

## 大多摩ウォーキングトレイル (おたまたまウォーキングトレイル)

今月も電車の駅から行ける場所で少しでも涼しい所を選んでみました。

大多摩ウォーキングトレイルは JR 青梅線古里駅と奥多摩駅の間を多摩川沿いに歩くハイキングコースです。途中に滝や白丸ダムや鳩ノ巣溪谷などがあります。整備されたコースでトイレや休憩場所も各所にあります。溪谷沿いを歩くだけでなく多少の上り下りもあり、変化に富んでいます。

一昨年の台風で通行止めの部分も今年全面復旧したようです。推奨コースの古里駅から歩きます。

コース概要 ①場所：東京都奥多摩町  
②歩行タイム：約 3 時間  
③レベル：体力☆ 技術☆ (3 段階の☆評価 初級☆ → 上級☆☆☆)  
標高差：100m以下？ 歩行距離：約 8.3 km

1.日 時：2021 年 7 月 17 日(土)

2.往 路：若葉 6:47~6:57 川越 7:07~8:02 拝島 8:09~8:55 古里

3.コース：案内マップ参照

4.復 路：奥多摩 13:36~14:17 青梅 14:22~14:41 拝島 15:01~15:52 川越 15:57~16:07 若葉  
次は 14:05 その次は 14:30

5.交通費：約 2,730 円

6.持ち物：水、非常食、弁当、雨具、保険証のコピーなど。

7.参加申込：参加の方は 7 月 11 日 (日) までに、松井宛メール [yukikomatsui19@gmail.com](mailto:yukikomatsui19@gmail.com)  
又はTel**080-5056-7633** (時間 18~21 時) にご連絡ください。

8.当日緊急連絡先：渡辺 090-5337-9419 松井 080-5056-7633

9.そ の 他：中止の場合は前日の午後 7 時頃までに、メール&HP に掲示しますのでご注意ください。

\* 次回はバス復活予定です。去年計画のエビ山を予定します。

# 大多摩ウォーキングトレイル

## Ohtama walking trail

(一社) 奥多摩観光協会  
東京都西多摩郡奥多摩町氷川210  
0428-83-2152

奥多摩駅 ~ 白丸 Okutama Sta. ~ Shiromaru	3km 約 60 分 (mins)	8.3km 約 3 時間 about 3 hours
白丸 ~ 鳩ノ巣 Shiromaru ~ Hatonosu	2.1km 約 45 分 (mins)	
鳩ノ巣 ~ 古里駅 Hatonosu ~ Kori Sta.	3.2km 約 70 分 (mins)	

### 数馬峡谷

数馬峡は氷川～白丸間の交通の難所。初めゴンザス尾根の根岩（ネーヤ）越えで行き来していた。

江戸中期に関係の村々の出資で、対岸に見える平成4年完成の白丸トンネルの上の硬い岩塊を砕いて切り通しを造り、峡谷沿いに街道の真上辺りを海沢に出る小道を造った。その後改良を重ね、ほぼ今の川沿いに通れる青梅街道になったのは大正末期という。

100m 200m 300m



飲食店 市外局番：0428

おくたま寿司	85-2823
山鳩（喫茶）	85-2158
玉福（食事）	85-2351
鳩の巣釜飯	85-1970
鳩美（蕎麦）	85-2626
湖湖（喫茶）	85-2217
ぼっぼ（喫茶）	85-1164
大橋屋（ラーメン）	85-1195
アースガーデン（食事）	85-5101
カフェレストラン SAKA	85-8155

土産

四季の家（手作り味噌）	83-3365
弘美堂（和菓子）	85-2101
ストア坂本	85-2537

アクティビティ

奥多摩カヌーセンター	090-6118-1528
スプラッシュ東京	0278-21-1337
溪山窯	83-2176
海沢ふれあい農園	85-8685

宿・キャンプ場

雲仙屋	85-2223
鳩の巣バンガロー	85-2548
山鳩山荘	85-2158
山田荘	83-2170
奥多摩の風 はとのす荘	84-7123



奥多摩駅 ~ 海沢 [都道(歩道あり)] Road sidewalk	海沢 [生活道] Living road	海沢～数馬峡橋 [遊歩道] Promenade	数馬峡橋 ~ 白丸ダム [遊歩道] Promenade
--	----------------------------	-------------------------------	-----------------------------------

