明十ましておめでとう! 今年は何処に登りましょうか~

東京の自然公園にお気に入りの山はありますか?東京最高峰の雲取山から多くの登山者が訪れるという高尾山、奥多摩三山と 呼ばれる大岳山、御前山、三頭山、山頂からの富士山と白い馬が印象的な陣場山(陣馬山)など、東京都には多くの魅力的な山 があります。新しい年の始まりです。さぁ、どこに登りに行きましょうか!!











山に出かける前に冬のリスクを再確認

1月2月は最も寒い季節です。自然公園を利用するときには以下の4つに気をつけて下さい!

1. 防寒着と雨具を必ず持って行きましょう

標高が100m高くなると気温が0.6度、風速1mで体感温度は1度下がるといわれています。 体が冷えると低体温症になり体も思考も正常に働かなくなります。

ヘッドライトを必ず携行しましょう

日の入りまでの時刻は長くなりつつありますが、日が暮れた森の中は暗いため ヘッドライトが無いと一歩も進めません。

軽アイゼンを必ず持って行きましょう

凍結した登山道では軽アイゼンを靴に装着しないとスリップしたり、 転倒して歩けません。谷に転落する可能性もあります。

4. 自然公園に出かけるときは登山届を提出しましょう

家族や友人に行き先を必ず伝えてください。冬季の遭難は生命の危機に 直結します。



自然公園利用の際は新型コロナウイルス 感染症拡大防止にご協力願います。

東京都レンジャーの業務

- 観光客などへの利用マナーの普及、啓発
- 希少な動植物の密猟や盗掘の監視
- 利用者の安全確保のための遊歩道や案内板などの点検、応急補修
- 動植物の生息、生育状況など自然環境の継続的観測および監視

その他、自然公園を訪れる皆様への自然解説、登山ルートや施設の案内

ツイッター『東京の自然公園』 自然情報、登山情報発信中!

自然情報などの問い合わせ

高尾ビジターセンター 042 - 664 - 7872奥多摩ビジターセンター 0428-83-2037 0428 - 78 - 9363御岳ビジターセンター 042 - 595 - 0400小峰ビジターセンター 山のふるさと村ビジターセンター 0428-86-2551

東京都レンジャーニュース

検 索 ※バックナンバーは東京都環境局自然公園のホームページで閲覧できます。 No.203 令和4年1月3日発行 MO