



ハイキング・登山

# 早朝御来光ハイキング

対象	時期	人数	所要時間	活動場所	教材費等	指導員	関連動画
小学校 高学年～ ※成人が 同伴のこと	5月～11月	—	1.5時間 (約1.6Km) ※往復	東尾根	—	—	—

## 概要

ハヶ岳連峰から昇る御来光を見ることができます。

## 準備物

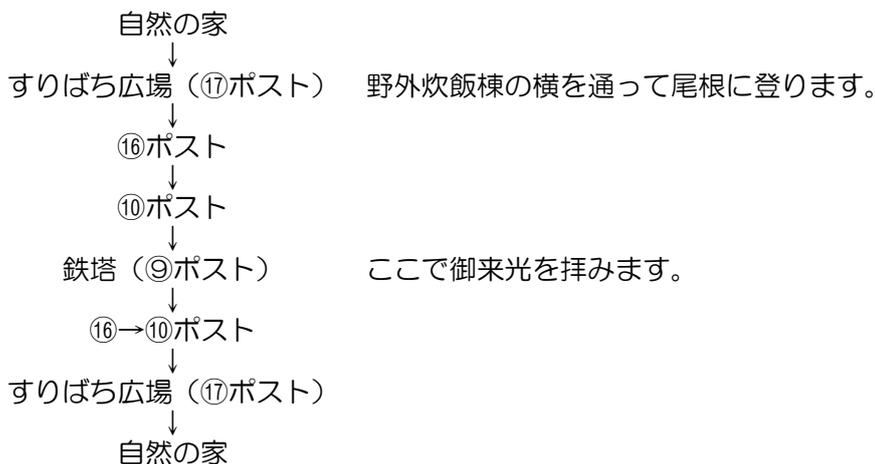
団体で用意するもの

- ・懐中電灯（できればヘッドライト）
- ・雨具
- ・軍手
- ・ゴミ袋
- ・トランシーバー用電池（単3電池3本／1台につき）

自然の家で貸し出すもの

- ・トランシーバー（無線機）
- ・熊すず
- ・地図

## 活動例



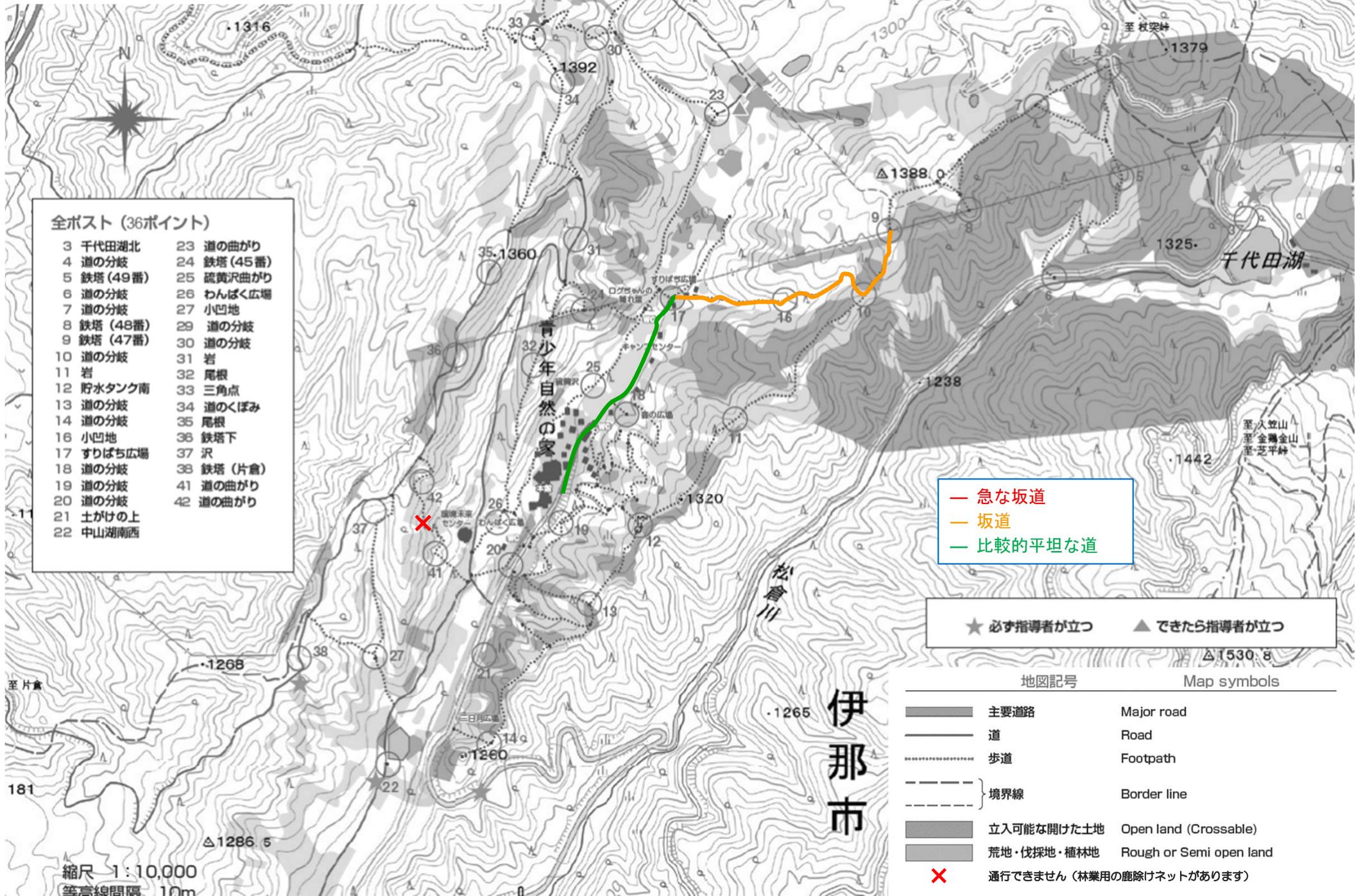
暗い時間から山道を歩くので、懐中電灯（できればヘッドライト）を必ずご用意ください。

