



首都圏自然歩道

# 関東ふれあいの道

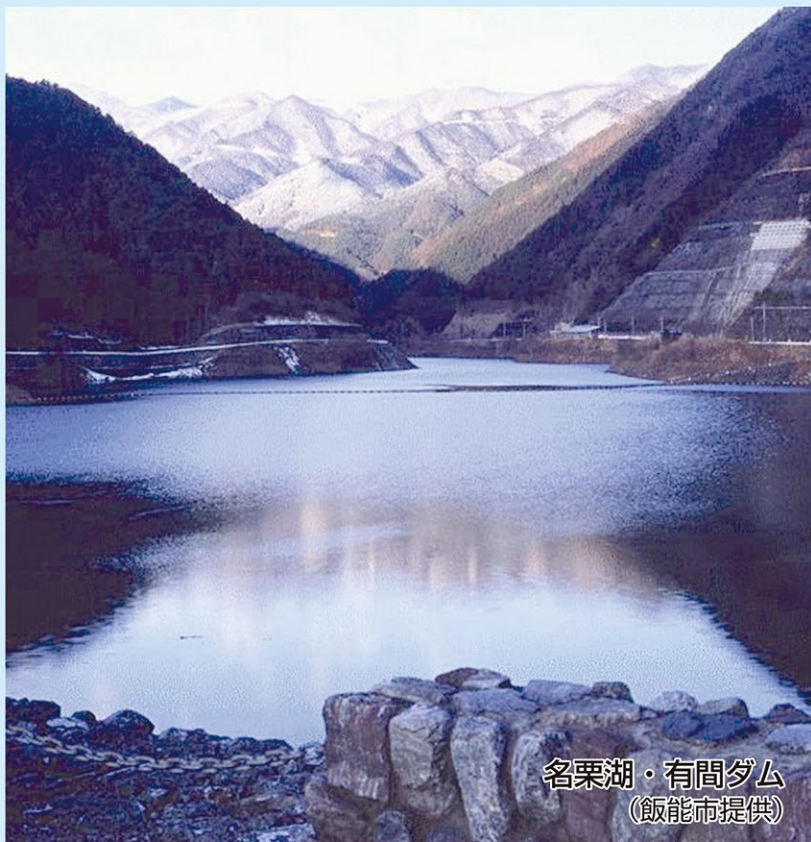
埼玉県

1

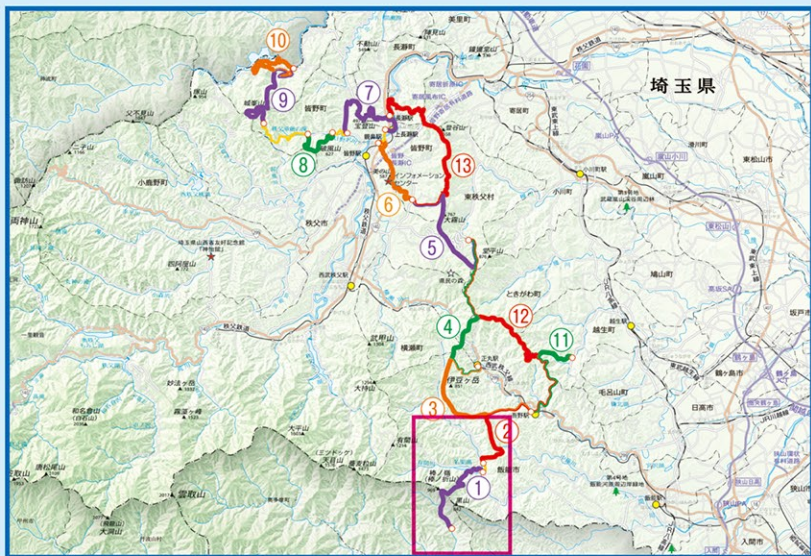
すいげん

## 水源のみち

[健脚向き]



名栗湖・有間ダム  
(飯能市提供)



