



R2年度 奥多摩都民の森(体験の森)イベント

# 奥多摩山歩き・追加③(松姫峠周辺)



10月28日(水) 《日帰り》

今回は追加イベントとして、日帰りで山梨県小菅村の松姫峠周辺を歩きます。JR奥多摩駅前に集合後、マイクロバスで小菅村に向かい、国道139号線の旧道を通り、松姫峠まで上ります。松姫峠から鶴寝山～山沢入りのヌタ～道の駅こすげ(小菅の湯)まで歩きます。その後は道の駅こすげでお買い物をして、マイクロバスでJR奥多摩駅前に移動して解散となります。

集合
10時10分
JR奥多摩駅前

※自家用車の場合は9時30分までに栃寄森の家へご来所ください。

解散
16時30分
JR奥多摩駅前

参加費
400円
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、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

10:10	JR奥多摩駅前集合(マイクロバス) ⇒ 小菅村:松姫峠着(11:10)【ガイダンス、準備体操等】
11:30	松姫峠発 → 鶴寝山【昼食】 → 山沢入りのヌタ → 道の駅こすげ(小菅の湯)
15:00	道の駅こすげ(小菅の湯)着【買い物、アンケートの記入等】
15:30	道の駅こすげ(小菅の湯)発(マイクロバス) ⇒ JR奥多摩駅前
16:30	JR奥多摩駅前着【解散】

## 持ち物等 ※昼食をご持参ください



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)	昼食行動食	常温保存できるもの
靴	防水性が高く滑りにくいトレッキングシューズや軽登山靴	防寒具	ウィンドブレーカーなど(雨具との兼用可)	水筒	容量の目安は1 liter程度(気温・湿度が高いと水分が多めに必要)
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	帽子	日よけ・頭部の保護	各自の判断で ご用意 ください	健康保険証・救急用品・常備薬・ストック・サングラス・着替え・日焼け止め・虫除けスプレー・除菌スプレー
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)	マスク等 筆記用具	感染症予防対策用 メモ用		

※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。

※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。

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・夏休み及び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