



奥多摩山歩き・第4回(セツ石山)



10月30日(土)~31日(日) (1泊2日)

奥多摩の山を巡る「奥多摩山歩きシリーズ」の第4回は、セツ石山に登ります。

1日目は、奥多摩湖に浮かぶ麦山浮橋を渡り、湖畔の小道を歩いて山のふるさと村まで行きます。翌日に備えて、体調や歩行ペースも確認しましょう。

2日目は、セツ石山山頂を目指します。セツ石山(1757.3m)は、六ツ石山と共に、雲取山から東に延びる石尾根の名前の由来になった山で、平将門に関わる伝説が伝わります。この山は単独で登られるよりも、石尾根縦走路と併せて登られることが多い山ですが、今回はじっくりと山頂を楽しみます。山頂は防火帯の切り開きの中にあり、周辺は森林に覆われていますが、西側(雲取山方面)の展望が開け、木の間越しに富士山も望めます。今回の登山口は、都内最高所の集落として知られる峰集落です。登山口から赤指尾根に登り、千本ツツジで石尾根に合流し、山頂へ向かいます。山頂で昼食後、セツ石小屋、堂所を経由して小袖乗越まで下り、迎いのマイクロバスと待ち合わせになります。下山路の長い、行程標高差約1022mの健脚向きのコースです。

整備された登山道等を歩きますが、滑り難い靴(トレッキングシューズや登山靴)、雨具など、登山装備は十分に整えてください。



集合
10月30日(土)
10時00分
JR奥多摩駅前

解散
10月31日(日)
16時30分
JR奥多摩駅前

参加費
大人 9,600円
中高生 8,100円
宿泊費・食事代(4食) 傷害保険料・指導料

※ 自家用車を利用される方は、午前10時20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

★ 男女別相部屋となります。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。

★ 浴室にシャンプー・ボディー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。



奥多摩山歩き・第4回(七ツ石山)

※ 天候やコースの状況により、コースは適時変更します。

10/30(土) 泰山浮橋～山のふるさと村

10:00	JR奥多摩駅前集合 ⇒ (マイクロバス) ⇒ 榎奇森の家
10:20	榎奇森の家着【受付】
10:40	開講式【ガイドンス・スタッフの紹介・参加者の自己紹介・資料解説等】
12:00	【昼食】
13:00	榎奇森の家発 ⇒ (マイクロバス) ⇒ 泰山 ⇒ (泰山浮橋) ⇒ (湖畔の小道) ⇒ 山のふるさと村
14:00	山のふるさと村着【園内の散策・ビジターセンター及びクラフトセンターの見学等】
16:00	山のふるさと村発 ⇒ (マイクロバス) ⇒ 榎奇森の家
16:30	榎奇森の家着【入浴・休憩】(自由時間)
18:00	【夕食】
22:00	【就寝】



10/31(日) 七ツ石山

6:00	【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。)
7:00	【朝食】
8:00	榎奇森の家発 ⇒ (マイクロバス) ⇒ 峰集落登山口
9:00	峰集落登山口発 ⇒ 赤指尾根合流 ⇒ 千本ツツジで石尾根縦走路に合流 ⇒ 七ツ石小屋分岐 → 七ツ石神社 → 七ツ石山山頂
12:30	七ツ石山山頂着【昼食】
13:10	七ツ石山山頂発 ⇒ 七ツ石小屋分岐 ⇒ 七ツ石小屋着【トイレ休憩】
13:40	七ツ石小屋発 ⇒ マムシ岩 ⇒ 堂所 ⇒ 小袖乗越着【整理体操・アンケートの記入】
16:00	小袖乗越発 ⇒ (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

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(折りたたみ傘もあれば便利)	行動食	常温保存ができるもの
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	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
登山靴	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	マスク等帽子	感染症予防対策用 日よけ・頭部の保護	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にあると便利	水筒	容量の目安は1リットル程度(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
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)	ライト	非常用の懐中電灯やヘッドライト等	マグカップ	食堂等で使用する湯のみ茶碗またはマグカップ等

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・虫除けスプレー・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