

活動名	奥多摩の滝めぐりハイキング
概要	<p>東京都西多摩郡檜原村は面積の93%を森林が占めます。その森林からはフィトンチッドが大量に放出されます。そして大小50を超える滝があり、滝の周囲の空気はマイナスイオンで満ちています。中でも「払沢の滝（ほっさわ）」は都内で唯一「日本の滝百選」に選ばれており、高さは60m。滝壺の手前からは4段の滝の最下段である26.4mを見ることができ、バス停からはウッドチップの道を滝壺まで行くことができます。冬季は結氷、夏季はライトアップ、秋は紅葉と観光客に喜ばれています。（観光協会）。</p> <p>今回は、小天狗・天狗の滝（急坂15分）、綾滝（急坂10分）と個性的な滝を加えた「滝めぐり」を企画しました。新緑の中ゆったりとしたハイキングとなることと思います。</p>
実施期日	<p>【実施月日】 2020年5月28日（木） 【延期の連絡】 悪天候の場合は中止します。予備日は設定しません。 中止の場合は 5月26日 PM 6時までにメールで連絡します。</p>
集合場所と時間	<p>【集合場所】 JR 武蔵五日市駅 集合（改札口から出た所） 【集合時間】 9時50分 参考：JR 新宿（8:28）→立川駅（9:07）（9:10）→武蔵五日市駅（9:39）</p>
コースの概要	<p>武蔵五日市駅 10:00 →バス 30分千足バス停 →30分小天狗・天狗の滝 →20分綾滝 →40分千足 →10分茅倉の滝 →20分払沢の滝（昼食） →30分吉祥寺の滝 →5分本宿役場前バス停(14:28) →バス 30分武蔵五日市駅</p> <p>【歩行時間 約7km（約3時間）】 高低差200M（登山道は40分程度） 武蔵五日市駅到着は15時頃を見込んでいます。</p>
持参するもの	<p>【持物】 雨具・飲料水・常備薬・保険証（写）・敷物・ストック（あれば便利） 【食糧】 昼食・嗜好品 【服装】 履きなれた靴（滝周りは滑りやすい）、帽子・軍手・タオル他</p>
参加申し込み	<p>【締切日】 5月21日（木） 【参加申込】 下記アドレスへお申し込みください。 takaokaikanji@ml.npo-idn.com（たかお会幹事あてアドレスです） ・初参加の方は、傷害保険契約がありますので、住所・氏名・生年月日・電話番号を上記アドレスへ連絡ください。</p>
参加費	<p>会費1,000円 当日総務幹事に納入してください。 ・交通費・食事代・懇親会費は個人負担です。</p>
緊急連絡先	<p>【下記の幹事携帯電話へ】 企画幹事 富山 080-6673-7889 総務幹事 武田 090-5579-4516 東川 070-4285-7551 （急に参加できなくなったり、遅れる場合など必ず連絡してください）</p>
備考 (連絡事項)	<p>・電車・バスの時刻を再確認してご出発ください。 ・帰りは、武蔵五日市駅 15時00分頃解散の予定です。 ・武蔵五日市駅周辺で有志による懇親会を予定しています。</p>