



R2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30日(土)~31日(日) [1泊2日]

1日目「青梅丘陵」 2日目「大岳山」

行程の都合上、集合時間は厳守でお願いします

集合
1月30日(土)
9時30分
JR青梅駅前

解散
1月31日(日)
15時50分
JR武蔵五日市駅前

参加費
10,800円
宿泊費・食事代(3食) 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。

※自家用車の場合は8時20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。

※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

※積雪を想定した装備必携です。

持ち物等 ※1日目(1/30)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。				

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・ストック・日焼け止め

※当日の天候やコースの通行状況により、山域や登山コースを変更する場合があります。

登山クラブ カタクリの会・第4回

1/30(土) 青梅丘陵

青梅丘陵ハイキングコースはよく整備されたハイキングコースですが、アッパダウンが連続して歩きごたえがあります。JR青梅駅を出発し矢倉台、三方山、名郷峠、辛垣山、雷電山、榎峠を経てJR軍畑駅、柚木苑地駐車場まで歩きます。昼食は各自持参でお願いします。

※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

9:30	JR青梅駅前集合（不要な荷物をお預かりします） 青梅丘陵ハイキングコースを青梅駅から軍畑駅まで全線走破します。昼食(持参弁当)は12時30分ごろ現地にて。 JR軍畑駅 ⇒ 柚木苑地駐車場(マイクロバス) ⇒ 森の家
16:30	森の家着 受付 入浴・休憩
18:00	夕食
22:00	就寝

1/31(日) 大岳山

コースは鋸山林道の大ダワ(トイレ)からスタートし、尾根道を山頂まで辿ります。昼食は山頂を東に下り、トイレのある大嶽神社前広場を予定しています。大岳山荘(山小屋)は現在休業中です。下山は、大嶽神社から馬頭刈尾根に入り、白倉方面分岐から、かつての大嶽神社の表参道を白倉へ下ります。迎いのマイクロバスと合流後、JR五日市線武蔵五日市駅へ移動し、解散の予定です。登山者の多い整備されたルートですが、大岳山の山頂付近には短いながら岩場があり、通過には注意が必要です。なお、2日間とも天候やコース状況等により山域、登山コースは適宜変更いたしますのでご了承ください。

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）⇒ 鋸山林道・大ダワ トイレ
9:00	鋸山林道・大ダワ(994m)発 ⇒ 大岳山山頂(1266.5m) ⇒ 大嶽神社
11:40	大嶽神社着 昼食・トイレ
12:20	大嶽神社発 ⇒ 馬頭刈尾根 ⇒ 白倉分岐 ⇒ 白倉
14:50	白倉(檜原村)着（マイクロバス）⇒ JR武蔵五日市駅（途中トイレ休憩）
15:50	JR武蔵五日市駅着 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 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