により、山城・コースは適宜変更します。

奥多摩の山を巡る「奥多摩山歩き」シリーズ、第4回は、奥多摩三山(御前山・三頭山・大岳山)を歩いてみましょう。
1日目はフナ林の残る山として知られる「三頭山(1527.5m)」。山頂からの展望は広いとは言えませんが、フナやミズナラを中心とする落葉広葉樹林が、季節の変化を楽しませてくれます。
2日目は奥多摩体験の森のホームグラウンド「御前山(1405m)」。整備された登山道を歩きますが、アツプダウンや滑りやすい木の根や岩が露出している部分があります。夏の花や野鳥の囀りなども楽しめるでしょう。
3日目は山頂付近の山容に特徴のある「大岳山(1266.5m)」。山頂部が二段階に突き出た山容は独特で、遠くから見てもすぐにそれとわかります。山頂下の小池平に鎮座する大岳神社は古くからの由緒を伝え、奥多摩の山岳信仰を考えるきっかけにもなります。
気温が高く、雨も予想される季節です。体調、水分補給への対策を十分に整えてご参加ください。天候、コース状況等により実施内容やコースは適宜変更します。

7/13(土) 三頭山

※集合時、登山に必要な物と、不要な物を分けてパッキングしておいてください。

8:55	JR奥多摩駅前集合⇒(マイクロバス)⇒檜原都民の森(奥多摩周遊道路利用)
10:00	檜原都民の森駐車場発(トイレ)⇒三頭/大滝⇒三頭沢⇒避難小屋(トイレ)⇒三頭山西峰
12:10	三頭山西峰着・昼食(持参弁当)⇒西峰発(12:50)⇒中央峰⇒東峰⇒鞘口峠
13:50	鞘口峠着⇒山のふるさと村(16:00着)(トイレ)⇒(マイクロバス)⇒森の家
17:00	森の家着 受付・入浴・休憩(自由時間)
18:00	夕食
22:00	就寝

7/14(日) 御前山

7:00	起床・着替え
8:00	朝食
9:00	森の家発⇒(マイクロバス)⇒水と緑のふれあい館前駐車場
9:40	水と緑のふれあい館前駐車場発(トイレ)⇒奥多摩湖堰堤⇒大フナ尾根⇒サズ沢山⇒惣岳山
12:20	惣岳山着・昼食⇒惣岳山発(13:00)⇒御前山山頂⇒避難小屋(トイレ)⇒体験の森内登山道⇒トチ/キ広場
15:10	トチ/キ広場着⇒(マイクロバス)⇒森の家
15:30	森の家着 入浴・休憩(自由時間)
18:00	夕食
22:00	就寝

7/15(月) 大岳山

※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。

6:00	起床・着替え・室内清掃・荷物整理
7:00	朝食
8:00	森の家発(マイクロバス)⇒鋸山林道・大ダ7
9:00	鋸山林道・大ダ7発(トイレ)⇒大岳山方面
10:30	大岳山山頂着⇒大岳神社前広場着(トイレ)・昼食(11:20)
12:00	大岳神社前広場発⇒芥場峠⇒長尾平⇒御岳登山鉄道・御岳山駅(トイレ)⇒(ケーブル)⇒滝本駅
14:00	滝本駅発⇒(マイクロバス)⇒柚木苑地駐車場(トイレ・アンケート記入)⇒JR御岳駅
15:00	JR御岳駅前解散

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 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