

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。

関東ふれあいの道を歩いてみませんか！

関東ふれあいの道（首都圏自然歩道）は、関東地方一都六県をぐるりと一周する総延長 1,799km、全 160 コースの長距離自然歩道です。東京都内では八王子市の梅の木平・高尾山口駅から奥多摩町の上日向までとなっており、一つの都県の全コースを踏破すると認定証と記念バッジがもらえます。東京都内は高尾から奥多摩までの約 74.4 km、7コースが整備されており、自然だけでなく歴史や文化にもふれあうことができる道です。東京都内コースは山岳コースですので万全の登山装備が必要です。東京都内全コースを踏破して、認定証と記念バッジを手に入れてみてはいかがでしょうか!? 詳細は御岳インフォメーションセンター（電話 0428-85-8652）にお問い合わせください。



撮影ポイントで写真撮影



東京都記念バッジ

コースマップ



①湖のみち



梅の木平



丹沢の山々

湖のみちは、甲州街道に面した梅の木平から、南高尾に位置する三沢峠～大洞山～大垂水峠～小仏城山～一丁平～高尾山から自然研究路 1 号路を経て、高尾山口駅に続く全長 16.2 km のコースです。南高尾の都県境尾根からは、津久井湖や丹沢の山々が眺望できます。静かな南高尾から多くの人で賑わう高尾山まで、多様な風景を楽しむことができます。

②鳥のみち



高尾山山頂



陣場山山頂

鳥のみちは、高尾山口駅から始まり、自然研究路 1 号路～高尾山～小仏城山～景信山～堂所山～陣場山を経て、陣馬高原下バス停までの全長 19.4 km のロングルートです。

高尾山から陣場山までは、緩やかなアップダウンを繰り返す尾根道を歩きます。それぞれの山頂からは富士山、丹沢山塊、奥多摩方面の眺望が楽しめます。

③富士見のみち



生藤山から富士山



雑木林

陣馬高原下バス停から登りはしめ、和田峠から笹尾根を浅間峠まで歩き、上川乗へと至る、全長 14.7km のコースです。雑木林の中を爽快に歩く途中で、富士山を望むこともできます。