

## ルート案内

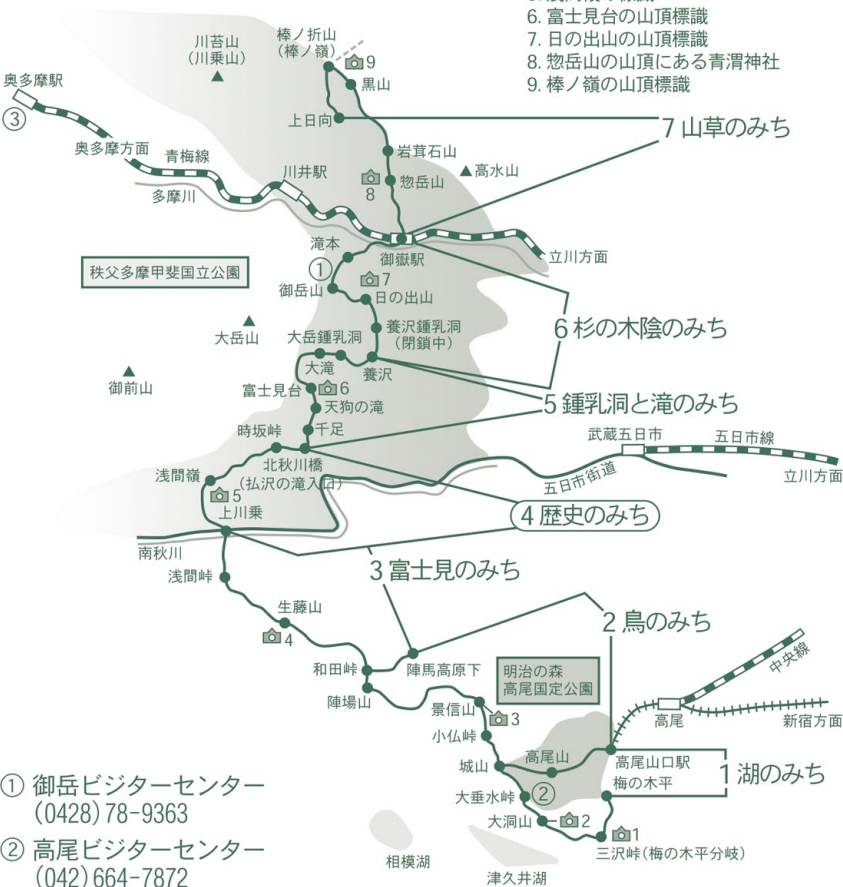


弘沢の滝

JR五日市線「武蔵五日市駅」よりバスにて「上川乗」下車。南秋川渓谷沿いの上川乗の集落から、杉、檜の植林地を登って行きます。あたりが明るい雑木林に変わると浅間嶺は間近です。浅間嶺の広場(トイレ、休憩所)にでると右手に小高い展望台があります。展望台からは富士山や笹尾根が望めます。天気によればここでゆっくり休憩を。浅間尾根にでると道は下りです。この尾根道は甲州中道といわれた古い官道で、中世甲州街道として重視される一方、生活道路として利用されていました。細い流れに沿って下ると“瀬戸沢の一軒家”と呼ばれる大きな「古民家」の前に出ます。ここを過ぎると直ぐ林道にでます。展望を満喫したら森林浴のコースもかねている樹林の道をたどると時坂峠につきます。峠から山道、村道を交互に歩いていくと、まもなく大きな駐車場にでます。ここから弘沢の滝はすぐ近くです。滝を見たら弘沢の滝入口バス停へ。

### 関東ふれあいの道・東京都ルート概略図

檜原村上川乗-檜原村弘沢の滝入口  
所要時間=約3時間30分  
歩行距離=8.0km



- ① 御岳ビジターセンター (0428) 78-9363
- ② 高尾ビジターセンター (042) 664-7872
- ③ 奥多摩ビジターセンター (0428) 83-2037

### 撮影ポイント

1. 梅の木平分岐の指導標・案内板
2. 大洞山の山頂標識
3. 景信山の山頂標識
4. 生藤山の山頂標識
5. 浅間嶺の標識
6. 富士見台の山頂標識
7. 日の出山の山頂標識
8. 惣岳山の山頂にある青渭神社
9. 棒ノ嶺の山頂標識

