



日帰り御前山歩き・第7回



10月11日(月) 《日帰り》

奥多摩都民の森のホームグラウンドである御前山を歩く「日帰り御前山歩き」シリーズの第7回は、秋の御前山山麓を歩きます。晴れると気温は上がりますが、天候が崩れると、初冬を感じさせる気温にもなります。今回は、御前山山頂には行かず、体験の森内の普段はあまり歩く機会のない道歩いて、「栃寄森の家」のそばに下りて来る予定です。アッスダウンや滑りやすい箇所もありますので、靴や雨具、防寒具などの装備を充分に整えてご参加ください。

集 合

9時30分

JR奥多摩駅前

解 散

15時50分

JR奥多摩駅前

参 加 費

1,400円

指導料・傷害保険料

※自家用車をご利用の方は午前9時30分までに栃寄森の家へご来所ください。

※当日持参してください。釣銭のないように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、期日までに返送をお願いします。

※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、必ず連絡をお願いします。

※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

※天候やコースの状況により、変更する場合があります。

9:30	JR奥多摩駅前集合 ⇒ (マイクロバス) ⇒ 栃寄森の家【受付等】 ⇒ (徒歩) ⇒ ト千/キ広場
10:40	ト千/キ広場発 ⇒ (登山道) ⇒ わさび田の広場 ⇒ 活動の広場
11:30	活動の広場着【昼食】(持参弁当)
12:10	活動の広場発 ⇒ (水辺の道) ⇒ メクスリ/キの広場 ⇒ アセビの広場 ⇒ (シダクラ尾根) ⇒ 惣岳神社 ⇒
15:00	栃寄森の家着【休憩・アンケートの記入等】
15:30	栃寄森の家発 ⇒ (マイクロバス) ⇒ JR奥多摩駅前
15:50	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	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)	昼食行動食	常温保存ができるもの
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、セーターなど(雨具との兼用可)	水筒	容量の目安は1リットル程度(気温・湿度が高いと多めに必要)
スパッツ(ゲーター)	足下から泥の侵入を防ぐためにあると便利	マスク等帽子	感染症予防対策用 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・ 筆記用具
手袋	登山用の防水性のあるものがお勧め	ライト	非常用の懐中電灯やヘッドライト等		

※服装は長袖・長スボン(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時調節してください。

※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