※活動の前に事前踏査を十分に行い、安全なハイキングを計画してください。

## 留意事項

- ◎ 日の出時刻を確認の上、出発時間を決めてください。
- ◎ 必ず成人の方が同伴するようにしてください。
- コース上にトイレがないので、済ませてから出発するようにしてください。
- 早朝は寒いので服装に気を付けてください。
- 安全対策には万全を期し、特に危険箇所等は事前に協議しておいてください。

# 早朝御来光ハイク



## 全ポスト (36ポイント)

- |            |             |
|------------|-------------|
| 3 千代田湖北    | 23 道の曲がり    |
| 4 道の分岐     | 24 鉄塔 (45番) |
| 5 鉄塔 (49番) | 25 硫黄沢曲がり   |
| 6 道の分岐     | 26 わんぱく広場   |
| 7 道の分岐     | 27 小凹地      |
| 8 鉄塔 (48番) | 29 道の分岐     |
| 9 鉄塔 (47番) | 30 道の分岐     |
| 10 道の分岐    | 31 岩        |
| 11 岩       | 32 尾根       |
| 12 貯水タンク南  | 33 三角点      |
| 13 道の分岐    | 34 道のくぼみ    |
| 14 道の分岐    | 35 尾根       |
| 16 小凹地     | 36 鉄塔下      |
| 17 すりばち広場  | 37 沢        |
| 18 道の分岐    | 38 鉄塔 (片倉)  |
| 19 道の分岐    | 41 道の曲がり    |
| 20 道の分岐    | 42 道の曲がり    |
| 21 土がけの上   |             |
| 22 中山湖南西   |             |

- 急な坂道
- 坂道
- 比較的平坦な道

- ★ 必ず指導者が立つ
- ▲ できれば指導者が立つ

## 地図記号 Map symbols

- |            |                           |
|------------|---------------------------|
| 主要道路       | Major road                |
| 道          | Road                      |
| 歩道         | Footpath                  |
| 境界線        | Border line               |
| 立入可能な開けた土地 | Open land (Crossable)     |
| 荒地・伐採地・植林地 | Rough or Semi open land   |
| ×          | 通行できません (林業用の鹿除けネットがあります) |

縮尺 1:10,000  
等高線間隔 10m

伊那市