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お考え下さい。

### ● 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。この場所が上川乗まで3.9km、北秋川橋まで4.1kmの位置であることを示しています。



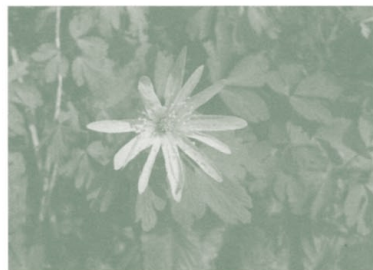
シンボルマーク



指導標



里程標



アズマイチゲ



カタクリ

## 「関東ふれあいの道」踏破記念制度

- 一つの都県の全コースを踏破した方に、認定証と記念バッチを交付します。
- 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。
- 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、都県の担当課にお送り下さい。

お問い合わせ及び認定申請先 東京都環境局自然環境部緑環境課  
03-5321-1111(代表) 03-5388-3508(直通)  
〒163-8001 東京都新宿区西新宿2-8-1

## 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.jp/>

平成25年度登録第5号  
環境資料第25067号



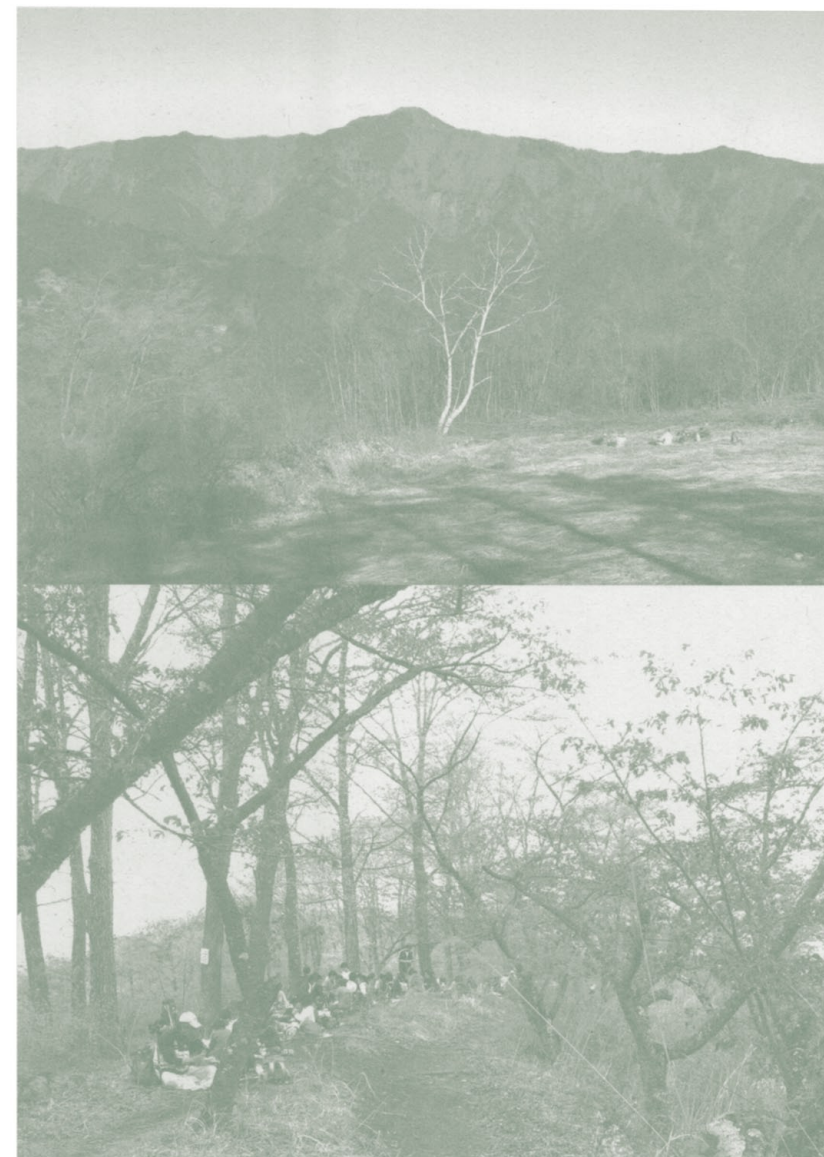
首都圏自然歩道

# 関東ふれあいの道

東京都

4

歴史のみち



東京都

270