

日の出山・御岳山ハイキング

休日ハイキング同好会

(担当:太田・小出)

2019年6月23日(日) 雨天中止

中野島駅前 7:50 集合

<昼食:弁当持参>

分類:登山入門

標高差:500m程度

歩行時間:3時間15分程度

歩行距離:7.0km

参加は「歩行時間」「標高差」等を考慮し、自己判断・自己責任で参加願います。

当ハイキングへの「参加」「不参加」の事前連絡は不要です。

⇒(電車) →(バス) →→(ケーブル)

中野島駅(7:58) ⇒ (8:24)立川駅(8:34) ⇒ 武蔵五日市駅(9:08)

中野島⇒武蔵五日市(550円)

武蔵五日市駅(9:30) → 日の出山登山口(9:50)

武蔵五日市駅→日の出山登山口(400円)

西東京バス つるつる温泉行 3番のりば

武蔵五日市駅



歩行時間 コースタイム

①日の出山登山口バス停		9:55
↓	(1分)	
三ツ沢分岐		9:56
↓	(20分)	
②新旧道分岐(旧道利用)		10:20
↓	(40分)	
顎掛岩		11:00
↓	(20分)	
③クロモ岩		11:20
↓	(25分)	
④日の出山(昼食:30分)		11:45
↓	(20分)	
上養沢分岐		12:35
↓	(30分)	
⑤武蔵御嶽神社・御岳山		13:05
↓	(30分)	
⑥御嶽山駅		14:00

日の出山山頂



武蔵御嶽神社



御岳山ケーブル 御嶽山駅 →→ 瀧本駅

発 14:15、14:45、15:00

(590円:6分)

バス ケーブル下バス停→御嶽駅バス停

発 14:34、15:00、15:26

(280円:10分)

御嶽駅(15:24) ⇒ 中野島駅(16:44)

発 14:52、15:24、15:42

(720円:80分)

武蔵御嶽神社への参拝等は階段が急なため、疲れた人はショートカットが可能です。

ショートカットする方は、ケーブルカー駅での待ち合わせをお願いします。

日の出山登山口から日の出山山頂までは登り道が続き、頂上直前は長い階段があります。

時間に余裕がありますので、階段はゆっくり登ってください。

歩行強度は登山ルートにより大きく異なります。下記は休ハイの登山ルートを基にした感想です。

最大標高差(約) 350m 550m 500m 550m 600m 550m

標高(約) 870m 770m 900m 620m 870m 790m

歩行強度の目安: 筑波山 < 大霧山 ≤ 日の出山 ≤ 幕山 < 矢倉岳 ≤ 高水三山

(個人の感想) 弱←

→強



ハイキングマップ出典：東京都日の出町 観光マップ

【日の出山】 標高902m

【神代ケヤキ】 天然記念物、樹齢1000年とも言われている。

【武蔵御嶽神社】 天平8年(西暦736年)行基が蔵王権現を祀ったことに由来
宝物殿には日本三大鎧の国宝(赤糸絨大鎧)が展示

【御岳山】 標高929m

分類の目安(参考情報)

【ハイク初級(標高差:100m以上 歩行時間:2~5時間程度)】

【ハイク中級(標高差:300m未満 歩行時間:5時間以上)】

【登山入門(標高差:500m以内 歩行時間:4時間以内)】

【登山初級(標高差:500m以上700m以内 歩行時間:4時間以上)】