

## ハイキングのご案内(5月)

記：伊藤

### 霞丘陵ハイキングコース

霞丘陵は東京都青梅市にある丘陵帯で、周辺は花の名所として知られ、塩船観音のツツジ、吹上しょうぶ公園のハナショウブ、またアジサイの時期はとくに美しくアクセスも良いことから、多くのハイカーで賑わいます。丘陵にはハイキングコースが延びており、岩蔵温泉や阿須方面につながっています。霞丘陵最高地点は、標高238mの七国山です。(山と溪谷紹介文より抜粋)今回は東青梅駅をスタートして飯能駅をゴールとするコースを設定してみました。

日時： 2026年5月9日(土)

歩行時間： 約3時間35分

歩行距離： 約11.1km

累積標高差： 上り358m、下り441m      コース定数：14

行き： 若葉7:09～7:20川越7:33～8:23拝島8:31～東青梅8:51

コース： 9:00東青梅駅～(20)吹上しょうぶ公園入口～(25)塩船観音～(10)展望広場～(25)グラウンド分岐～(25)笹仁田峠～(25)七国広場～(5)七国峠～(5)秋葉大権現～(5)11:25七国山最高峰分岐(昼食40)12:05～(10)分岐～(30)岩淵交差点～(5)もみじ橋～(25)飯能駅13:15

帰り： 飯能13:43～13:44東飯能13:51～14:23川越14:33～若葉14:44      次14:15

交通費： 約1,860円

持ち物： 飲み物、行動食、弁当、手袋、雨具、保険証のコピーなど

申し込み： 5月6日までにハイキング部ラインに「参加」表示をしてください。

