

東京都自然公園利用ルール

東京都は、利用形態が多様化する自然公園で、各人がお互いに気持ち良く楽しむことができるように、マナーを示し、ルールを定めました。自然公園を利用する方は、マナーと併せてルールを守り、自然を満喫してください。

基本事項

- 1 自然公園は、貴重な自然が残された守るべき特別な空間です。
一度壊された自然は、簡単に元には戻りません。自然を守り、後世に残していくことが、私たちの務めです。
- 2 自然公園の利用には、様々なリスクが伴います。
落雷、落石、転落などの事態を想定し、自己責任のもと、計画・準備・装備・体調を万全にしましょう。
- 3 自然公園には、民有地が多く含まれています。
土地所有者の善意を尊重しましょう。
- 4 東京都自然公園利用ルールは自然公園の保護と利用の状態・状況を踏まえ、適宜、見直しを図ります。

「東京都自然公園利用ルール」の適用範囲



- ① 秩父多摩甲斐国立公園（東京都内）
- ② 明治の森高尾国定公園
- ③ 都立高尾陣場自然公園
- ④ ①から③までに接続する登山道（東京都内）

個人利用ルール

自然公園内で、誰もが気持ち良く自然に親しみ・楽しむことができるよう次のルールを守りましょう。

全ての方へ

1 ごみは必ず持ち帰りましょう

ごみのポイ捨ては、自然環境や景観、野生動物に影響を与えるおそれがあります。ごみは捨てずに、全て自宅まで持ち帰りましょう。

2 登山道を外れないようにしましょう

踏みつけにより植生を傷めるおそれがあるので登山道などから外れないようにしましょう。

3 動植物、鉱物を大切にしましょう

動植物や鉱物を採集・採取することは、貴重な自然資源を損うおそれがあるのでやめましょう。

4 野生動物にエサを与えたり、むやみに近づかないようにしましょう

野生動物が人に慣れるなどの影響を及ぼすおそれがあるのでエサを与えるのはやめましょう。また、野生動物を威嚇・驚かせるなどの行動は昼夜を問わずにやめましょう。

5 自然の音を聞きましょう

風や沢の音、小鳥のさえずりなど自然公園には自然の音があふれています。イヤホンなどで耳を塞がず周りの音を聞きましょう。落石事故や他の利用者との接触事故を防ぐことにもつながります。

6 山に入るときは行き先を知らせておきましょう

家族や知人などに行き先を告げたり、登山計画書を提出しておくとう安心です。特に単独行動の際は心掛けましょう。

7 集団で行動するときは周りに気を配りましょう

集団で行動する時は、施設の独占など他の利用者に迷惑にならないように気を配りましょう。基本的には、すれ違いや追い越しは少人数を優先にしましょう。

8 喫煙をするときは他の利用者に配慮しましょう

多くの方がきれいな空気を求めて自然公園に来ています。利用者が多い所での喫煙は避けるなど、他の利用者に配慮しましょう。また、吸い殻は捨てないようにしましょう。

9 登山道具使用の際は自然や施設を傷めないように注意しましょう

ストックにはゴムキャップを付け、雪面以外でのアイゼンの使用を控えるなど、登山道をやさしく利用しましょう。

10 生態系に影響を与えるおそれがある動植物を持ち込まないようにしましょう

その地域に生息・生育していない動植物の侵入を防ぐために、自然公園区域内での動植物の放置はやめましょう。また、自然公園に入る前に靴や衣類に付いた泥や種子などを取り除きましょう。



ペット同伴で訪れる方へ

(犬、猫、その他の動物を連れて登山や観光をする方へ)

11 同伴する動物はしっかりと管理しましょう

動物が苦手な人がいることを認識し、リードを使用する時は、リードを短く持ち、自分の脇を歩かせましょう。また、ペットの足や毛に付いた泥や種子は、生態系に影響を与えるおそれがあるため、持ち込まないよう気を付けましょう。

12 病気のペットは同伴させないようにしましょう

野生動物に影響を与えるおそれがあります。感染性のある病気のペットを自然公園内に連れて来ないようにしましょう。

13 フンの後始末は必ずしましょう

野生動物に影響を与えるおそれがあり、また、衛生的にも好ましくないため、フンは飼い主が必ず持ち帰りましょう。

個人利用ルール

自然公園内で、誰もが気持ち良く自然を親しみ・楽しむことが出来るよう以下のルールを守りましょう。



トレイルランニングを楽しむ方へ

（スポーツ、趣味で登山道などを走行する方へ）

1 4 追い越し・すれ違いのときは歩きましょう

走りながらの追い越しは危険です。追い越し・すれ違いのときは、ひと声かけて、ゆっくり歩きましょう。また、相手に自分の存在を知らせるためにクマよけの鈴などを利用しましょう。

