model 1

大岳山コース

おおだけさんコース

東京で唯一日本二百名山に選ばれた大岳山。
花の百名山の一つでもある。

滝めぐり、大岩や、富士山の眺望。苦労の分だけ、楽しみもたっぷり

３つの美しい滝と、岩登りもできる大岩、富士山の眺望、奥多摩三山の一つ「大岳山」などを楽しめる魅力満載のコースです。

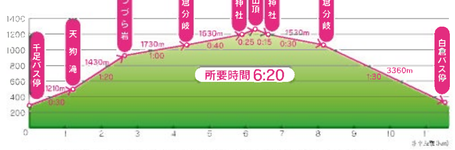
千足バス停から「天狗滝」の道標に従って舗装道路を上り、20分ほどで登山道入口へ。最初の分岐点を左に進むと、10分ほどで❶小天狗滝に到着。さらに一段登ると❷天狗滝があります。左側に天狗滝を見ながら通過し、向かいの登山道へ。道標に従って25分ほどで❸綾滝に着きます。ここから、ロッククライミングの名所❹つづら岩へ続く道はやや険しく55分ほどです。つづら岩を右手に見ながら通過し、30分ほどで富士見台へ。東屋などがあるので昼食を取るのにも適しています。富士見台から❺大岳神社へは１時間10分ほどの道のり。さらに25分ほどで大岳山山頂へ着きます。神社から山頂への道は特に険しいので焦らずゆっくりと登りましょう。帰りは、白倉分岐を白倉方面に降りて白倉バス停へ至ります。

❹大岳山山頂。始れていると霧海の向こうに富士山の姿が　❺迫力満点！　❻遠くにかすんで見える集落　❼岩場が多いので注意　❽大岳神社の狛犬。独特のフォルムがかわいい　❾山頂には売店も

❶小天狗滝　❷天狗滝　❸綾滝

Point
滝の個性を味わおう

滝めぐりを楽しめるのが本コースの魅力の一つ。「小天狗滝」は小ぶりですが勢いがよく見ごたえあり。隠れの「天狗滝」は末広がりの形が特徴的。「綾滝」は岩肌をサラサラとゆっくり流れる様が大変優雅で、時間を忘れて眺めていたくなる美しい滝です。



※所要時間は目安です。体力を考慮し、時間に余裕をもったハイキングをお楽しみください。

model 2

浅間尾根コース

せんげんおねコース

景色を眺めながら存分に自然を味わえる浅間尾根。
初心者にもオススメ。

かつて檜原村の産業を支えた古道を訪ねる

このコースは昭和の初めまで物資を運ぶ牛馬が往来していた檜原村の産業道路です。当時のまま残る古道をたどってみましょう。

浅間尾根登山口バス停から、民宿・浅間坂の看板をたどって舗装道路を進むと、登山道入口に至ります。ここから尾根道の数馬分岐までは標高差280mの上りが続きます。分岐から浅間嶺を目指して進むと❶サル石があります。先に進むと一本杉（一本松）の標識があり、そばには馬の供養や安全を祈願する馬頭観音が。❷浅間石宮を経て人里峠、その先へ進むと突然視界が開け、❸檜原村北部の雄大な景観が広がります。さらに進むと休憩所があり、道を上って展望台を経て尾根道を進むか、比較的平坦なわき道を行くかに分かれます。❹展望台からは北側に大岳山や御前山などの山々を一望でき、晴れていれば南側に富士山が見えます。

展望台から払沢の滝駐車場まではほぼ下りで、❺モミ大木、水車が回る蕎麦処を通り❻時坂峠へ。さらに集落の佇まいを眺めながら下ると駐車場へ到着。ここから遊歩道を15分ほど歩いたところに❼払沢の滝があります。駐車場からバス停までは5分ほどです。

❶檜原村北部の大岳を見渡せる　❷苔の洗礼がついているサルボ　❸浅間石宮　❹浅間嶺。北側には檜原村の集落、南側には富士山が　❺モミ大木　❻時坂峠

❼日本の滝百選に選ばれている「払沢の滝」

Point　いにしえのメインストリート「甲州古道」

現在の甲州道は小仏峠、笹子峠を通るルートですが、中世のころは、檜原村の持坂、浅間尾根を通り、数馬、鞍口峠、大菩薩峠を越えて、甲州へ入ったといわれています。大変困難な道だったようですが、檜原が甲州への重要な道筋であり、中世には足利氏や後北条氏の命によって檜原城が置かれ、甲州軍の侵攻に備えたようです。浅間尾根道では当時を思わせる遺跡や板碑を見ることができます。[illegible]時坂から浅間尾根に向かう途中には、かつて代官休息処だった建物があり、現在は改装して蕎麦処として営業しています。

model 3

小林家住宅＆御前山コース

こばやしけじゅうたくとごぜんやまコース

重要文化財・小林家住宅と
奥多摩三山の一つ、御前山をめぐる道のり。

気分は江戸時代の旅人。歴史ある民家から湖を望む峠へ

江戸時代の佇まいを残す萱葺き屋根の住宅や、縄文時代の遺跡など、歴史的なスポットをめぐるコースです。

藤倉バス停から小林家住宅へ向かう約40分の道のりは、春日沢を経て上る序盤が急坂で滑りやすく注意が必要。小林家住宅から裏手の登山道を上ると、伴宅を上から望めます。❶

