

KEIO

夏のレンゲショウマ、秋の紅葉、見どころいっぱい！

夏
2013年
秋

御岳山



ホームページもご覧下さい▶ <http://www.mitaketozan.co.jp>

御岳登山鉄道



遊歩道沿いに点在する滝が涼しげ



綾広の森裡にある鳥居のツリヨット



紅葉と滝が鮮やかな秋のロックガーデン

マイナスイオンで身も心も浄化！
 「七代の滝」は大小8つの滝の集まりで、周辺は夏でもヒンヤリと涼しく快適です。また、厳冬期にはその滝が薄氷に覆われ、神秘的な姿へと変身します。さらに鉄梯子を登った先に現れるのが「天狗岩」です。さらに数分でロックガーデン、遊歩道の終点近くには「綾広の滝」があります。この滝は神職の「滝行」が行われることで有名です。

標高約1000mの別世界
 ロックガーデン（御岳岩石園）は昭和10年に東京都緑地計画に基づいて、溪流と露岩などを利用して造った始点から終点まで1500mほどの遊歩道です。別名「奥御岳渓谷」とも呼ばれ、清流を縫うようにして作られている散策路は広葉樹に囲まれ、苔むした岩や巨岩、天狗岩、七代の滝、綾広の滝などがありバラエティ豊かで、春や夏は濃い緑で包まれ、

【約2時間30分周遊コース】 ※歩くペースにより、所要時間は多少変わります。

御岳ビジターセンター→武蔵御嶽神社→長尾平→七代の滝→天狗岩→ロックガーデン→綾広の滝→天狗の腰掛け杉

- 御岳ビジターセンター：御岳山の登山や自然の情報が得られる
- 武蔵御嶽神社：標高929mの御岳山山頂に鎮座する神社
- 長尾平：山の上に広がる展望広場で、休憩や昼食をとるのに最適



御岳ビジターセンター



武蔵御嶽神社



長尾平

Mt.Mitake

Rock Garden

御岳健康大使、福島和可菜さんが

「ロックガーデン周遊コース」をご案内！



ロックガーデン。トレッキング、森林浴で癒されよう。

巨岩が連なる、沢沿いの遊歩道は、七代の滝から綾広の滝まで約1.5km続き、うっそうとした森の木の散策路です。苔むした岩肌と木々の緑が水面に映り、マイナスイオンで身も心も浄化され、大自然のパワーを存分に満喫できます。夏は愛らしい山野草が、秋は美しい渓谷の紅葉が楽しめます。

Fukushima Wakana

Rock Garden

Mt.Mitake

約10mの高さから流れ落ちる滝は圧巻で、右奥には祓を司る神である祓戸乃大神(はらえどのおおかみ)が祀られており、今も滝行の場として使われています。



綾広の滝



天狗の腰掛け杉

幹周約6.5m、高さ約60mを誇る杉の大木で、幹の途中から水平に1mほど伸びた後、グッと直上に伸びる枝に天狗が腰を掛けて人々を見下ろしていると言われています。

標高約1000mの場所にあるロックガーデンは真夏の猛暑が続く日でも、下界と異なりとても涼しく、爽やかな気分が味わえます。



ロックガーデン



秋はカエデなどの紅葉が素晴らしい、色づいた落ち葉で埋め尽くされるなど、四季それぞれの景観を楽しむことができます。また、標高が高いため涼しく爽やかで気持ちよさは格別です。



天狗岩



遠くから見ると天狗が上を向いたような形をしているので天狗岩と名付けられています。鉄の鎖をつたって登ることもできますが、岩肌が滑りやすくなっています。登った先には周囲の風景に溶け込んだ天狗の像があります。

七代の滝は大小8段の滝からなり、滝の上には天に向かって天狗岩がそびえています。

七代の滝



MITAKE MAP

御岳山

武蔵御嶽神社 WC AED

大岳山

奥の院

太占斎場

女坂

大橋峠

鍋割山

大塚山

綾広の滝

天狗の腰掛け杉

宝物殿
隨身門 WC

富士峰園地

上高岩山

ロックガーデン

天狗岩

茶屋 WC

御岳
ビジターセンター

産安社

展望食堂
大展望台駅

七代の滝

長尾平

商店街

馬場家
御師住宅 WC AED

WC



養沢川 WC

至日の出山

神代ケヤキ

御師集落

御岳山駅 WC AED

滝本駅 WC AED P

西東京バス
ケーブル下

至奥多摩

多摩川

御岳美術館

玉堂美術館

西東京バス
御岳駅

JR 御嶽駅

至奥多摩駅

吉野街道

青梅街道



御岳登山鉄道の
モバイルサイトは
こちらから。

WC トイレ設置場所 AED 自動体外式除細動器設置施設



このマップは構成上御岳山を中心にして誇張・または縮小されています。
実際に登山されるときは必ず正確な地図を持参して下さい。
草花を採取したりゴミを捨てるのはやめましょう。

