



山里倶楽部・第2回(秋のハイキング)



11月19日(水)~20日(木) 1泊2日

山里倶楽部・第2回は、秋のハイキングです。奥多摩の山里も、など秋の自然観察を目的にしたハイキングです。

1日目はJR青梅駅に集合し、永山公園から青梅丘陵ハイキングコースで二俣尾駅まで歩きます。

2日目は滝本駅からケーブルカーに乗り御岳山駅から日の出山頂を經由し、日の出町の三ツ沢まで歩くコースになります。

2日間とも天候が崩れると山間部では気温が大きく下がりますので、防寒具や雨具はしっかりとご用意下さい。また履物は、山道の遊歩道も含まれますので、歩きやすい運動靴やトレッキングシューズが適当です。ご用意できる方は双眼鏡やルーペなどがあると便利です。なお、直近の状況により、コースや内容が変更になる場合もありますので、予めご了承ください。

集 合
11月19日(水)
9時50分
JR青梅駅

※集合・解散がJR青梅駅となりますので、自家用車での参加はご遠慮ください。

解 散
11月20日(木)
16時00分
JR青梅駅

参加費
大人 9,400円
中高生 7,900円
宿泊費・食事代(3食) 傷害保険料・指導料他

※当日ご持参ください。釣銭のないようご協力をお願いします。
※別途ケーブルカー代(600円)が必要になります。
(Suica・Pasmoがご利用出来ます。)

※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。

※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



「柵寄森の家」

宿泊

- ★男女別相部屋となります。館内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機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。

山里倶楽部・第2回(秋のハイキング)

※直近の天候・現地の状況等によりプログラムは変更する場合があります。

11/19(水)

※集合時、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。

9:50	JR青梅駅集合(徒歩) ⇒ 永山公園グラウンド
10:10	準備運動を行ったと、永山公園グラウンドから青梅丘陵ハイキングコースへ
12:00	矢倉台休憩所で昼食(持参弁当)
12:50	矢倉台休憩所発 JR二俣尾駅に向けてハイキング再開
15:20	JR二俣尾駅周辺発(マイクロバス) ⇒ 榎寄森の家
16:20	森の家着 受付・入浴・休憩
18:00	夕食 夕食後自由時間
22:00	就寝



11/20(木) 多摩川周辺の散策

6:30	起床・着替え・室内清掃・荷物整理(必要な物と不要な物を分けてパッキングしてください)
7:30	朝食
8:30	森の家発(マイクロバス) ⇒ 滝本駅
9:00	滝本駅着 ケーブルカーに乗りし御岳平駅へ
11:30	日の出山頂 着 昼食
12:30	日の出山頂 発 日の出町三ツ沢地区へ向けて下山開始(行動ペースによって下山ルートを変更する場合があります) 日の出町三ツ沢地区周辺(マイクロバス) ⇒ JR青梅駅
16:00	JR青梅駅前解散

持ち物等 1日目の昼食(お弁当)をご持参ください。



リュック	活動に必要な持ち物・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)	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
バッグ等	行動に不要な荷物を入れるバッグ・サブバッグ等	防寒具	ウィンドブレーカーなど(雨具との兼用可)	ライト	懐中電灯やヘッドライトなど
靴	防水性があり滑りにくい運動靴またはトレッキングシューズ	水筒	必要量	着替え	着替え・寝間着等
手袋	防寒・防水性のあるものがお勧め	行動食	常温保存できるもの	洗面用具	歯ブラシ・タオル等

各自の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・虫除けスプレー・ストック・帽子・筆記用具

※服装は長袖・長ズボン(肌の露出の少ないもの)が原則ですが、気温や体調等により適宜調節してください。

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)

お問合せ時間 午前8時30分～午後5時00分