



# 奥多摩山歩き・第2回(鷹/巢山)



5月7日(土)~8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2回は、御前山と鷹/巢山を歩きます。

1日目は、御前山山頂を目指します。翌日に備えて、体調やペースも確認しましょう。

2日目は、鷹/巢山(1736.6m)に登る予定です。鷹/巢山は、雲取山から東に延びる石尾根上のピークで、山頂からの広い展望(都心方面・富士山・南アルプスなど)とフナやミスナラの落葉広葉樹林がみせる季節の変化が人気の山です。今回は、標高900mを越える奥集落の登山口から、浅間尾根を石尾根上の避難小屋まで登った後、防火帯の尾根を山頂まで登り、昼食の予定です。昼食後は、避難小屋へ戻り、登路の浅間尾根を奥集落へと下ります。

5月ですが、天候が崩れると気温は大きく下がります。天候や気温の変化、体調、水分補給への対策等を十分に整えてご参加ください。整備された登山道を歩きますが、滑り難い靴(トレッキングシューズや登山靴)、雨具などの登山装備は十分に整えてご参加ください。直近の天候、コース状況等により実施内容やコース(山域)は変更する場合があります。

集 合
5月 7日(土)
10時05分
JR奥多摩駅前

解 散
5月 8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	

※自家用車をご利用の方は午前10時25分までに栃寄森の家へご来所ください。

※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、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系の類
- 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。なお、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。また、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。

# 奥多摩山歩き・第2回(鷹/巢山)

※ 直近の天候、コース状況等により、実施内容やコース(山城)は変更する場合があります。

## 5/7(土) 御前山

10:05	奥多摩駅前集合(マイクロバス) ⇒ 栃寄森の家
10:25	栃寄森の家着 受付
10:50	ガイドンス スタッフの紹介・参加者の自己紹介・コース説明等
12:00	昼食
13:00	森の家発(マイクロバス) ⇒ トチ/キ広場 トチ/キ広場を出発して登山道を歩いて御前山山頂までを往復する予定。
16:15	トチ/キ広場発(マイクロバス) ⇒ 森の家
16:30	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



## 5/8(日) 鷹/巢山

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	森の家発(マイクロバス) ⇒ 奥集落
9:00	奥集落発 → 奥集落登山口 → 浅間神社 → 浅間尾根 → 避難小屋(トイレ有) → 鷹/巢山山頂
12:10	鷹/巢山山頂着 昼食
12:50	鷹/巢山山頂発 → 避難小屋(トイレ有) → 浅間尾根 → 浅間神社 → 奥集落登山口 → 奥集落
15:40	奥集落着 アンケート記入
16:00	奥集落発(マイクロバス) ⇒ JR奥多摩駅
16:30	JR奥多摩駅前解散



## 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(折りたたみ傘もあると便利)	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	簡単な防寒具	ウィンドブレーカーなど(雨具との兼用可)	マスク等	感染症予防対策用
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	帽子	日よけ・頭部の保護	筆記用具	メモ用
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	水筒	容量の目安は1L程度(気温・湿度が高いと水分が多めに必要)	着替え	寝間着等
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	洗面用具	歯ブラシ・タオル等
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					
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(肌の露出が少ないもの)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。

※利用者の多いコースですが、体調を整えて、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