1 5 混雑時は歩きましょう

ゴールデンウィークや新緑シーズン、紅葉シーズンなどは、多くの利用者が混雑します。そのシーズンは歩行者と接触するおそれが高まるので歩きましょう。特に高尾山は年間を通じて大変混雑します。

1 6 登山道の路面状態が悪いときは歩きましょう

登山道の路面に水たまりや霜柱などがある場合は、走行により登山道が荒廃しやすくなるので、歩きましょう。

1 7 高尾山の自然研究路 1 号路は歩きましょう

高尾山は参拝者や通行車両も多いため、高尾山自然研究路 1 号路（右図の区域）は歩きましょう。



マウンテンバイクを楽しむ方へ

（オフロードでの車両走行を目的とする方へ）

1 8 登山道は歩行を目的に整備されていることに留意しましょう

自然公園内の登山道は、自然公園法の趣旨に基づき、徒歩利用に供される歩道として整備されています。マウンテンバイクは軽車両であるため、登山やハイキング利用が多い、明治の森高尾国定公園・都立高尾陣場自然公園内の登山道への乗り入れは控えるとともに、その他の地域でも行楽シーズンは避けましょう。

1 9 自然環境が脆弱な地域への乗り入れは控えましょう

特別保護地区や第 1 種特別地域のような自然性の高い地域では、自然保護を優先するため、乗り入れは控えましょう。

2 0 原動機付き車両の乗り入れはやめましょう

静寂を損なう上、登山道を痛めるので、レクリエーション目的での原動機付き車両の乗り入れはやめましょう。

大会利用ルール

自然公園内で、トレイルランニング大会等のイベント・催し物を開催する際は次のルールを守りましょう。

1. トレイルランニング大会利用ルール

＜トレイルランニング大会の定義＞ 登山道等を走行し、そのタイムを競う競技会であって、競技参加者が100名を超える規模で開催されるもの

1-1. 明治の森高尾国定公園及び都立高尾陣場自然公園でトレイルランニング大会を開催する場合

次のルールを守りましょう。また、別紙のフローのとおり関係機関と調整し、適切に大会を開催しましょう。

1 大会主催者による関係機関との調整

自然公園内においてトレイルランニング大会を開催する場合、関係機関との調整を行ってください。

2 大会主催者による自然公園法等の遵守

自然公園における大会開催に必要な仮設工作物や広告物の設置等には、自然公園法等に基づく手続が必要です。

3 大会主催者によるモニタリングの実施

大会前後にコース上の自然環境等に関するモニタリングを実施して、関係機関に結果を報告してください。

4 自然環境及び他の利用者に配慮した大会の企画

4-1 大会のコース選定

次の場所は原則回避し、又は歩きましょう。
ただし、自然環境や他の利用者への配慮が適切に講じられている企画であればこの限りではありません。

①自然環境への影響が大きい場所	
・第1種特別地域	・希少な動植物の生息・生育地
	等
②他の利用者に対して著しい影響を与える場所	
・高尾山山麓～高尾山山頂（利用者が混雑している。）	
・ランナーの渋滞が予想される登山道	
	等

4-2 大会の時期・時間設定

次の時期・時間は原則回避しましょう。
ただし、自然環境や他の利用者への配慮が適切に講じられている企画であればこの限りではありません。

①自然環境への影響が大きい場所	
・冬季（積雪や霜柱で路面状態が悪い。）	
・夜間（野生動物の生態への影響が懸念される。）	
	等
②他の利用者に対して著しい影響を与える場所	
・新緑シーズン、紅葉シーズン、年末・年始、ゴールデンウィーク	
	等

短期間における同一地域での大会の連続開催を避けるため、大会主催者間で調整し、10日以上空くようにしてください。

4-3 大会の事前告知

大会内容を事前に幅広く告知することで、当日、他の利用者への影響緩和が期待されます。登山口や最寄駅への告知看板の設置及びウェブ等による大会の事前告知を行ってください。

適切な計画であることが認められる大会には東京都環境局のHPでも開催概要について広報します。

5 自然環境及び他の利用者に配慮した大会運営

5-1 大会参加者への自然公園利用ルールの遵守の呼びかけ

大会参加者や応援者に対して、大会が始まる前に自然公園利用ルールの遵守を呼びかけましょう。ルールを守らせるのは主催者の責務です。

5-2 コース状態が悪い時の大会中止やコースの変更

雨や雪の影響で登山道がぬかるんでいる場合、大会を実施すると登山道脇の踏み固めや深いえぐれの発生等の顕著な自然環境への影響が懸念されます。コース状態が悪い場合、大会中止を決断するのも主催者の重要な役割です。