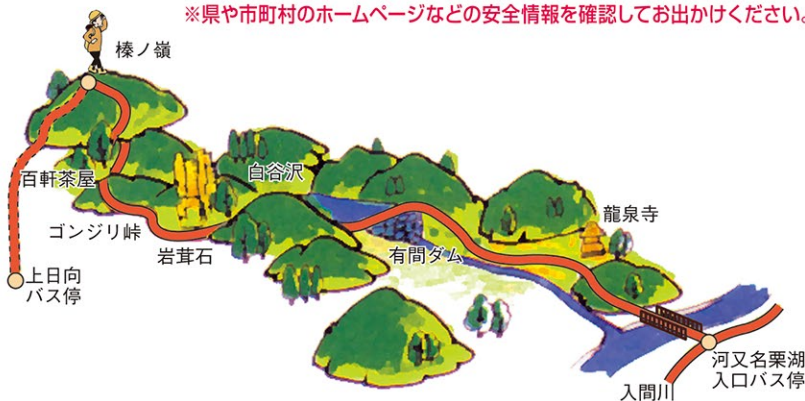
コース内

## 水源のみち

河又から棒ノ嶺を経て上日向へ至る変化にとんだ健脚向きのコースです。小滝が連続する白谷沢はスリルのある沢登りが楽しめます。尾根上にはだかる奇岩、岩茸石も見どころのひとつです。棒ノ嶺山頂は平らで、四方の展望を楽しみながら、のんびりとくつろげます。

白谷沢登山口から岩茸石の間は、白谷沢の渓流に沿って歩くコースとなっています。滑りやすいので十分注意してください。また、降雨時、増水時、積雪期等は無理な山歩きをしないようにしてください。状況によっては尾根ルートなどのエスケープルートを利用してください。

※県や市町村のホームページなどの安全情報を確認してお出かけください。



### おねがい

- 空缶、紙クズなどのゴミは捨てないで家に持ち帰りましょう。
- 山火事注意、火の元には十分注意しましょう。
- 案内板や標識はみんなの道しるべです。大切にしましょう。
- 利用者は十分な装備で、余裕のあるスケジュールを組んで歩きましょう。
- 自然に親しみ、自然に学び、自然を大切にしましょう。



### 交通機関

西武鉄道飯能駅

国際興業バス約45分

飯能市河又名栗湖入口バス停

青梅線川井駅

西東京バス約12分

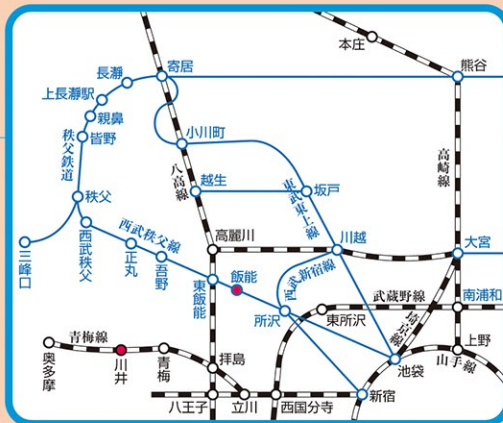
上日向バス停



### 電話

国際興業バス  
飯能営業所  
☎042-973-1161

西東京バス  
氷川車庫  
☎0428-83-2126



岩茸石



ゴンジリ峠付近展望



棒ノ嶺眺め



白谷沢



ゴルジュ

### 踏破撮影ポイント

## 白孔雀の滝地名板



埼玉県のマスコット コバタン

### お問い合わせ

- 埼玉県環境部みどり自然課  
☎048-830-3156

埼玉県ホームページ

<http://www.pref.saitama.lg.jp/> から「ふれあいの道」で検索してください。

- 埼玉県西部環境管理事務所 ☎049-244-1250
- 飯能市観光案内所 ☎042-974-7900
- 東京都奥多摩町観光産業課 ☎0428-83-2295
- 東京都奥多摩町観光案内所 ☎0428-83-2152
- 東京都奥多摩自然公園管理センター ☎0428-83-3271