### 白丸ダムと魚道

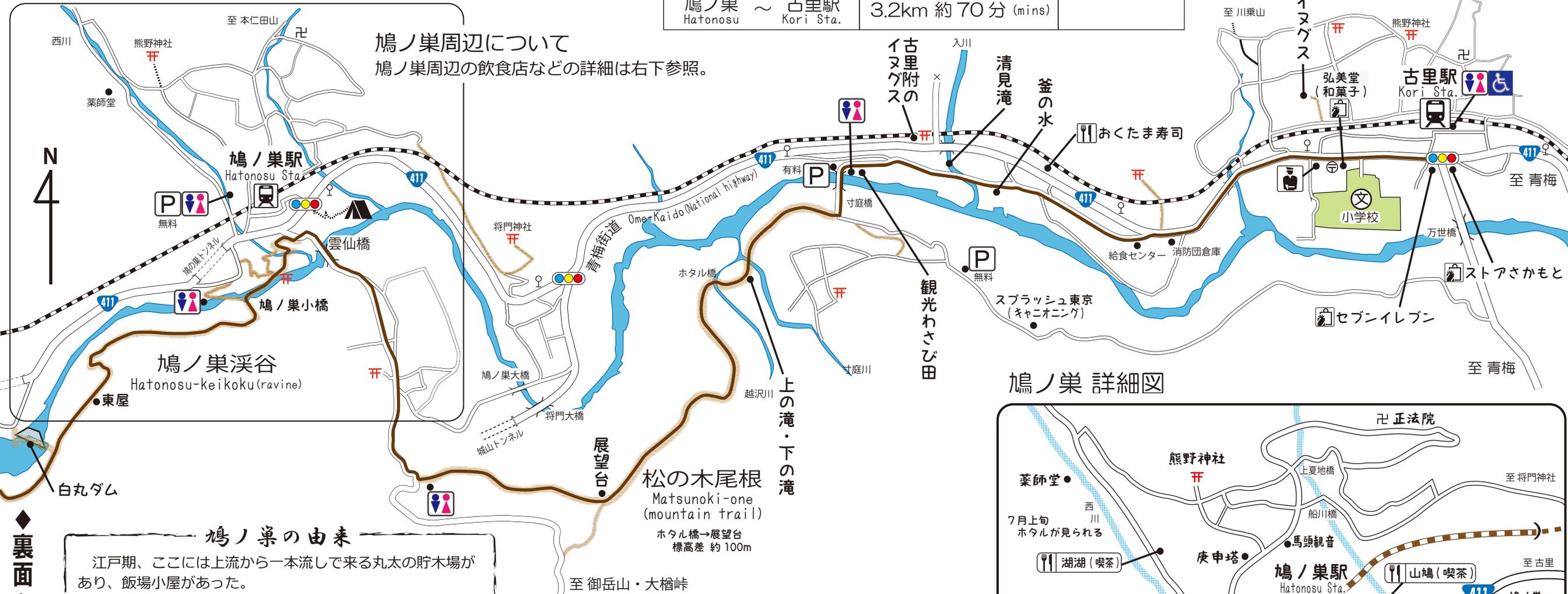
魚の遡上を、高さ約30mの白丸ダムが遮っていたのを、平成13年に新型の魚道を設けて上流への通り道を開いた。対象魚はアユ・サクラマス・ヤマメ。  
ダムは、昭和38年に御岳にある都の多摩川第三発電所の調整池として建設されたもの。

