

【檜原都民の森】

『都民の森』は三頭山の東麓に展開する東京都の山岳公園です。園内には森林館・木材工芸センターなどの学習・イベント施設があるほか、ブナの森・野鳥の森・冒険の森・生活の森・出会いの森などの散策に敵した自然がいっぱい。入場無料。月曜休園（月曜が祝日の場合は翌日）お問い合わせ 042-598-6006  
 詳細はURL <http://www.hinoharamori.jp> をご覧ください。

【三頭山周辺のハイキングコース】

奥多摩周遊道路には随所に駐車場が設置されています。マイカーをご利用の方はこれらを活用して最寄りの山を散策すると便利。標高1531mの三頭山も都民の森森林館との標高差は50m足らずです。脚力に自信があり、時間に余裕があれば笹尾根方面に足を延ばして横寄山経由で温泉センターに立ち寄りたり、逆に鞘口峠から砥山、月夜見山方面を歩くのも良いでしょう。とりわけ危険な箇所はありませんが、事故で多いのが迷い事故。地図、磁石、水、食糧、雨具、懐中電灯など、基本的な装備は必携です。尚、ゴールデンウィーク、夏休み期間および4月～9月の土・日・祝日には数馬～都民の森間の連絡バスおよびJR武蔵五日市駅間の急行バスが運行します。詳細は西東京バス五日市営業所へお問い合わせください。042-598-1611  
 また、ゆったりとした山旅を希望される方には、地元数馬地区の旅館・民宿への宿泊をお勧めします。



数馬ハイキングガイドマップ  
 秩父多摩甲斐国立公園 三頭山周辺コース

田和峠 富士山が眺望できます。  
 富士山が眺望できます。  
 数馬峠  
 約500m