


健康登山81: 自然歩道43 (東京 高尾山)

コース	JR相模湖駅→2.0km/33' →弁天橋→1.8km/75' →P△461m→1.1km/45' →城山→2.3km/61' →高尾山→0.8km/19' →薬王院→1.2km/27' →リフト山上駅→1.6km/30' →登山口 (山麓駅) →0.4km/6' →京王電鉄高尾山口駅		
水平距離	11.2km	断面図 縦軸：高度m 横軸：距離km	
累計高低差	登り756m、下り768m		
標準歩行時間	4 : 56		
実績歩行時間	5 : 55		



山行報告

山行日 2015・10・31 (土) 天候 晴 参加者 6名

行 動 京都駅23 : 30⇒高尾駅6 : 00～6 : 30⇒相模湖駅6 : 38～7 : 00⇒弁天橋7 : 40⇒P△461m9 : 08⇒城山10 : 00～31⇒高尾山 (昼食) 11 : 53～12 : 27⇒薬王院12 : 49⇒リフト山上駅13 : 25⇒登山口13 : 52～14 : 04⇒高尾山口駅14 : 12⇒東京駅16 : 10⇒京都駅18 : 27

記 録

東海自然歩道と周辺の山シリーズは西の起点箕面公園から2012年に関ヶ原まで歩いて一旦終了した。機会があれば東の起点である高尾山に登って締めくくろうと考えていた。3年経ってしまったが今回遠隔地の日帰り登山として実行した。

京都駅から夜行バスで高尾駅まで行き、JRに一駅乗り相模湖駅着6 : 38、7時から歩き始めた。国道20号線 (甲州街道) を越えて相模湖大橋を渡り、北へ進むと嵐山への登山口がある。自然歩道は嵐山を越えているので、ここが自然歩道との合流点だと思われる。道なりに進み急坂を下ったところが弁天橋で相模川の左岸に渡る。登り返したところにある牛鞍神社で小休止。千木良集落を抜けたところから登山道になる。

静かな登山道をゆっくり歩いて10時に城山に着いた。静かな山歩きはここまでで山頂は登山者で賑わっていた。暖かいナメコ汁をいただき記念撮影をして高尾山へ向かった。高尾山の手前にもみじ台があるが紅葉は11月中旬で少し早すぎたようだ。整備された快適な道を城山から1時間余り歩いて高尾山に着いたが、ここはまさに雑踏だった。高尾山は関東の富士見100景に選ばれているが残念ながら富士山は見られなかった。小さな空地を見つけて昼食をし、遊園地のような道を薬王院へ下った。お詣りをしてケーブル山上駅から歩行者道を下った。ケーブル利用者が多く、道は空いていたが勾配16%の下り道はきつかった。

東京に残る人もいるので高尾山口駅で解散し、本隊は東京駅から新幹線で京都へ帰った。

今回の報告で健康登山『東海自然歩道と周辺の山』シリーズは終了させていただきます。近場の山歩きである続・健康登山は継続して実行いたします。

自然歩道 東京 高尾山



①JR相模湖駅
6:42



②相模湖大橋
7:09



③弁天橋
7:37



④城山の道標
9:56



⑤城山山頂にて
10:22



⑥高尾山山頂
11:56



⑦薬王院本殿
12:40



⑧ケーブル
高尾山駅
13:11



⑨東海自然歩道
起点の石碑
14:00



⑩京王高尾山口駅
14:11