

IJCEE 有志・高尾山紅葉ハイキング



日本文化体験交流塾の会員の皆様へ

秋のひとつとき、自然にふれてリフレッシュしませんか。小仏コースは、表どおりの自然研究路に比べて、静かなコースです。登山歴 40 年のリーダーが歩き方をアドバイスします。

◆ 日時：2018 年 10 月 28 日（日）

◆ 集合：JR 高尾駅北口 8 時 20 分バス停集合

◆ コース 高尾駅 8 時 32 分発→バス→小仏バス停 8 時 53 分着→徒歩 50 分→小仏峠→
徒歩 1 時間 15 分→(昼食)→高尾山→徒歩 80 分→ 高尾山口駅
全行程 3 時間 30 分

◆ 参加費は、無料です。ご希望の方は、このメールにご返信ください。

◆ 持参するもの 着替え、雨具、軽登山靴、ビニールシート、コップ、弁当、手袋
※各自でお弁当をご持参ください。山頂付近でコーヒーをできるだけ用意します。

◆ 服装は、薄着の重ね着が良いです。歩き出すと暑くなるので脱ぎます。休む時は、早めに着ると良いです。

※雨具又は、オーバーズボンがあれば、休憩時に温かいです

◆ リーダー・連絡先

NPO 日本文化体験交流塾 米原亮三 / アドレス

info@ijcee.com

携帯 090-1607-5099

※雨天予想の場合は、前日の 17 時までに、中止を
IJCEE のホームページに掲載します。掲示がないときは、
実施します。





高尾山自然研究路コースマップ

The trail map illustrates six main routes (1-6) and the Shinobu Mountain course. Each route is color-coded and includes details on distance, elevation change, and difficulty. The map also shows the location of the Takao Museum (TAKAO 599 MUSEUM) and the Takao Station (高尾山駅).

Route	Distance	Elevation Change	Difficulty	Theme
1号路	3.8km	↑上り:100分 ↓下り:80分	★★	タコ杉や杉並木、高尾山の自然をテーマにした山頂までのコースです。
2号路	0.9km	↑上り:40分	★	さる園・野草園のまわりを中心に、「高尾の植物」がテーマのコースです。
3号路	2.4km	↑上り:60分 ↓下り:50分	★★	「高尾の森」がテーマ。美しいカツラ林が見られる静かなコースです。
4号路	1.5km	↑上り:50分 ↓下り:40分	★★	「森と動物」がテーマ。季節ごとに鳥のさえずりが聞こえます。
5号路	0.9km	↑上り:30分	★	ゆっくり歩きながらテーマの「人と自然」について考えてみましょう。
6号路	3.3km	↑上り:100分 ↓下り:80分	★★★	「森と水」がテーマ。びわ滝では、真冬でも水行者の姿を見れるときもあります。
稲荷山コース	3.1km	↑上り:100分 ↓下り:80分	★★★★	「四季折々」がテーマ。秋にはこの山全体にもみじが紅葉して美しい。
高尾山～陣馬山コース	15.3km	↑上り:5時間20分	★★★★★	山頂から一丁平、城山、景信山を経由して陣馬高原へ至るロングコースです。

① 【高尾山ケーブルカー】日本一の急勾配31度18分を登ります。
 ② 【リフト】二人乗り観光リフトは、12分間の「空中散歩」を楽しむことができます。
 ③ 【高尾山展望台】夏は飲み放題・食べ放題の「高尾山ピアマウント」、春・秋・冬はレストラン「キッチンむさび」を営業しています。
 ④ 【高尾山さる園・野草園】ユニークなさるが勢揃いのさる園。野草園では四季折々の山野草を楽しむことができます。