

新緑の奥多摩 高水三山縦走

当番：熊谷 信雄 090-7565-9587

和田 龍子 090-2401-1781

高水三山は奥多摩の人気コースで、ふれあいでは2014年（今から12年前皆さんが少し若かった頃）に行ったコースで、今回も軍畑駅から高水三山を縦走します。高水山（759m）岩茸石山（793m）惣岳山巻き道（756m）と今期のふれあいでは最も難易度の高い山です。岩茸石山への登り、下りは傾斜が強いので注意しましょう。惣岳山へは頂上には危険なので行かず巻き道を行います。ゆっくりと注意しながら歩きましょう！岩茸石山からは奥多摩と奥武蔵の山々が見晴らせます。

1. 日時 2026年5月21日（木）（予備日）5月22日（金）
2. 集合 JR青梅線軍畑駅（いくさばた）改札口 9:00
3. 往路 京急（特急）金沢文庫 6:06 発 ⇒ 川崎 6:30 着 ⇒（徒歩）⇒ 6:40 JR川崎 6:43（南武線）⇒ 7:44 立川 7:56（青梅線）⇒ 8:31 青梅駅 8:37 ⇒ 8:52 軍畑駅
4. コース（歩行時間・距離） 約5.5時間・10km
軍畑駅（体操後出発）9:00→高源寺（登山口石碑）9:30→11:00 常福院（トイレ）11:05→11:10 高水山（昼食）11:40→12:20 岩茸石山 12:30→13:40 惣岳山巻き道分岐→14:30 沢井分岐→15:20 沢井駅 <解散>
（有志のみ）沢井駅 15:20→15:30 小澤酒造・澤乃井園 16:10→16:20 JR 沢井駅
※小澤酒造は16時でオーダーストップになります。
（復路）JR 沢井 15:43（青梅線）⇒ 15:57 青梅 15:59 ⇒ 16:28 立川 16:34（南武線）⇒ 17:33 川崎（徒歩）⇒ 17:43 川崎 17:51 ⇒ 18:20 金沢文庫
※又は
（復路）JR 沢井 16:29（青梅線）⇒ 16:45 青梅 16:46 ⇒ 17:05 拝島 17:10（八高線）⇒ 17:27 八王子 17:34 ⇒ 18:31 東神奈川 18:33 ⇒ 18:36 横浜 18:42 ⇒ 19:01 金沢文庫
次は JR 沢井 17:16 となります。
5. 持ち物 昼食、飲み物、嗜好品、雨具、ストック、常備薬、保険証、各自必要な物
6. 交通費概算
（京急）金沢文庫～川崎 403 円、横浜～金沢文庫 313 円、（JR）川崎～軍畑 1,221 円、沢井～横浜 1,221 円
計 3,158 円
7. 注意事項
・ 普段より体温が高い等、体調に異常が感じられた場合は参加を取りやめてください。

参加希望者は実施日、予備日も含め、5月14日までメールにてご連絡ください。
また、実施の可否は前日5月20日に連絡いたします。

新緑の奥多摩

高水三山

759m 793m 756m
(高水山・岩茸石山・惣岳山)



