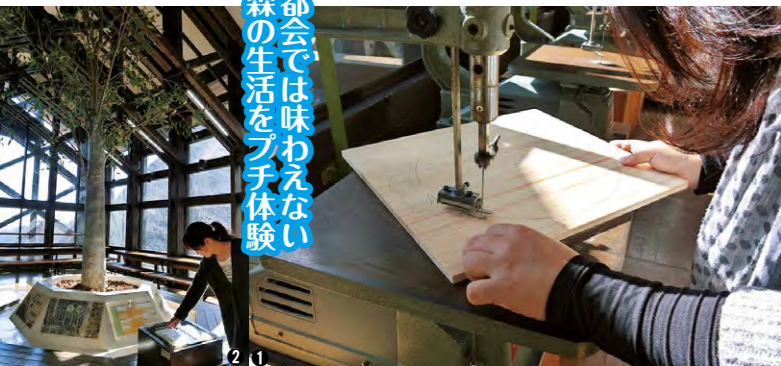


都会では味わえない
森の生活をプチ体験



**東京都檜原
都民の森**

●とうきょうとひのはらとみんのもり
☎042-598-6006

木材工芸センターでは多摩産材を使った木工品作りが体験できるほか、炭焼きも体験できる。ベンチに座って、野鳥をじっくり観察することができる野鳥観察小屋や、季節の動植物の情報を紹介する森林館、里山休憩小屋などもある。また、森林セラピーロードなど、いくつかの散策コースのスタート地点でもある。

- 1 日帰りで楽しめる木工体験
- 2 園内では、さまざまな野鳥が観察できる
- 3 入口から続く坂道の先にはトンネルの遊歩道が
- 4 入口の巨大看板が目印

- 主な体験メニュー**
- 丸太切り●木工●炭焼き
 - 野鳥観察
 - 森林セラピーハイキング

Nature



大自然の中で
森を育てる極意を学ぶ

**奥多摩町
体験の森
東京都奥多摩都民の森**

●たいけんのもりとうきょうとおくたまとみんのもり
☎0428-83-3631

四季折々のさまざまな体験を通して、森を楽しみながら育てることの大切さを学べる。親子溪流釣り体験や山里生活体験、登山教室など、ファミリー向けの宿泊型体験が人気だ。植林を行う森林ボランティア養成コース、チェーンソー講習会など専門家の指導を受けながら林業体験ができるのも魅力。

- 1 西多摩郡檜原村数馬7146 ☎9時30分～16時30分(季節変動あり。要問合せ) JR武蔵五日市駅から西東京バス数馬行きで64分、数馬下車、連絡バスで15分 ☎月曜(祝日の場合は翌日) 100台
- 2 西多摩郡奥多摩町境654 JR奥多摩駅から西東京バス峰谷行きで6分、境橋下車、徒歩45分 ☎8時30分～17時 ☎月曜(祝日の場合は翌日) 12台

- 主な体験メニュー**
- 溪流釣り●山里生活●登山
 - 植林チェーンソー



**檜原村
地域交流センター
森の学校**

●ひのはらむらちいきこうりゅうせんたーもりのがっこう
☎042-598-0069

村を訪れる人々と村民との交流を深めるために行われている体験教室。そば作り、コンニャク作り、みそ作りなど、村に伝わるさまざまな技能をもった村民が講師として教室で教えてくれる。スケジュールは檜原村観光協会で確認を。費用は試食と持ち帰り込み1500円～。木組みのログハウスの建物が目印だ。

- 1 西多摩郡檜原村403(檜原村観光協会) JR武蔵五日市駅から西東京バス数馬行きで19分、元郷下車、徒歩5分 ☎9～16時30分 ☎季節により変動(要問合せ) 20台