6 大会主催者による原状復旧

使用した登山道や園地においては、ゴミや誘導テープなどを撤去してください。

また、モニタリングの結果、自然環境への影響があったと判断された場合は、コースの状態の回復のために、適切な対応をとってください。

2. その他イベント利用ルール

「1. トレイルランニング大会利用ルール」に準じて東京都及び関係機関との調整等をお願いします。

なお、登山道で自転車などを利用した大会は開催しないようにしましょう。

その他のイベント例：

ウォーキング大会
オリエンテーリング大会
ロゲイニング大会
アドベンチャーレース

等

1 大会を開催するに当たって、本ルールを守れない場合には、東京都が大会の中止を要請することがあります。

2 大会終了後、本ルールが守られなかったことが判明した場合、東京都が次回の大会利用の中止を要請することがあります。

3 100名未満の規模の大会等についても本ルールに準じて東京都及び関係機関との調整等をお願いします。

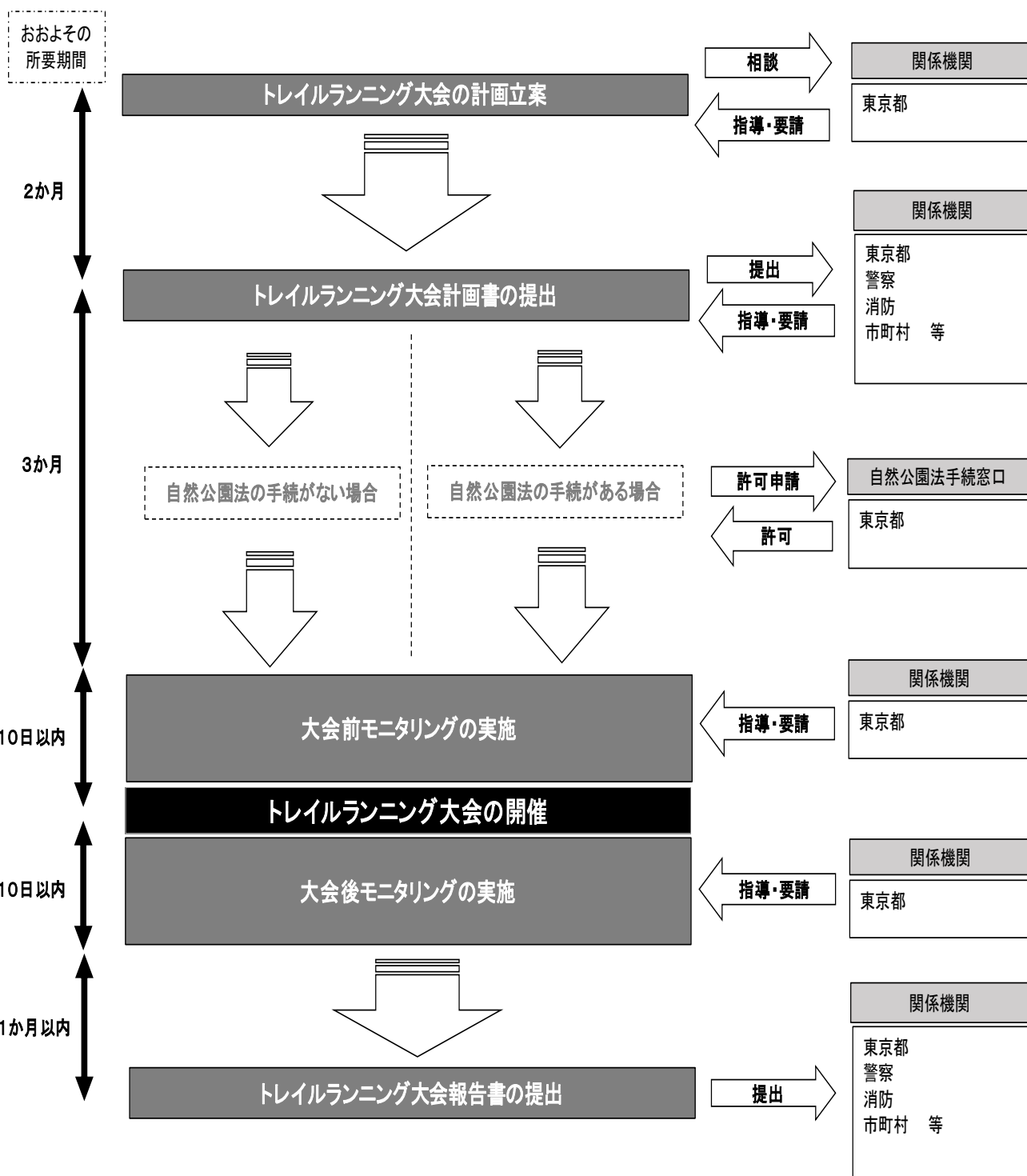
1-2. 秩父多摩甲斐国立公園（東京都内）でトレイルランニング大会を開催する場合

環境省の取扱い方針に加え、別紙フローのとおり関係機関と調整し、適切に大会を開催しましょう。

大会主催者による関係機関との調整

大会の企画に先立ち、土地所有者との調整が重要です。

明治の森高尾国定公園・都立高尾陣場自然公園



秩父多摩甲斐国立公園（東京都内）

