

このニュースは東京都レンジャーの活動や、自然の情報などを皆様へお伝えするものです。



東京の自然公園へ、紅葉を見にいこうよう!

～11月は、溪谷・低山・丘陵地での紅葉を楽しもう～

東京の自然公園の紅葉は、東京都で最も高い標高2017mの雲取山周辺から始まり、だんだんと標高が高い山から下って低山から丘陵地、そして私たちの身近な里のほうへと移り変わっていきます。今回は、溪谷・低山・丘陵地での紅葉のおススメを紹介します!

おススメ1 溪谷沿いで紅葉を見る



鳩ノ巣溪谷

標高が低くて紅葉が美しく見える場所といえば、寒暖差により葉がキレイに色づく溪谷沿いです。

岩壁や水面と一緒に紅葉を楽しむことができます。

おススメスポットは、多摩川沿いの溪谷で鳩ノ巣溪谷や御岳溪谷です。



御岳溪谷

おススメ3 丘陵地から街並みを一望



多摩丘陵からの展望

多摩地域で最も標高が低く身近な自然公園は、丘陵地にあります。街中から丘陵地を望むもよし。散策して丘に登って上から街並みを一望するもよし。

おススメスポットは、多摩丘陵、滝山丘陵、狭山丘陵、秋川丘陵、羽村草花丘陵です。



多摩丘陵

おススメ4 SNSに投稿してみよう!



スマホで写真撮影

東京の自然公園であなたのお気に入りの紅葉が見つかったら、ハッシュタグ #東京の自然公園 #紅葉 をつけて、写真をSNSに投稿してください!自然の美しさを共有しましょう!

おススメ2 人の営みと合わせて紅葉を見る



高尾山

山並みの中の紅葉も良いものですが、寺社仏閣などといった歴史を感じる建物と紅葉の共演は、また別の趣があります。

イチョウやイロハモミジなど映える木も植えられているので雰囲気ある写真が撮れるかも!

おススメスポットは、高尾山や御岳山です。



御岳山

おススメ5 紅葉狩りの下山はお早めに!



午前中

キレイな紅葉が見られるのは、空気が澄んでいる午前中がおススメ。澄んだ秋空と紅葉が映える美しい写真を撮ることができるかも。

秋は日暮れが早い季節なので、早めの下山を心掛けて安全に楽しみましょう。



日暮れ