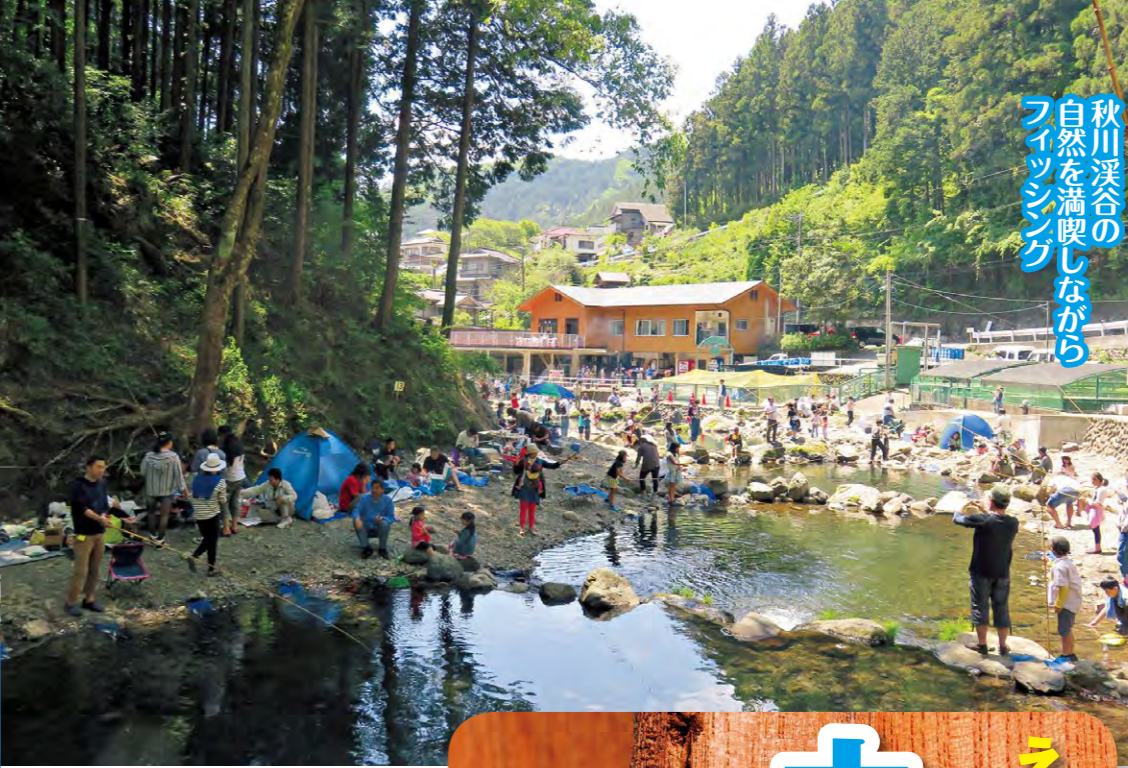
- 主な体験メニュー**
- そば打ち●コンニャク作り
 - みそ作り

おすすめキャンプ場

東京都内にはたくさんのキャンプ場がある。特に森林に囲まれた西多摩エリアは森や川で遊んだり、野外でバーベキューをしたり……と、自然を身近に感じながらアウトドアを楽しめる。キャンプが初めてのファミリーやカップルにおすすめしたいキャンプ場を紹介しよう。

- コテージ・森林村**
 - こてーじ・しんりんむら
 - ☎042-595-2210
 - あきる野市乙津810
 - ☎圏央道あきる野ICから約20分
 - 70台
- 伊奈キャンプ村**
 - いなきやんぷむら
 - ☎080-5930-5050
 - あきる野市伊奈1145
 - ☎JR武蔵増戸駅から徒歩10分
 - 20台(有料、要予約)
- 深沢溪自然村**
 - ふかざわけいしぜんじんむら
 - ☎042-596-4944
 - (携帯)090-8773-9781
 - あきる野市深沢198
 - ☎圏央道あきる野ICから約20分
 - 35台
- アメリカキャンプ村**
 - あめりかきやんぷむら
 - ☎0428-83-2724
 - 西多摩郡奥多摩町海沢230
 - ☎中央自動車道八王子ICから60分
 - 100台(有料)
- 氷川キャンプ場**
 - ひかわきやんぷじょう
 - ☎0428-83-2134
 - 西多摩郡奥多摩町氷川702
 - ☎JR奥多摩駅から徒歩6分
 - 100台(有料)
- 川井キャンプ場**
 - かわいきやんぷじょう
 - ☎0428-85-2206(管理事務所)
 - 西多摩郡奥多摩町梅沢187
 - ☎JR川井駅から徒歩7分
 - 80台
- おおばキャンプ村**
 - おおばきやんぷむら
 - ☎042-597-5108
 - 西多摩郡日の出町大久野3741
 - ☎圏央道の出ICから15分
 - 30台(有料)

