



R2年度 奥多摩都民の森(体験の森)イベント

集まれ山ガール・第8回(御前山)



2月13日(土)~14日(日) [1泊2日]

「集まれ山ガール(全8回)」は、登山初心者の女性を対象にした登山教室です。山に関する女性ならではの疑問や不安も、女性同士のグループなら互いに気兼ねなく、相談しながら山歩きが楽しめます。

1日目は、山梨県甲州市(青梅街道)の柳沢峠から西に続く三窪高原とその周辺を歩きます。三窪高原は、なだらかな高原状の地形で、富士山・南アルプス・奥秩父方面の広い展望が得られます。時間に余裕があれば、柳沢峠から東に広がる樹林帯のコースも歩きます。

2日目は、奥多摩周遊道路の月夜見第二駐車場登山口から小河内峠~惣岳山を巡り御前山に登ります。下山は、体験の森内の登山道・遊歩道を歩いて、トチノキ広場登山口に下ります。

整備された尾根道が中心の冬の低山歩きですが、登山道の積雪や凍結に備え、アイゼンや冬用のロングスパッツは必ずご持参ください。

アイゼンは6本爪の軽アイゼンが適当ですが、登山靴に装着できるように、事前にサイズを調整しておいてください。(使用するかどうかは当日の状況によります。)その他、防寒具や雨具、懐中電灯など寒さや非常時への対策を十分に整えてご参加ください。なお、両日とも天候やコース状況等により、実施内容や登山コースは適時変更いたします。

集 合
2月13日(土)
10時00分
JR奥多摩駅前

解 散
2月14日(日)
16時10分
JR奥多摩駅前

参加費
大人 10,800円
中高生 9,300円
宿泊費・食事代(3食) 傷害保険料・指導料
※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。

※自家用車を利用の方は9時20分までに栃寄森の家へご来所ください。

※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

「栃寄森の家」

宿 泊

- ★相部屋となります。館内は禁煙ですので、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機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。飲料品の販売もあります。
- ★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。



集まれ山ガール・第8回

※ 天候やコース状況等により、実施内容や登山コースは、適時変更いたします。

2/13(土) 三窪高原

※ 行動時に不要なものは、マイクロバスに置いておくことができます。

10:00	JR奥多摩駅前集合 ⇒ (マイクロバス) ⇒ 山梨県甲州市:柳沢峠 (道の駅たばやまでトイレ休憩)
11:30	柳沢峠着 (1472m、青梅街道最高点) 柳沢峠から西に延びる高原状の三窪高原を歩きます。(昼食は現地にて)
15:00	柳沢峠発 ⇒ (マイクロバス) ⇒ 栃寄森の家 (道の駅たばやまでトイレ休憩)
16:30	栃寄森の家着 [入浴・休憩] (自由時間)
18:00	夕食
22:00	就寝



2/14(日) 御前山

6:30	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。)
7:30	朝食
8:30	栃寄森の家発 ⇒ (マイクロバス) ⇒ 奥多摩周遊道路月夜見第二駐車場 (標高 1100m)
9:50	月夜見第二駐車場発 → 小河内峠 → 惣岳山山頂
11:50	惣岳山山頂着 [昼食]
12:30	惣岳山山頂発 → 御前山山頂
13:10	御前山山頂発 → 避難小屋 [トイレ休憩] → (体験の森内の登山道・遊歩道) → トチノキ広場
15:10	トチノキ広場発 ⇒ (マイクロバス) ⇒ 栃寄森の家 [休憩・アンケートの記入等]
15:50	栃寄森の家発 ⇒ (マイクロバス) ⇒ JR奥多摩駅前
16:10	JR奥多摩駅前着 [解散]

持ち物等

※ 13日(土)の昼食はご持参ください。

※ 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)	マスク等	感染症予防対策用
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	日よけ・防寒・頭部の保護	着替え	寝間着等
スパッツ	冬用のロングスパッツ(登山用)	水筒	凍結防止のためザック内に収納できるもの	洗面用具	歯ブラシ・タオル等
登山ウェア・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	非常用の懐中電灯やヘッドライト等	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
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	屋食行動食	常温保存ができるもの		

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・サングラス・日焼け止め・携帯用カイロ・ストック

※ 登山地図・フレートコンパス等をお持ちの方は、ご持参ください。

※ 利用者の多い登山コースですが、体調を整えて、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 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