◆裏面へ続く◆

# 大多摩ウォーキングトレイル

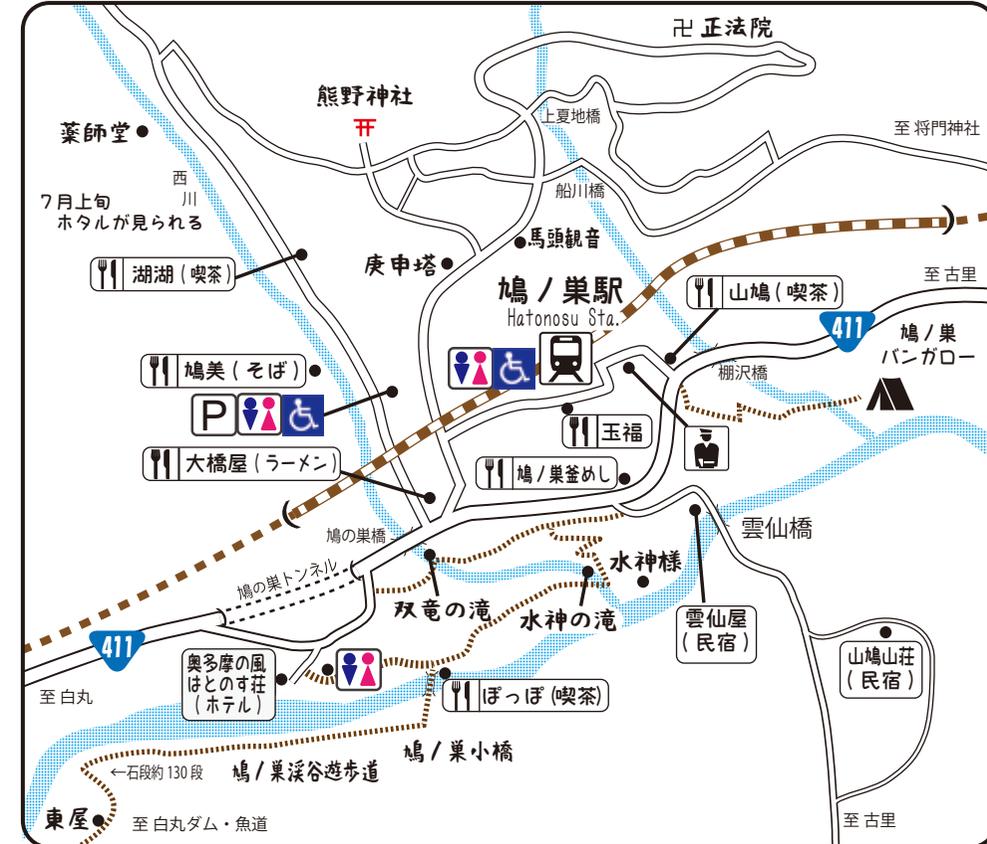
## Ohtama walking trail

奥多摩駅 ~ 白丸 Okutama Sta. ~ Shiromaru	3km 約 60 分 (mins)	8.3km 約 3 時間 about 3 hours
白丸 ~ 鳩ノ巣 Shiromaru ~ Hatonosu	2.1km 約 45 分 (mins)	
鳩ノ巣 ~ 古里駅 Hatonosu ~ Kori Sta.	3.2km 約 70 分 (mins)	



鳩ノ巣周辺について  
鳩ノ巣周辺の飲食店などの詳細は右下参照。

### 鳩ノ巣 詳細図



◆裏面へ続く◆

### 鳩ノ巣の由来

江戸期、ここには上流から一本流しで来る丸太の貯木場があり、飯場小屋があった。  
魚留滝（ナルタキ）の上の飯場に祭った水神社の森に、二羽の鳩が仲睦まじく巣を営んだ様子が人々の心を和ませ、いつしか鳩の巣の飯場と呼ぶようになり、これが地名になったという。  
魚留滝は江戸末期の大洪水で崩壊した。

### 双竜の滝

滝口にあるとがり岩で、二分された流れが侵食された溝で、一本になる形を、双頭の竜に見立てたもの。

### ホタル橋

越沢に架かる小橋。近年までゲンジボタルの生息地で7月上旬に見られた所。今は餌（カワニナ）などの世話をする人がいないので、見られない。  
地元有志の方々により、西川でホタルを見ることが出来る。

### 滝口

寸庭川を小橋で渡る所に、「上の滝」が見える。「下の滝」は橋の下にある。

### 土場

江戸期、奥多摩の良材を江戸の町に送るため、筏（イカダ）に組んだ場所「土場」。寸庭橋の上流下流の両岸に飯場が並び、活気であふれていた。

### 清見滝

御岳参詣に滝に打たれて身を清めた所で名がある。

### 釜の水

ひと頃前の集落の共同生活飲用水。現在は水道が完備しているので、飲み水としては使用していない。

白丸ダム～鳩ノ巣小橋  
[ 溪谷散策路 ]  
Promenade

鳩ノ巣小橋～松の木尾根  
[ 生活道 ]  
Living road

松の木尾根 ~ 寸庭橋  
[ 登山道 ]  
Hiking trails

寸庭橋 ~ 古里駅  
[ 生活道・国道(歩道あり) ]  
Road sidewalk