約2時間30分コース ロックガーデン周遊

- 1 御岳ビジターセンター
- 2 武蔵御嶽神社
- 3 長尾平
- 4 天狗岩
- 5 綾広の滝
- 6 天狗の腰掛け杉
- 7 ケーブルカー御岳山駅

約1時間20分コース 武蔵御嶽神社周遊

- 1 御岳ビジターセンター
- 2 神代ケヤキ
- 3 武蔵御嶽神社
- 4 御師集落
- 5 ケーブルカー御岳山駅

約45分コース 富士峰園地周遊

- 1 大展望台
- 2 産安社
- 3 産安杉 三名木めぐり
- 4 御岳ビジターセンター
- 5 ケーブルカー御岳山駅

※歩くペースにより、所要時間は多少変わります。

応募券

- ご記入者 性別
 ①男性 ②女性
 年齢
 ①10代以下 ②20代 ③30代 ④40代以下 ⑤50代 ⑥60代 ⑦70代以下 ⑧80代以上
 A. ここ3年以内で御岳山を訪れるのは何回ですか。
 ①初めて ②2回目 ③3回目 ④4~5回目 ⑤6回目以上
 B. 今回はどなたとといらっしゃいましたか。
 ①1人 ②家族・友人同士 ③家族・親族 ④友人・知人 ⑤その他
 C. Bの質問で③以降を選んだ方は、人数をお書きください。
 ①2人 ②3人 ③4人 ④5~6人 ⑤7人以上
 D. 御岳山を何で知りましたか。
 ①雑誌 ②TV ③インターネット ④知人から聞いた ⑤その他

アンケート

キリトリ線

お名前
 A.B.C.
 A.B.C.
 A.B.C.
 問題1
 問題2
 問題3
 回答欄

御岳けんてい

ヒントはこのパンフレットの中にあります。

回答者の中から抽選で
 毎月2名様に
 ミズノ社製シューズが
 当たります。

応募は左記応募券を切り
 取るかそのまま投函箱・
 スタッフにお渡しください。

- ◎2013年8月~12月の各月5名様に抽選で素敵なプレゼントを差し上げます。
- ◎抽選は当月の正解者分を翌月5日迄に行ない、10日迄に発表・発送いたします。
- ◎発表は当社ホームページ及び滝本駅に掲示いたします。
- ◎記載の個人データは、商品の発送及び当社のイベントや季節情報のご案内にご利用させて頂く場合がございます。

問題1



地元のブランド豚「TOKYO X (トキョーエックス)」の豚肉と地元の名酒「澤乃井」の酒粕を使用し、ほど良い甘さの豚肉と香り高い酒粕がマッチした一品とは？

- A. ワカメ汁
- B. 御嶽汁
- C. 三平汁

問題2



武蔵御嶽神社の本殿裏手に鎮座する大口真神社の大口真神とは狼のこと。厄除け・長寿などの神として崇められているが、その通称は？

- A. おいぬさま
- B. とのさま
- C. てんぐさま

問題3



昭和10年に東京緑地計画に基づいて、溪流と露岩などを利用して造った始点から終点まで1500mほどの遊歩道で、正式名称「御岳岩石園」とは？

- A. ローズガーデン
- B. フラワーガーデン
- C. ロックガーデン

バス時刻表 [御岳駅~ケーブル下]

平日	時	土曜・日曜・祝日
30	55	7 10 50
22	57	8 20 46
21	53	9 12 40
21	50	10 14 40
21	50	11 10 45
21	50	12 20 54
21	53	13 20 54
21	53	14 20 48
21	50	15 11 46
21	53	16 10 40
26	59	17 05 31 53
	18	

ケーブルカー時刻表

平日	時	土曜・日曜・祝日
30	55	7 30 55
21	42	8 15 30 45
00	21 42	9 00 15 30 45
00	21 42	10 00 15 30 45
15	45	11 00 15 45
15	45	12 15 45
15	45	13 15 45
15	45	14 15 45
00	21 42	15 00 15 30 45
10	40	16 10 40
10	30	17 10 30 50
30		18 30

バス時刻表 [ケーブル下~御岳駅]

平日	時	土曜・日曜・祝日
	44	7 40
07	45	8 05 34
10	35	9 00 26 55
05	35	10 28 58
05	35	11 32
05	35	12 01 34
05	35	13 08 34
07	35	14 08 34
07	35	15 00 23
05	35	16 00 22 55
05	43	17 21 43
	12 18	06 41

バス時刻表:2013年4月1日より使用 ※ケーブルカー及びバスは、季節により臨時増発があります。

交通のご案内

立川駅→(JR約50分)御嶽駅→(西東京バス約10分)→ケーブル下下車



日本でも希少なレンゲショウマの群生地、御岳山。
 8月中旬から9月上旬に、可憐に美しく咲く花は見逃せません!!

レンゲショウマ

ケーブルカー御岳山駅より徒歩5分の富士峰園地北斜面に約5万株のレンゲショウマが群生しており、群生地としては日本一といわれ、8月中旬から9月上旬にかけてには淡い紫色の可憐な花を咲かせます。キンポウゲ科の多年草で、細長い花茎を伸ばし、約4cmの下向きの花を付けます。名前が由来は、花を下から見上げるとバス(蓮の花)の葉がサラシナショウマ(晒菜升麻)に似ているので、レンゲショウマ(蓮華升麻)とつけられたといわれています。



花の観賞はもちろん、可憐な花を撮影しようと毎年大勢の人が賑わいます。