



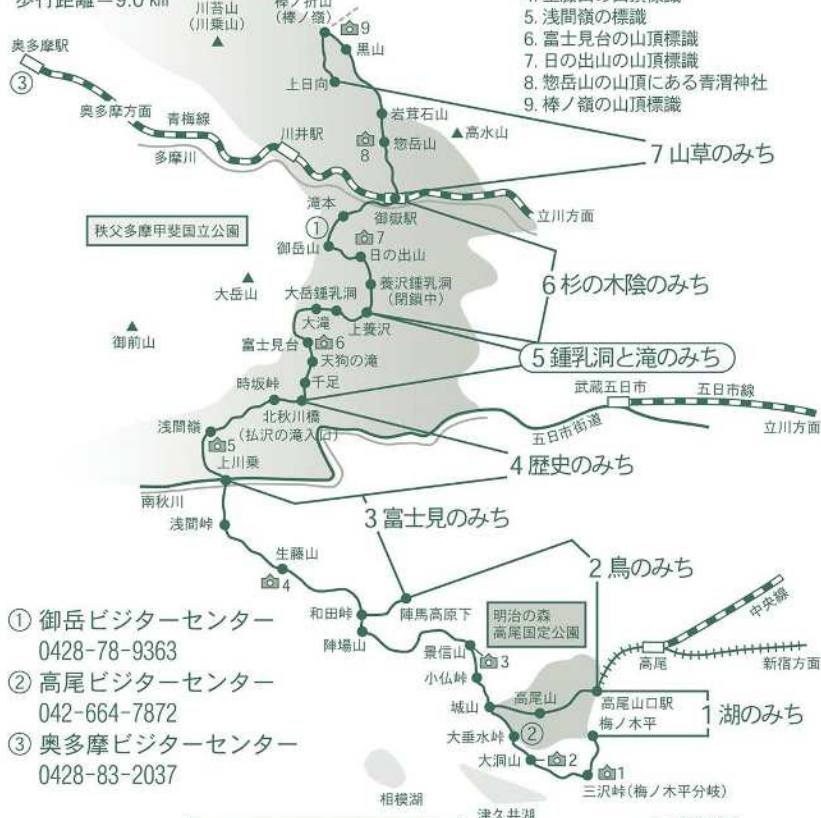
天狗滝

ルート案内

JR五日市線「武蔵五日市駅」よりバスにて「弘沢の滝入口」下車。車道を10分ほど進み、「千足」バス停先で右折します。舗装道路をしばらく行くと林道に入り、林道を進むこと約300mで終点。いよいよ山道に入ります。入るとすぐに歩道は二手に分かれ、右は沢を渡り人工林内をジグザグに登ります。左は沢沿い天狗の滝に向かいます。天狗の滝からは、先ほど分かれた道と合流し、ひと登りで緩滝に。緩滝から先は、急な尾根道に取り付き。ひと汗かくと、つづら岩のそびえる馬頭刈尾根に出ます。コースは左に、あまり眺めの利かない岩の尾根伝いに富士見台へ向かいます。富士見台は休憩舎や案内板があり大岳山、御岳山などの眺めがよい明るい台地で、休息にはぴったりの所です。ここから雑木林の筐の中の尾根道をたどると、大滝への下降分岐点に着きます。コースは右に折れてぐんぐん下降します。大岳沢沿いのコースは新緑や紅葉が美しい道です。水量豊富な大滝を見ると、養沢に通ずる林道はもうすぐです。林道途中の大岳鍾乳洞は東京都指定の天然記念物です。沢沿いに林道を下っていくと上養沢に到着します。

関東ふれあいの道・東京都ルート概略図

檜原村北秋川橋ーあきる野市上養沢
所要時間＝約4時間20分
歩行距離＝9.0km



コースタイムには休憩時間は、含んでいません。あくまで目安として考え下さい。

● 里程標

1kmごとに設置され、歩いている1日コースの中で、そこがどの辺なのか前後の距離で表示しています。この場所が北秋川橋まで2.5km、上養沢まで7.0kmの位置であることを示しています。



シンボルマーク



指導標



里程標

ヤマブキ



イワタバコ



首都圏自然歩道

関東ふれあいの道

東京都 5 鍾乳洞と滝のみち

「関東ふれあいの道」踏破記念制度

- 一つの都県のコースを踏破した方に、認定証と記念パッチを交付します。
- 各コースの撮影ポイントで申請者自身をいれた写真を撮影して下さい。
- 東京都分の全コースの写真が揃いましたら、住所、氏名、年齢及びそれぞれの写真にコースの感想と撮影年月日を明記のうえ、認定申請先にお送り下さい。

お問い合わせ及び認定申請先 東京都御岳インフォメーションセンター
TEL.0428-85-8652
〒198-0083 東京都青梅市御岳本町332

知っておきたい山登りのマナー

- 登山計画を警察や家族など第三者に伝えておきましょう。
- 空缶、紙クズなどのゴミは捨てないで家に持ち帰りましょう。
- 山火事注意、火の元には十分注意しましょう。
- 案内板や標識はみんなの道しるべです。大切にしましょう。
- 利用者は十分な装備で、余裕のあるスケジュールを組んで歩きましょう。
- 自然に親しみ、自然に学び、自然を大切にしましょう。
- 川は付近の人の飲み水です。汚さないようにしましょう。

これだけは持っていこう

関東ふれあいの道は、コースによっては険しい所も多いので、装備は万全にしておきましょう。また、前日は十分に睡眠をとり、登山前の準備運動も忘れずに行ってください。

- ザック(両手を十分に使えるように、手には持たない。)
 - 登山靴または軽登山靴(積雪期は軽アイゼン)
 - 雨具●地図●磁針●弁当●水筒●ヘッドランプ
 - 着替え●タオル●医薬品●非常食
- そして、前夜の睡眠、準備体操、健康チェックを十分に。

● お問い合わせ

東京都多摩環境事務所 TEL. 042-521-2947
西東京バス五日市営業所 TEL. 042-596-1611

東京都環境局ホームページアドレス

<http://www.kankyo.metro.tokyo.lg.jp/>

リサイクル適性(A) この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。



令和5年度登録第2号
環境資料第35020号



東京都



関東ふれあいの道

東京都 5

鐘乳洞と滝のみち



コース全長9.0km

大岳鍾乳洞入口バス停

大岳鍾乳洞

大滝

富士見台 1054m

つつら岩

綾滝

天狗ノ滝

千足バス停

弘沢の滝入口バス停

奥多摩町

Mt. Otake 大岳山 1266.5m

W・C

Mt. Takaiwa 高岩山

W・C

6 杉の木陰のみち

日の出町

あきる野市

東京都

W・C

檜原村

郷土資料館バス停

W・C

神戸岩入口バス停 武蔵五日市駅へ 0:30

小沢バス停

白倉バス停

千足バス停

W・C

W・C

東京都駐車場

北秋川橋

W・C

弘沢の滝入口バス停 武蔵五日市駅から 0:25 (本宿役場前バス停から徒歩約10分)

本宿役場前バス停

元郷バス停

W・C

軍道バス停 武蔵五日市駅へ 0:25

W・C

東京都駐車場

令和五年八月 発行／東京都多摩環境事務所 調製／内外地図株式会社

- 凡 例
- 関東ふれあいの道
 - 1~32 指導標
 - 里程標
 - コースタイム
 - トイレ (Toilet)
 - バス停 (Bus stop)
 - 踏破撮影ポイント

※バス停の時間表示はバスでの所要時間です。

1:25,000

