

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

## 涼しげ選手権！ 涼を求めて自然公園へGO！

「涼しげな名前」  
都レンジャー代表  
滝澤さん

獅子口湧水は清らかな水  
が岩から大量に流れ出し、  
周辺はひんやりとした空気  
に包まれています！

## 大丹波川

川苔山の北側を源流に青梅線川井駅付  
近で多摩川に合流する溪流です。夏でも  
涼しい溪流沿いの道を獅子口湧水まで遡  
り川苔山まで登るルートがおすすめ！

COOL!!

## 海沢大滝

# 涼

## 大滝

武蔵五日市駅から上養沢  
行きのバスに乗り大岳鍾  
乳洞入口バス停で下車、  
徒歩60分ほど。落差約  
30mの滝です。途中、大  
岳鍾乳洞もあります。  
少し足を延ばして滝の上  
に上がると大岳沢の美し  
い風景が続きます。

## 小仏川～蛇滝



**イワタバコ**  
沢沿いの岩場で見ら  
れます。大きな葉が  
特徴的！

そのまま登山道を  
歩くと馬頭刈尾根に  
のり、大岳山に登る  
こともできます。

高尾地域からは小仏川沿いの遊歩道をご紹介！  
カジカガエルの鳴き声や蛇滝周辺の夏の風物詩、  
イワタバコが涼しさを演出します。

## 滝祭りに参加します

檜原村にある払沢の滝は日本の滝100選に選  
出されています。払沢の滝駐車場から15分程の散  
策路は夏でも涼やか。

毎年8月には檜原村の払沢の滝夏祭りが開催され  
ます。東京都レンジャーもブース出展し、自然公  
園の紹介をします。是非お越し下さい！

