



集まれ山ガール・第7回（黒川鶏冠山）



3月5日(土)～6日(日) [1泊2日]

「集まれ山ガール(全7回)」は、登山初心者の女性(山ガール)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日目の午後は、体験の森内の登山道や遊歩道でアイゼンやスパッツを着用して、冬の山歩きの練習を行う予定です。御前山の北斜面は、積雪が残りやすく、短いコースでも手こずることがあります。登山道の状態が良ければ、御前山山頂までを往復する予定です。

2日目は、黒川鶏冠山に登ります。登山口は、青梅街道の最高地点の柳沢峠(1472m)となります。柳沢峠から六本木峠、横手山峠と辿り、黒川山三角点(1710m)からは展望台に続く尾根道を登ります。三角点付近での昼食後、下山コースは、黒川鶏冠山北面巻道から青梅街道脇の落合登山口の予定です。標高差の少ない整備されたコースですが、30cm程度の積雪があることを想定してください。また、富士山や南アルプスの展望、雪上の動物の足跡、冬の落葉樹林の風情などが楽しめるでしょう。

登山道の積雪や凍結に備えて、アイゼンや冬用のロングスパッツは必ず持参してください。また、アイゼンは6本爪の軽アイゼンが最適ですが、登山靴に装着できるよう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ください。なお、両日とも天候やコースの状況等により、実施内容や登山コースは適時変更いたします。

集合
3月 5日(土)
10時00分
JR奥多摩駅前

解散
3月 6日(日)
16時30分
JR奥多摩駅前

参加費
大人 11,600円
中高生 10,100円
宿泊費・食事代(4食) 傷害保険料・指導料

※自家用車を利用の方は午前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記入のうえ、期日までにご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。
- ★浴室にシャンプー・ボディーソープは常備していますが、洗面用具やタオル類はございません。

集まれ山ガール・第7回

3/5(土) 体験の森内の軽登山

10:00	奥多摩駅前集合 ⇒ (マイクロバス) ⇒ 栃奇森の家	
10:20	栃奇森の家着 [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	栃奇森の家発 ⇒ (マイクロバス) ⇒ トチノキ広場着 [準備体操等] 体験の森内の登山道や遊歩道を利用して、アイゼンやスパッツを着用した、冬の山歩きの練習を行います。 トチノキ広場に下山後は、マイクロバスで栃奇森の家に戻ります。	
16:20	トチノキ広場発 ⇒ (マイクロバス) ⇒ 栃奇森の家着 [入浴・休憩] (自由時間)	
18:00	[夕食] (夕食後は自由時間)	
22:00	[就寝・消灯]	

3/6(日) 黒川鷄冠山

*** 行き帰りともに「道の駅たばやま」でトイレ休憩の予定です。**

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	栃奇森の家発 ⇒ (マイクロバス) ⇒ 道の駅たばやま [トイレ休憩] ⇒ 柳沢峠園地駐車場
9:20	柳沢峠園地駐車場着 [準備体操等]
9:40	柳沢峠登山口発 → 梅/木尾根 → 六本木峠 → 横手山峠 → 黒川鷄冠山 → 展望台 → 黒川山三角点
12:10	黒川山三角点着 [昼食]
12:40	黒川山三角点発 → (黒川鷄冠山北面巻道) → 落合分岐点 → 落合登山口 → 落合(青梅街道脇)
14:45	落合(青梅街道脇)着 [整理体操・アンケートの記入]
15:00	落合(青梅街道脇)発 ⇒ (マイクロバス) ⇒ 道の駅たばやま [トイレ休憩] ⇒ 奥多摩駅前
16:30	奥多摩駅前着 [解散]

持ち物等 *** 積雪・凍結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	防寒用ジャケットやセーターなど厳冬期を想定したもの	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	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	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最適。使用する登山靴に適合するタイプ。	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、持参してください。

※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参加してください。

東京都奥多摩都民の森管理事務所

〒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

休館日 毎週月曜日・12月29日～1月3日

Eメール oku-mori@axel.ocn.ne.jp

(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)

ホームページ <http://www.tomin-no-mori.jp/>

お問合せ時間 午前8時30分～午後5時00分