

## TTC 定例山行実施記録表

2014年5月11日 報告者: 梅崎桂子

山行名	奥多摩・三頭山 [1531m 東京都]				
実施日	2014年5月10日(土)	日帰り	マイクロバス利用		
天候/参加人員	天候: 快晴	レベル: ★☆	参加者: 14名(男5名/女9名)		
パーティスタッフ	CL:、 SL:、 会計:、 救護:、 写真: スタッフ名削除				
参加メンバー	参加者氏名削除				
費用 ¥4,600	マイクロバスレンタル料 29,268 燃料代@140×(170+50)/5=6,160 ドライバ-謝礼 18,000 数馬の湯(クーポン使用)@700×14人=9,800 合計 63,228 1人@4,600 カパ金 1,172				
所要時間		歩行時間	休憩時間	行動時間	累積標高差594m 歩行距離6km
	ガイドブック	4:00	—	—	
	計画	4:25	1:35	6:00	
	実行	3:35	1:30	5:05	
実行コースタイム記録					
<p>ヨ-カト-前====都民の森駐車場……三頭大滝……大沢山……避難小屋(昼食)……三頭山(西峰・中央峰・東峰)・</p> <p>6:30 (各地) 9:40 9:55 10:20 10:30 11:45 11:55 12:00 12:40 13:00 13:10</p> <p>……見晴し小屋……鞆口峠……都民の森駐車場====数馬の湯====ヨ-カト-前</p> <p>13:50 14:00 14:25 14:35 15:00 15:10 15:25 16:40 (各地) 18:50</p>					
コースの概要、特記事項、反省事項等					
<p>檜原都民の森にあるブナの森ゾーン「三頭山」に登って来ました。新会員のSrさんは今回が初参加です。運転手のImさんが都合が悪くなり、急遽ご主人のItさんの運転に変更されました。途中、車中から「何か道が変だよ？」との声が出た。私も主人の運転で下見に行った時の道とは違う感じがしていたが、いろんな行き方があるんだと思っていた。その時はすでに鶴峠を過ぎ丹波山・小菅村に向かっていたのでそのまま奥多摩湖を越えて行くしかなかった。こうなったら覚悟を決めて「皆さん、新緑めぐりツアーと思って外の景色を楽しみましょう」と車中に伝え、Itさんには「時間をたっぷり取ったコースですから大丈夫ですよ。ただトイレ休憩が出来る場所を見つけてください」とお願いする。丁度、小菅村役場前に公衆トイレが有り助かった。都民の森駐車場に40分遅れで到着し体操と準備をしてスタートした。カタクリ・シラネアオイ・ニリンソウ・スマイレ……ミツバツツジや山桜も見られたが、青空に映えるブナの新緑の黄緑がセラピーロードとマッチし心が洗われるような気持ちにさせられた。三頭大滝は落差30mの見事な滝である。吊り橋から滝を眺めマイナスイオンを浴びながら森林浴を楽しむ。そこから石山の路に入り山歩きになるが鳥のさえずりだけの静寂な登山道である。残雪の残る沢からの涼風に助けられ汗もあまりかかないで登れた。稜線近くになったら左手の新緑の間から冠雪の富士山が現れた。立ち休憩をして眺めたが、その後も三頭山山頂まで富士山を見ながら歩む至福のコースであった。大沢山を踏み、その先のムシカリ峠避難小屋で昼食にした。ここは腰掛ける場所やトイレも有り、富士山も見られる絶好の場所であった。お昼休憩直後の三頭山を目指す階段の上りは足が重く息が上がるが、スマイレや野の花々が癒してくれた。三頭山山頂の西峰・中央峰・東峰と踏んで最初の西峰と一番高い中央峰で記念撮影をした。三頭山の由来はこの三つの峰から付いたのかしらと話が弾む。東峰の先に洒落た展望台が有り、そこから奥多摩三山の御前山と大岳山・それと御岳山の眺望が見られた。途中の見晴し小屋を経て鞆口峠を目指し下山する。イベントをしている森林館を通り抜け駐車場には20分早く到着でき一安心。売店で予約してあった数馬の湯のクーポン券を受け取り、久々に下山後の入浴を楽しむ。帰路でトイレ休憩をした丹沢パン直売所でお土産のパンも購入でき皆の笑顔が見られた。行きも帰りも道路の渋滞はなかったので遠回りの影響も出ず予定より早い帰着になった。</p> <p>*初CLでしたがスタッフ始め、皆さんのご協力が無事に終えることが出来ました。有難うございました。(走行距離数はスタッフで相談し、皆さんの了解のもと20キロプラスとしました)</p>					