

ミニミニハイキング 長沼丘陵 (都立長沼公園)

(報告) Fj

◎ 歩いた日: 2017年5月21日(日) ◎ メンバー: 5名(S, S.M, N, H, H.M)

長沼丘陵(都立長沼公園)は、多摩丘陵の一角で、京王線長沼駅付近から南に見える樹林に覆われた丘陵です。いつ頃だったか「膝を痛めて歩けなくなった」と、Sさんに話した時、お勧めいただいたのが、この「長沼丘陵」。「駅に近く、標高差も少なく、自然がいっぱいで、短時間で楽しめる」とのこと。今回歩いてみると、まさにその通りであった。

長沼駅前11時に集合、駅より徒歩5分ほどで、登り口付近に到着。ホントに駅に近い。長沼口には何本かの道があり、メインは「霧降りの道」。この道は降りるときに使うことにして、六社宮のすぐ横の「西尾根」から登ることにした。高尾山で見られるような立派な案内標柱があり、狭い階段が上に伸びている。まさに登山口の雰囲気。



登り口付近にある「六社宮」



地図付き案内標識「野猿の尾根道」と「西尾根」の分岐

Sさんを先頭に皆でワイワイと登る。自然の雑木林の中で気持ちがよい。間もなく「西の沢」に下る分岐があった。マップで確認すると、西尾根の中間付近である。稜線の野猿の尾根道に出るだけならそのまま直進すればよいが、本日は「西の沢」へ向かう。この道は狭いが野草が多く、ゆっくりと楽しみながら行く。道は中尾根につながっており、今度は広めの「中尾根」を登る。途中、「ハチに注意」の手書きの表示があり、蜂の羽音が聞こえた。全員急いで通過。幸いに全員、無事であった。この道でタマノカンアオイの花を初めて見た。これまでもカンアオイは他の山でしばしば見かけたが、花は見たことがなかった。登っていくと、突然、平坦な広場に出た。「頂上園地」だ。ゲートボール大会ができそうな広さで、休憩舎や水洗トイレもある。ここで予定通り昼食休憩とした。



頂上園地

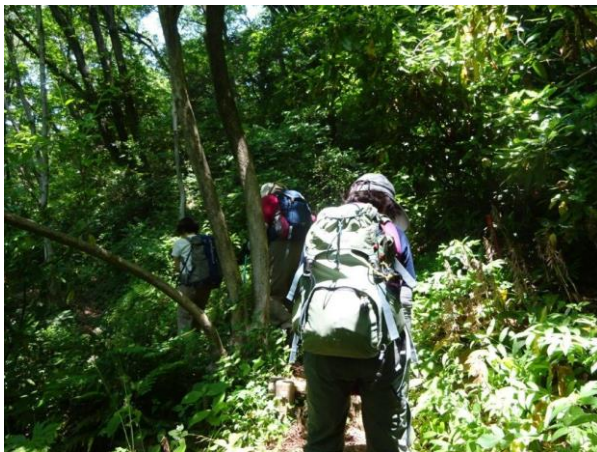


中尾根の上部

食後、平坦な「野猿の尾根道」を一旦、西に向かって「鎌田山荘」を見に行く。鎌田山荘は驚いたことに、コース料理の食事処になっていた。山荘のすぐ前に、「小さな美術館」があった。こんなところに美術館とは！これにも驚いた。アプローチにも絵画が展示されていた。

「この先に良いところがあります」とのことので、もう少し西に行くと、「殿ヶ谷」を見下ろす眺めのよい草地に出た。山桜もあり、桜のシーズンは最高だろう。八王子市絹ヶ丘や下柚木の住宅地に接しており、このあたりにお住いの方は自宅から花見ができそうだ。

野猿の尾根道に戻り、頂上園地から東に進み「展望園地」に向かう。尾根道は野鳥のさえずりがにぎやかで、心がなごむ。到着した展望広場からは、うっすらと大岳山や御前山などが見えた。冬の朝ならどこまで見えるのだろう。また来たいものだ。



「西ノ沢」に向かう道



殿ヶ谷を見下ろす草地

下りは予定通り「霜降の道」を下った。傾斜は穏やかで、幅1mほどの道がほとんど石畳みか舗装されており、階段などの段差がなく、歩きやすく膝に優しい。左に沢を見下ろしながら下る気持ちの良い道だ。やがて、登り始めたときの「六社宮」のそばに降り立った。ゆっくりのんびりしてきたが、まだ14時すぎであった。

長沼丘陵は「都立長沼公園」であるだけに、よく整備されている。各登り口や分岐などには案内標柱があり、略地図も設置されている箇所もある。標高差は百メートルほどなので、午後から来ても森林浴を楽しめそうだ。また多摩川の支流・浅川の水源地の森で、いわば多摩川の水源地のひとつのこと。

コース：長沼駅～西尾根～西の沢～中尾根～頂上園地・休憩舎(昼食)～ちいさな美術館&鎌田山荘～殿ヶ谷の上部～野猿の尾根道～展望園地～休憩舎～野猿の尾根道～霧降の道～長沼駅