



# 奥多摩山歩き・第12回(鷹/巢山)

3月4日(土)~5日(日) [1泊2日]



鷹/巢山(1736.6m)は、雲取山から東に延びる石尾根上に突き出た三角形のピークです。山頂南面はカヤトの斜面が拡がり、三頭山や御前山などの奥多摩の代表的な山々、富士山、都心方面、南アルプスの展望が広がります。フナやミスナラの落葉広葉樹林も季節毎に表情を変え、多くの登山者が訪れます。

今回は、登山道の積雪や凍結を想定し、峰谷バス停からの歩き易い往復コースを予定しています。峰谷バス停から奥集落へ上り、浅間神社のある浅間尾根を避難小屋まで辿り昼食。午後は、石尾根伝いに鷹/巢山山頂へ出た後、水根山付近から山頂南面の巻き道を避難小屋に戻り、登路の浅間尾根を峰谷バス停に下ります。整備された往復コースですが、標高差は1000m以上あります。積雪状態により、かなりの時間と体力を必要とします。

1日目(3/4・午後)は、御前山(体験の森)または周辺地域での軽登山を予定しています。3~4時間行程の、自然観察や登山の足慣らしを兼ねた山歩きです。体調や登山ペースを確認し、翌日の登山に備えてください。

整備された登山道でも積雪や凍結に備えた装備が必要になります。アイゼン(6本爪の軽アイゼンが適当)、スパッツ(積雪期用)等は必ずご持参ください。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備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、実施内容やコース(山城)は変更する場合があります。(積雪状況によっては奥集落からの登山になります)



集合
3月 4日(土)
10時05分
JR奥多摩駅前

解散
3月 5日(日)
17時20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

※自家用車の場合は10時25分までに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。

(公共交通機関の乱れは除く)

※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。参加確認書へのご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

- ★男女別相部屋となります。全館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12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。

## 3/4(土) 御前山(体験の森)または周辺地域の軽登山

10:05	JR奥多摩駅前集合⇒(マイクロバス)⇒柘寄森の家
10:25	受付
10:50	開講式(ガイドンス・スタッフ紹介・参加者自己紹介・資料解説等)
12:00	昼食
13:00	森の家発(マイクロバス)⇒登山口 御前山(体験の森)または周辺地域での軽登山。登山の足慣らしと自然観察を兼ねた3~4時間程度の行程。登山終了後、マイクロバスで森の家へ移動。
16:30	森の家着 入浴・休憩(自由時間)
18:00	夕食(夕食後自由時間)
22:00	就寝

## 3/5(日) 鷹/巢山登山

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)⇒峰谷バス停
8:40	峰谷バス停(標高600m)発 トイレ ⇒ 奥集落 ⇒ 浅間神社 ⇒ 浅間尾根 ⇒ 避難小屋
11:40	避難小屋着 昼食 トイレ
12:20	避難小屋発
13:00	鷹/巢山山頂着(1736.6m)着 ⇒ 避難小屋
14:20	避難小屋着 ⇒ 浅間尾根 ⇒ 奥集落 ⇒ 峰谷バス停
16:30	峰谷バス停着 ⇒ (マイクロバス) ⇒ 奥多摩駅
17:20	JR奥多摩駅前解散

## 持ち物等 ※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)	行動食	常温保存できるもの
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	防寒用ジャケット・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	防水性の高く滑りにくいトレッキングシューズや軽登山靴(アイゼンの装着可能なもの)	帽子	日よけ・防寒・頭部保護	着替え	寝間着等
スパッツ(ゲーター)	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	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	非常用の懐中電灯またはヘッドライト	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。	マスク等	感染予防対策用		

各自のご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・携帯カイロ・ストック

※利用者の多い登山コースですが、体調を整え、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

〒198-0222 東京都西多摩郡奥多摩町境654番地

TEL 0428(83)3631~2 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・夏休みおよび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