

# 箱根組ニュース

第389号 2025年 11月号

編集発行人 戸丸悟

箱根組は自然を大切にします！  
各自保険に入って山に登りましょう！

都民の森でハイキング、沢沿いの登りは手応え十分。レストランで舞茸天に舌鼓！

10月19日（日）、JR新宿駅7時21分発の中央特快高尾行きに乗車。

立川駅7時46分着。7時56分発の青梅線青梅行きに乗車。再び拝島駅で8時13分発の武蔵五日市行きに乗り換える。

武蔵五日市駅に8時31分着。降り立ったのは有倉、星野（幸）、布施、奥村、和田、及川、戸丸の7名。

改札を出るとバス停手前で神山、そしてその友人の中瀬、佐脇（初参加）の3名が待っていた。ということで今回の参加者は10名ということになった。

9時発の数馬行きのバスは臨時も出て2台での発車となった。

終点の数馬バス停で連絡の無料バスに乗り換えて都民の森へ向けて標高をさらに上げてゆく。

10時5分頃、都民の森バス停着。ここはすでに標高1000m。

トイレ休憩と身支度をした後、準備体操。いつもなら布施さんの太極拳だが、中瀬さんがやはり太極拳を10年ほど

なさっているとのことで、今日は中瀬さんのリードにみんながついてゆく。

10時38分、及川さん先頭で歩きだす。まずは森林館に向けて緩やかな上りだが意外に足に来る。お土産屋さんを左に見ながら進むと「ひのはら都民の森」という大きな大きな看板がやはり左側に立っている。

シソによく似た葉で、やはりシソの花のような薄紫の花穂を付けていた花は調べてみたら、シソ科の「カメバヒキオコシ」（亀葉引き起し）だった。

10時45分、道は二つに分かれていて右はトンネル経由で左は階段だが係の人が左の方が早いというので左の階段を選んで進むがなかなか手ごわい。

10時50分、森林館の角に到着。

有倉さんは体調が今一つということとで森林館に畳の休憩所があることがわかっていたのでここで休んでいただくことにした。

残る9名は左側の大滝の路（森林セラピーロード）で大滝を目指す。足元には



深くウッドチップが敷かれていてふわりして衝撃を抑えて足にやさしい。

小さな白い花を上に向かって広げているのは多分シウドの花。少し弱い雨が落ちているがそれほど気にはならないくらいだ。気温は低いので要注意。足元には大きな枯葉がたくさん落ちていて、たぶん栃の葉だ。広葉樹の森は少し色づき始めているがまだまだ見ごろはだいぶ先のような。白い菊のような花はたぶん「シロヨメナ」だろう。

星の形のような不思議な花と思っていたら「ハナビゼリ」（花火ぜり）の実のような。毒のある「トリカブト」はまだ紫の花を付けている。

11時、鹿よけのネットの扉を開けて進んでゆく。マグネットでしっかり閉じられるようになっていた。

11時8分、展望地に到着。標高1078m。写真の掲示板には東京湾方面とも書いて

いるがあいにく

見えない。左側の

山の斜面は錦の

ように紅葉して

見える。

少し進むとヤマブドウの葉が

赤く色づいている。小さな真つ赤な実がぼつんと一、二個ついている。名前はわからない。

11時23分、右にケヤキの路と分岐があるが坂を登って行くルートのような。まっすぐは三頭大滝と示している。

11時33分、左に降りると三頭大滝の吊り橋に到着。

これまで何度か来ているが滝の水量が多く迫力がある。落差33mとのこと。橋の上で記念撮影。

ルートに戻る。左に少し進むと立派な休憩所がありここで長めの休憩。横にはトイレもあり便利だ。雨の音かと思ったら、滝の上部側なので滝の音がよく聞こえているのだ。

12時頃、出発。戻って途中からのルートにするか、さらに進むルートかと迷っていたが、みんな元氣そうなので前に進むことにした。二日前に抗がん剤を打った私が副作

11月16日(日) 日の出山 (902m)  
軽いレギュラーコース 歩行約2時間30分

御岳山のケーブルを往復利用で、御岳山駅から日の出山を往復する短いコースです。

(御岳山には行きません)

○持ち物 お弁当、飲料水、非常食、カップ、傘、雨具、着替え、筆記用具、救急薬品、(痛み止めスプレーなど)、健康保険証、ビニール袋、ティッシュペーパー、他

※申し込み締め切りは 11月14日(金)

集合 11月16日(日) JR 新宿駅(11 番線)  
6:45 発 ホリデー快速おくたま 1号  
青梅行き (前から3両目)

途中駅発 中野 6:50 三鷹 6:59 国分寺 7:06  
立川 7:15 西立川 7:20 拝島 7:30 福生 7:35

青梅 7:46 着 (乗り換え) 7:49 発  
ホリデー快速おくたま 81号 奥多摩行き  
御嶽 8:06 着 (バス乗り換え)  
ケーブル下行き 8:12 又は 8:38

交通費 新宿～御嶽 片道 945円  
御嶽～ケーブル下バス 片道 400円  
御岳山ケーブル 往復 1200円

●お申し込み・お問い合わせ

Tel・Fax/ 03-3521-6898 戸丸

戸丸携帯 090-4541-7066

メール: satorutomaru@gmail.com

メール: tomarusatoru@hotmail.com

箱根組ホームページ

<https://tomarusatoru.wixsite.com/hakonegum>



12時9分、左、石山・深山の路、右  
ブナの路とある。右に登って行く。

ここからが本格的な山道で、もはやラクダコースではないが、みんな元気に登って行く。石の段差もあり濡れているので滑らないように慎重に登る。細い沢を渡り、なおも進んでゆく。

辺りにキャラメルを焦がしたような甘い香ばしいにおいが立ち込めている。桂の木の落ち葉からにおいが立ち上つ



ているようだ。

調べてみると桂の語源は香出ら（かづら）のようで、木犀や月桂樹などの香木の総称として使われているらしくこれらとの混同もされているようだ。とにかく甘い香りの山道を登って行く。小雨で濡れているので余計に香りが立つているようだ。

岩の苔の上にびっしりとホコリタケらしきキノコが密集していて圧巻だ。

12時39分、標高1200mのブナの路テラスに到着。一休み。ここが最高点かと思ったらまだもう少し登りが続いていた。

今度は森の中の気持ちの良い下りだ。

1時40分位だろうか朝のウッドチップの道に出る。

2時過ぎ、森林館のレストランで有倉さんと無事合流。

各々舞茸てんぷらそばやうどんを注文して遅い昼食。注文してから揚げているようでなかなか美味しかった。

3時過ぎ、森林館前で記念撮影。バスの時刻まで時間があるのでゆっくりと森林館内を見学。都民の森の立体模型や栃の木や桂の巨樹の写真は見事だった。高山植物の写真も良かった。実物のチェーンソーアートのフクロウやクマも見事だった。どれも1時間ほどで作って

るということだがなかなかだ。ひ<sup>3</sup>  
のじゃが君というのはまるでアンパンマンのようだった。

貸し出し用の登山靴が10足も置いてあるのには驚いた。

また、7月には今日歩いたかおりの路の野鳥観察小屋付近でクマの目撃情報も書かれていた。

3時半頃、バス停に向かって歩き出す。3時50分の数馬行きのバスに乗車。乗り換えた武蔵五日市行きのバスは満員で全員は座れなかった。無事に武蔵五日市駅に到着。