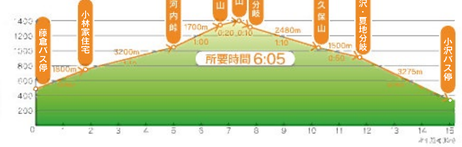
さらに30分ほど上ると、縄文期の縦穴式住居が出土された❷中之平遺跡の碑が。その先の小河内峠から惣岳山へは１時間ほどの上り道。途中、二手に分かれる分岐点を左に進むと、大ブナ尾根と奥多摩湖を望める❸ビュースポットへ。こちらの道はやや険しいので、前述の分岐点を右へ進み、三叉路を左に折れてビュースポットへ回り込むルートもおすすめです。そこから少し上ると❹惣岳山山頂。力タクリが自生する御前山へはここから20分ほどです。❺御前山山頂を経て下山ルートへ。比較的なだらかな道で、約３時間で小沢のバス停へ出ます。

❶春はツツジが美しい小林家住宅　❷中之平遺跡の碑　❸惣岳峠より大ブナ尾根を望む　❹惣岳山山頂　❺御前山山頂にてお弁当　❻御前山避難小屋。トイレあり

▲ヤマツツジが花滝くも月の風景

Point
古民家でひと休み

重要文化財・小林家住宅は、江戸時代の山岳民家を保存した家屋で、当時の生活環境を今に残します。見学時間 内（4/1～10/31は10時～16時、11/1～3/31は10時～15時）は屋内に入ったり、浅間尾根などを見渡せる縁側で休憩したりできます。トイレもあり。



▲ガイドさんの説明を聞きながら、屋内を見学することもできる

▲当時の生活用具も展示している

檜原村の山で見られる花・木・野鳥

■花（花期）

フクジュソウ（2～3月）、アズマイチゲ（3～4月）、カタクリ（4月）、ヒメイワカガミ（4～5月）、ナガバノスミレサイシン（4～5月）、イチリンソウ（4～5月）、ニリンソウ（4～5月）、エビネ（4～5月）、イカリソウ（4～5月）、ヤマシャクヤク（4～5月）、ミヤマエンレイソウ（5～6月）、キンラン（5～6月）、コアジサイ（6～7月）、クサタチバナ（6～7月）、イチヤクソウ（6～7月）、キンセイラン（7月）、イワタバコ（7～8月）、ヤマユリ（7～8月）、レンゲショウマ（8月）、アズマレイジンソウ（8～9月）、カメバヒキオコシ（9～10月）、氷の花は12～1月）、サラシナショウマ（8～10月）　など

■樹木（花期）

マンサク（3～4月）、ダンコウバイ（3～4月）、ヤマザクラ（3～4月）、コブシ（3～5月）、ミツバツツジ（4～5月）、トウゴクミツバツツジ（5～6月）、シロヤシオ（5～6月）、ヤマボウシ（5～7月）、バイカツツジ（7月）、ホツツジ（8～9月）　など

■野鳥（見られる時期）

オオルリ（5～8月）、キビタキ（5～8月）、コマドリ（5～8月）、ホトトギス（5～8月）、ジョウビタキ（11～3月）、ツグミ（11～4月）、クマタカ（12～2月）、ヤマガラ（一年中）、コガラ（一年中）、ヒガラ（一年中）、カケス（一年中）、ルリビタキ（一年中）　など

カントリーコード

カントリーコードとは、公園の利用にあたってのマナー向上を目指して策定されたルール集です。秩父多摩甲斐国立公園のカントリーコードは次の１０点です。

1. ゆっくり静かに自然を楽しむ
   自然や風景のすばらしいところです。目的地にただ急ぐのではなく、行程には余裕をもって、ゆっくり自然を楽しみます。
2. 計画や準備は万全にする
   木公園は切春まで雪霜凍結があり、冬季は早く陽が落ちます。生命や身体の安全のためには登山の経験者に相談したり、目的やルートの情報を必ず確認します。
3. 土地所有者や管理者の善意を尊重する
   国立公園内は国・公有地だけでなく、私有地もたくさんあります。登山道や公共施設も善意により借地させていただいている場所もあります。土地所有者や管理者が困るような行為はつつしみます。
4. 駐車場でのアイドリングをしない
   アイドリングによる排気ガスはきれいな空気を汚します。駐車場での無駄なアイドリングはしません。
5. ゴミは絶対捨てずに、すべて持ち帰る
   少しでもゴミが落ちていると大変目立ちますし、野生動物にも影響を与えます。ゴミはすべて自宅までもち帰るとともに、ゴミになるものは最初から持っていかない工夫をします。
6. 登山道や遊歩道からはずれて歩かない
   写真撮影などで道からはずれると、転落や落盤のおそれがあります。また、植生を傷めることにもなるので、登山道や遊歩道からはずれないよう歩きます。
7. 動植物はとらない・エサも与えない
   自然の中で生きる多様な野生動植物は、生態系の重要な構成員です。生態系を保全するため野生動植物を大切にします。
8. 山火事をおこさない
   山林火災はいったん発生すると消火作業も困難で多くの森林が焼失してしまいます。たき火やたばこの吸い殻の投げ捨ては絶対しません。
9. キャンプはキャンプ場でおこなう
   身体の安全や生態系の保全のためにキャンプ場でキャンプを楽しみます。
10. トイレなど公共施設をきれいに使う
    トイレや避難小屋などの公共施設は、一人が汚すと後から使う人達が不快です。一人ひとりが気をつけて、汚さず、壊さずに使います。

平成12年9月　秩父多摩甲斐国立公園協会制定