伊豆ヶ岳登山

ハイカーにも人気の伊豆ヶ岳。頂上からの眺めは最高で、お天気がよければ、ベルーナドーム（旧西武球場）や新宿の高層ビルまで見えます。
早朝登山もお勧めです。

対象	実施時期	定員	所要時間
小学生以上	通年	５～１００人	３時間（往復）
利用者持ち物			
地図・食料・水筒・救急用品・雨具・時計・帽子 必要に応じて熊鈴・トランシーバー ※どちらも貸出可能（トランシーバー単三電池×３本持参）			

コース案内（往復約３時間）

標高８５１ｍ　片道約２km

奥武蔵自然公園の中の代表的な山で、訪れる人が多くいます。この山はチャートという岩石からなり、規模は小さいが岩峰となっています。山頂は展望が開け、360 度の展望を楽しむことができます。条件がよければ、遠く赤城山、浅間山、筑波山、新宿の高層ビルを見ることができます。

山頂付近は、切り立った崖になっているので、あまり端の方へ行かないよう注意したください。山頂付近の道は鎖場コース（男坂）と一般コース（女坂）がありますが、令和６年度末現在、**鎖場コースは落石の危険があるので一般コースをご利用ください。**

日の出を観望する早朝登山として、計画することもできる。

ねらい

・自然に親しみ、自然に対する興味、関心を高める。
・健康や体力増進を図る。
・仲間意識の向上を図る。

実施の流れ（当所職員による説明はありません）

導入

① コース説明
② 持ち物、服装の確認
③ 安全上の注意事項・留意事項の説明
- 歩き方（落石、転落に注意する）
- 危険な動植物（ヘビ、ハチ、とげのある植物等）
- 自然にやさしい活動になるように、フィールドマナーに気をつけましょう。
- 動植物の採取はしないようにしましょう。
- ゴミは持ち帰りましょう。

④ 出発前にトイレを済ませます。
⑤ 人員確認、健康観察

展開

① 団体指導者は、参加者の様子を把握し、参加者の実態に合わせたペースで歩きます。

② 必要に応じて、コース上の動植物等の案内や、自然観察を行うとより良い活動となります。

まとめ

① 人員確認、健康観察

② ふりかえり

・活動のまとめ、感想発表など

留意点

① 下見を必ず実施しましょう。
ルート、危険箇所、危険な動植物、気温、休憩・食事・観察ポイント、所要時間、日没時刻、疲労度、携帯電話の電波状況（ドコモ・au・ソフトバンク他）などを確認しましょう。

② 名栗げんきプラザがある飯能市や周辺の横瀬町、秩父市にて、時期により熊の目撃情報があります。
利用前に、飯能市、横瀬町、秩父市の各 HP の「熊の目撃情報」をご確認ください。

③ 緊急時等の対応を考えましょう。

・引率者の役割の確認

・団体内の連絡方法（希望があればトランシーバーを貸出します。乾電池は団体が準備）

・救急薬品等の準備

④ 自然にやさしい活動になるように、フィールドマナーに気をつけましょう。

・動植物の採取や損傷はしない。

・ゴミは持ち帰る。

⑤ 登山道にはトイレがありません。

⑥ 荒天時の判断は、参加者の実態等考慮し、団体で決定してください。

2025 年 2 月改訂:伊豆ヶ岳登山