

このニュースは東京都レンジャーの活動や、自然の情報などを皆様へお伝えするものです。

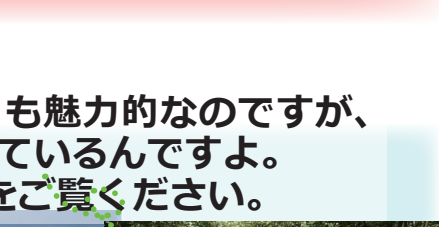
## 夏もいいぞ！三頭山

四季を通して魅力的な山、三頭山。夏もいいんです！  
今月号では、そんな三頭山の夏の魅力と登山の際の注意点を紹介します。



東京都檜原都民の森にて令和7年8月11日(月曜・祝)に開催される『山の日イベント』に東京都レンジャーも参加します。ぜひ会いに来てください！

### 夏に見られる花



### いいぞ！西峰※北側の展望

※三頭山には西峰、中央峰、東峰があります。

三頭山西峰からの展望は南側に見える富士山がとっても魅力的なのですが、北側の展望も素敵なんです。その証に展望図も設置されているんですよ。東京都最高峰の雲取山から鷹ノ巣山へと伸びる石尾根をご覧ください。



### 三頭山西峰から北側の展望

2023.1.30撮影

### 登山の注意点

- 早め下山  
天候や季節によっては、暗くなる時間が早まります。15時には下山していることをお勧めします。
- しっかりとした装備  
山では急な天候の変化はよくあります。万一来てて雨具、ライトを携行しましょう。
- 現在地の把握  
都民の森の中には多くのコースがあります。道に迷わないように、地図を持ち道標を見て、現在地と行先を確認しましょう。