



R3年度 奥多摩都民の森イベント

登山クラブ カタクリの会・第2回

9月18日(土)~20日(月) [2泊3日]



1日目「御前山」 2日目「三頭山」 3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 |
|----------|
| 9月18日(土) |
| 10時00分 |
| JR奥多摩駅前 |

| 解散 |
|-----------|
| 9月20日(月) |
| 16時00分 |
| JR武蔵五日市駅前 |

| 参加費 |
|---------------------------|
| 17,200円 |
| 宿泊費・食事代(6食)・ 傷害保険料・指導料 |

※当日ご持参ください。

※自家用車の場合は10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(9/18)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 | 簡単な防寒具 | ウィンドブレーカー等(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 | 帽子 | 日よけ・頭部保護 | 着替え | 寝間着等 |
| 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 | 気温・湿度が高いと水分が多めに必要 | 洗面用具 | 歯ブラシ・タオル等 |
| 手袋 | 防水性のあるもの(登山用) | 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 |

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・虫除けスプレー

※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。

※黒い服は、蜂などの攻撃を受けやすいので避けてください。

登山クラブ カタクリの会・第2回

カタクリの会・第2回は、奥多摩三山(御前山・三頭山・大岳山)を歩いてみましょう。


1日目は奥多摩都民の森のホームグラウンド「御前山(1405m)」。整備された登山道を歩きますが、アツクダウンや滑りやすい木の根や岩が露出している部分があります。秋の花や野鳥の囀りなども楽しめるでしょう。

2日目はフナ林の残る山として知られる「三頭山(1527.5m)」。山頂からの展望は広いとは言えませんが、フナやミズナラを中心とする落葉広葉樹林が、季節の変化を楽しませてくれます。

3日目は山頂付近の山容に特徴のある「大岳山(1266.5m)」。山頂部が二段階に突き出た山容は独特で、遠くから見てもすぐにそれとわかります。山頂下に鎮座する大岳神社は古くからの由緒を伝え、奥多摩の山岳信仰を考えるきっかけにもなります。

気温が高く、雨も予想される季節です。体調、水分補給への対策を十分に整えてご参加ください。天候、コース状況等により実施内容やコースは適宜変更します。

9/18(土) 御前山

| | | |
|-------|---|---|
| 10:00 | JR奥多摩駅前集合(マイクロバス) ⇒ 栃寄森の家 |  |
| 10:20 | 森の家着 受付 | |
| 10:40 | 森の家発(マイクロバス) ⇒ ト千/キ広場 | |
| 11:00 | ト千/キ広場発 ⇒ 活動の広場 | |
| 11:40 | 活動の広場着 昼食(持参弁当) | |
| 12:20 | 活動の広場発 ⇒ 避難小屋(トイレ) ⇒ 御前山山頂 ⇒ 惣岳山山頂 ⇒ アセビの広場 ⇒ ヒ/キの広場 ヒ/キの広場から登山道を栃寄林道へ下り、歩いて森の家へ | |
| 16:20 | 森の家着 入浴・休憩 | |
| 18:00 | 夕食 夕食後は自由時間 | |
| 22:00 | 就寝 | |

9/19(日) 三頭山

| | |
|-------|--|
| 6:00 | 起床・着替え |
| 7:00 | 朝食 |
| 8:00 | 森の家発(マイクロバス) ⇒ 檜原都民の森駐車場 |
| 9:30 | 檜原都民の森駐車場発(トイレ) ⇒ 三頭/大滝 ⇒ 三頭沢 ⇒ 避難小屋(トイレ) |
| 11:20 | 避難小屋着 昼食 |
| 12:00 | 避難小屋発 ⇒ 三頭山西峰 ⇒ 神楽入の峰 ⇒ 小焼山 ⇒ オマキ平 ⇒ 余沢(小菅村) |
| 15:40 | 余沢着(マイクロバス) ⇒ 森の家 |
| 16:40 | 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 |

9/20(月) 大岳山

| | | |
|-------|---|--------------------------------|
| 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) ⇒ 鋸山林道・共生の森入口 | |
| 8:50 | 共生の森入口発 ⇒ 大ダワ(トイレ) ⇒ 大岳山山頂 ⇒ 大岳神社前広場(トイレ) | |
| 12:20 | 大岳神社前広場着 昼食 | |
| 13:00 | 大岳神社前広場発 ⇒ 馬頭刈尾根 ⇒ 白倉方面分岐 ⇒ 白倉 | |
| 15:10 | 白倉着 アンケート記入後、マイクロバスにてJR武蔵五日市駅へ | |
| 16:00 | JR武蔵五日市駅前解散 | |

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)
 お問い合わせ時間 午前8時30分～午後5時00分