



H27年度 奥多摩都民の森(体験の森)イベント

# 登山クラブ カタクリの会 ・ 第5回



3月19日(土)~3月21日(月) [2泊3日]

1日目「臼杵山登山」 2日目「市道山・刈奇山登山」 3日目「御前山登山」

通常のイベントと集合時間が異なりますのでご注意ください!  
(行程の都合上、集合時間は厳守でお願いします)

集合
3月19日(土)
9時30分
JR武蔵五日市駅前

解散
3月21日(月)
16時00分
JR武蔵五日市駅前

参加費
16,950円
宿泊費・食事代(6食) 教材費・傷害保険料・指導料
※当日ご持参ください。釣銭のないようにご協力お願いします。

※自家用車の場合は8時15分までに森の家へご来所ください。

※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。

※参加の皆様には、万々に備えて傷害保険に加入していただきます。

※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



## 持ち物等 ※1日目(3/19)のお弁当を持参してください!

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	防寒ジャケット・セーター(厳冬期を想定したもの)	筆記用具	メモ用
登山靴	アイゼンが装着可能な登山靴または軽登山靴(防水性の高いもの)	帽子	防寒・日よけ・頭部保護	着替え	寝間着等
アイゼン	6本爪の軽アイゼン(事前に自分の登山靴にあう物を準備)	水筒	必要量(凍結防止のためザックに収納)	洗面用具	歯ブラシ・タオル等
ロングスパッツ(ゲーター)	積雪期登山用(足下から雪や泥の侵入を防ぐため)	ライト	非常用の懐中電灯またはヘッドランプ	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
手袋	防寒・防水性のあるもの(登山用)				

\*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(無香料)・携帯用カイロ・双眼鏡・図鑑類

※当日の天候やコースの通行状況により、日程や予定地を変更する場合があります。

※登山コースやペース配分は、会の趣旨として「健脚向き」を想定しています。体調や装備は十分に整えてご参加ください。

# 登山クラブ カタクリの会・第5回

戸倉三山は、臼杵山(842.1m)、市道山(795.1m)、刈寄山(687m)の総称です。この三山を結ぶ尾根は、秋川の支流盆堀川を、東、南、西から囲み、盆堀川の分水嶺となります。樹林帯の山ですが、所々で都心方面、筑波山方面の展望が開けます。宿泊は、2泊とも森の家(体験の森)になります。

三山とも標高が低く、交通の便もよいので、多くの登山者が訪れます。しかし、三山を縦走すると距離が長く、途中のアップダウンも多いので、意外に時間と体力を消耗する難コースでもあります。体験の森からは移動距離も長くなるので、登山イベントでは、まだ足を踏み入れたことのない山域です。

今回は、まだ積雪も想定される季節のため、日程に余裕を持たせ、三山を分割して歩く計画にしました。冬の登山装備を十分に整えてご参加ください。

## 3/19(土) 臼杵山(戸倉三山)登山

※集合時、登山に必要な物と、不要な物を分けてパッキングしておいてください。

9:30	JR武蔵五日市駅前集合 (マイクロバス)⇒元郷
10:10	元郷発⇒臼杵神社⇒臼杵山
11:50	臼杵山山頂(842.1m)着 昼食(持参弁当)
12:30	臼杵山山頂発⇒グミ尾根⇒荷田子峠
13:50	荷田子峠⇒城山⇒戸倉
14:50	戸倉着 (マイクロバス)⇒森の家
16:20	森の家着 受付・入浴・休憩(自由時間)
18:00	夕食
22:00	就寝

## 3/20(日) 市道山・刈寄山(戸倉三山)登山

※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。

6:00	起床・着替え・室内清掃・荷物整理
7:00	朝食 ※昼食(弁当)の受け取り
8:00	森の家発 (マイクロバス)⇒笹平バス停(檜原村) ※コース途中にトイレはありません
9:30	笹平バス停発⇒小坂志林道⇒ヨメトリ坂⇒市道山
11:20	市道山山頂(795.1m)着 昼食
12:00	市道山山頂発⇒トッキリ場⇒入山峠⇒刈寄山
14:30	刈寄山山頂(687m)着⇒刈寄林道⇒沢戸橋
15:40	沢戸橋着 (マイクロバス)⇒森の家
17:00	森の家着 受付・入浴・休憩(自由時間)
18:00	夕食
22:00	就寝

## 3/21(月) 御前山登山(湯久保尾根コース)

※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。

6:00	起床・着替え・室内清掃・荷物整理
7:00	朝食 ※昼食(弁当)の受け取り
8:00	森の家発(650m)発⇒(徒歩)⇒ヒノキの広場⇒アセビの広場⇒惣岳山
10:40	惣岳山着
11:10	御前山山頂(1405m)着⇒避難小屋(トイレ)⇒湯久保尾根下る ⇒湯久保尾根途中にて昼食(12:00~12:40頃)⇒湯久保山⇒宮ヶ谷戸バス停
15:00	宮ヶ谷戸バス停(340m、トイレ)着 (マイクロバス)⇒五日市駅
16:00	JR武蔵五日市駅着・解散



東京都奥多摩郡民の森(体験の森)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

Eメール oku-mori@axel.ocn.ne.jp

ホームページ <http://www.tomin-no-mori.jp/>

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)

お問合せ時間 午前8時30分~午後5時00分