

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!



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。



新緑、紅葉、落葉、氷結など年間を通じて 様々な表情を見せてくれる三頭大滝。 夏は木々が茂り、エネルギッシュな表情を 見せてくれます。駐車場から徒歩30分 ほどの距離にあるのも大きな魅力。 滝だけを見に行くのもおすすめです。



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 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!

秩父多摩甲斐国立公園

夏に見られる花







三頭山周辺はブナの森が広がっています。大木がいくつもあり、秩父多摩甲斐 国立公園の特別保護地区に指定されています。木々を縫うように木漏れ日のさす 登山道を歩くのもまたオツなもの。ただ山頂を目指すのも良いのですが、目線を 変えて周囲の樹木にも注目して歩いてみると、新たな気づきがあるかも!?



東峰があります 雲取山七ツ石山 芋ノ木ドッケ

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。

山西峰 側の展 北

2023. 1. 30撮影

鷹ノ巣山

登山の注意点

日陰名栗山

●早めの下山

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。

高丸山

- ●しつかりとした装備
 - 山では急な天候の変化はよくあります。万一に備えて雨具、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。