

# 臨時ハイキングのご案内

記：伊藤

## 本仁田山(ほにたやま 1225m)

2020年9月の定例で行った山ですが、雨にたたられて途中の瘤高山で引き返しました。  
そのリベンジでもう一度行きたいと思います。

青梅線終着の奥多摩駅の背後にそびえたつ本仁田山は、駅から直接登れるだけにとってもアプローチが楽な山ですが、奥多摩駅からの上りは急登の連続（奥多摩三大急登：大休場尾根）なので、今回も鳩ノ巣駅から杉ノ殿尾根をゆっくり登り、瘤高山を経由して本仁田山に向かいます。帰りも同じ道をピストンで戻ります。

日時 2022年10月1日（土曜日）

場所 東京都奥多摩町

歩行時間 約4時間

歩行距離 約8.5km 標高差920m

行き 若葉 06:23-06:33 川越 06:41-07:29 拝島 07:36-07:54 青梅 8:07-08:42 鳩ノ巣

コース 9:00 鳩ノ巣駅～(50)9:50 大根ノ山ノ神～(70)11:00 瘤高山～(20)11:20 本仁田山(昼食)12:00～(15)12:15 瘤高山～(45)13:00 大根ノ山ノ神～(30)13:30 鳩ノ巣駅

帰り 鳩ノ巣 13:49-14:19 青梅 14:22-14:41 拝島 15:01-15:53 川越 15:57-16:07 若葉次 14:21-16:37

交通費 約2,700円

持ち物 水、非常食、手袋、雨具、保険証のコピー、弁当など。

申し込み 参加の方は、9月29日までにメール又はラインで、ご連絡下さい。

伊藤 [noboruito505@gmail.com](mailto:noboruito505@gmail.com)

参加者： 麻生島、伊藤、小林(厚)、佐野、鈴木、和田(9/29日現在)

# 地図と標高差グラフ



表示変更: ● 距離 ○ 時間 ○ 時刻 / 国土地理院 標高 ▼ 変更