1階は檜原村観光協会事務所



秋川渓谷の
自然を満喫しながら
フィッシング

秋川渓谷でも人気のアクティビティスポット

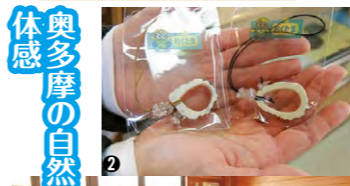
**奥多摩町
奥多摩湖畔公園
山のふるさと村**

●おくたまこはんこうえんやまのふるさとむら
☎0428-86-2551

奥多摩の豊かな自然を紹介する施設として、奥多摩湖に注ぐ沢沿いに造られた。園内にはビジターセンターやクラフトセンター、レストランがあり、テントやログケビン泊ができるキャンプ施設も併設されている。自然体験や木工、石細工や陶芸といったクラフト体験、そば打ち体験などさまざまなコンテンツが用意されている。

- 1 西多摩郡奥多摩町川野1740 JR奥多摩駅から西東京バス丹波行きで25分、小河内神社下車、徒歩40分 ☎9～17時 ☎年末年始 127台 ※無料送迎バス(要予約)あり

- 主な体験メニュー**
- 木工●石細工●陶芸●クラフト
 - キャンプ



えっ！ここが東京？
森林と清流
大自然で遊ぼう！

緑深い山々や美しい渓谷が魅力の西多摩エリア。ここには大自然をフィールドにしたさまざまなアクティビティが揃っている。アウトドアを楽しみに出かけよう。

**青梅市
奥多摩
フィッシングセンター**

●おくたまふいっしんぐせんたー
☎0428-78-8393

多摩川本流にある地域最大級の釣り場。場内は自然の川に近い一般釣り場と、川を仕切った団体釣り場、ルアー・フライ釣り場など多彩な釣り場あり、初心者から本格派まで経験に合わせて楽しめる。季節によってイワナやヤマメのサービス放流もあり、広い河原ではバーベキューもできる。

- 1 青梅市御岳2-333 JR御岳駅下車、御岳溪谷入口を川に降り、遊歩道を上流御岳美術館方面へ徒歩15分 ☎7～16時(12～2月は7時30分～) ☎12～2月の木曜 150台



1 川幅が広く、子どもから大人まで楽しめる。川は浅く河原も広いので、小さな子ども連れファミリーも安心

**あきる野市
秋川国際マス釣場**

●あきかわこくさいますつりば
☎042-596-0568

秋川渓谷の大自然の中にある釣り場。マス釣りのほかバーベキュー場もあり、鉄板や食材も用意されているので手ぶらで行ってもOK。釣竿レンタルもあり、初心者でも楽しめる。夏期限定でつかみ取りを行っているほか、初心者向けの釣り堀も。食堂では釣り場自慢のオリジナル料理が食べられる。

- 1 あきる野市養沢1311 JR武蔵五日市駅から西東京バス養沢線で20分秋川国際マス釣場下車すぐ ☎8～16時 ☎11～3月の木曜 200台 ※バーベキューのみの入場は不可

- 主な体験メニュー**
- 川釣り(エサ釣り)
 - ルアー●フライ●テンカラ
 - つかみ取り●釣り堀●BBQ



1 多摩川本流で釣りをしよう 2 場内は子どもも楽しめるよう工夫されている 3 家族連れでBBQを楽しむ人たちも多い

- 主な体験メニュー**
- 川釣り(エサ釣り)●釣り堀
 - ルアー●フライ●BBQ