



H28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4回)



1月21日(土)~22日(日) (1泊2日)

1日目「鶴峠～鶴寝山登山」 2日目「棒/折山～長尾丸登山」

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

| 集合 |
|----------|
| 1月21日(土) |
| 8時55分 |
| JR奥多摩駅前 |

※自家用車の場合は8時00分までに森の家へご来所ください。

| 解散 |
|----------|
| 1月22日(日) |
| 16時30分 |
| JR川井駅前 |

| 参加費 |
|--------------------------------|
| 8,700円 |
| 宿泊費・食事代(3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をお願いします。 |

※障害保険料の改定に伴い、参加費が変更となりましたのでご了承ください。

※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

持ち物等 ※1日目(1/21)のお弁当を持参してください。 ※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 | マグカッフ | 食堂で使用する湯のみ茶碗またはマグカッフ等 |
| 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。 | | | | |

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・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4回

1/21(土) 鶴峠～鶴寝山登山

鶴峠(山梨県小菅村)から、多摩川と富士川の分水嶺を、奈良倉山、松姫峠、鶴寝川、山沢入のヌタと辿り、道の駅「こすげ」に下山します。富士山の展望とフナやミスナラの落葉広葉樹林の山歩きが楽しめるコースです。なだらかなアップダウンの尾根道(一部林道)が中心ですが、鶴峠までの車道や登山道の積雪、凍結状態により、山域やコースは適宜変更します。昼食は各自持参です。

※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。

| | |
|-------|--|
| 8:55 | JR奥多摩駅前集合 ⇒ (マイクロバス) ⇒ 鶴峠(山梨県小菅村) |
| 10:00 | 鶴峠(870m)発 |
| 11:30 | 奈良倉山(1348.9m)着 昼食(持参弁当) 12:10 奈良倉山発 ⇒ 13:30 鶴寝山(1368m)着 |
| 14:00 | 山沢入りのヌタ着 ※コース途中にトイレ、水場はありません。 |
| 15:50 | 道の駅「こすげ」(こすげの湯 730m)着 (マイクロバス) ⇒ 森の家 |
| 16:50 | 森の家着 受付 入浴・休憩(自由時間) |
| 18:00 | 夕食 |
| 22:00 | 就寝 |

1/22(日) 棒/折山～長尾丸登山

東京都と埼玉県の都県界尾根(長沢背稜)を歩くコースです。大丹波林道の清東橋バス停を起終点に、棒/折山から長尾丸にかけて歩きますが、当日の林道や登山道の状態により、予定が大きく変わります。大丹波川沿いの区間は凍結している可能性が高く、アイゼンは必携です。晴れば、棒/折山の山頂では、都心から奥日光方面にかけての展望が楽しめます。

※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 |
| 8:00 | 森の家発(マイクロバス) ⇒ 清東橋バス停(大丹波林道)へ移動 |
| 8:50 | 清東橋バス停(375m トイレ)発 ⇒ 奥茶屋登山口 ⇒ 棒/折山 |
| 10:30 | 棒/折山山頂(969m) ⇒ 槇尾山(945m) ⇒ 長尾丸 |
| 11:50 | 長尾丸山頂(958.4m)着 昼食 ※コース途中にトイレ、水場はありません。 |
| 12:30 | 長尾丸山頂発 ⇒ 長沢背稜を西進 |
| 13:30 | 大丹波川下降点分岐 ⇒ 大丹波川 ⇒ 15:10 大丹波林道合流 |
| 16:00 | 清東橋バス停(375m)着 (マイクロバス) ⇒ 川井駅 |
| 16:30 | JR川井駅前着・解散 |

東京都奥多摩都民の森(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