

大自然でアクティブに遊ぶ!

丹波・小菅

多摩川の源流部に位置する山の山の手。
美しい水と緑の中で思いっきり体を動かした後は、
温泉でほっと安らぐひとときを。

★ルート(1)

- 奥多摩駅
- ↓ 西東京バス43分
- 棚沢橋
- ↓ 徒歩約10分
- 1 雨乞いの滝
- ↓ 徒歩約65分
- 2 フォレストアドベンチャー
- ↓ 徒歩すぐ
- 3 源流レストラン
- ↓ 徒歩すぐ
- 4 小菅の湯
- ↓ 西東京バス56分
- 奥多摩駅



1 雨乞いの滝

別名白沢滝。迫力のある姿を間近で手軽に見られる滝。天然のクーラーで夏でも周辺は涼しく感じられるほど。山登りに癒しを求めているかでしょうか?

◎(「棚沢橋」バス下車徒歩5分)



3 源流レストラン

道の駅にあるイタリアンレストラン。小菅村の自然の中で育った食材を使ったイタリアン料理を楽しめます。店内には石釜もあり、本格的なピザを味わえます。外には開放的なテラス席もあり、大自然を見ながらの食事をどうぞ!

◎山梨県北都留郡小菅村3445(「小菅の湯」バス下車すぐ) 0428-87-0765
◎平日11時~16時、土休日11時~17時 休 水曜



2 フォレストアドベンチャー・こすげ

身長140cmか小学4年生から体験できるアドベンチャーコースは、日本唯一の畑を滑り降りる137mのジップスライドが最大の特徴。専用のハーネスを付け、樹上で安全確保をしながら大人も苦戦するほどの難コースを進んでいきます。身長110cmから体験可能なキャノピーコースもあり、ご家族全員で楽しめます。



◎山梨県北都留郡小菅村3445(「小菅の湯」バス下車すぐ)
◎080-4857-7406 ◎9時~17時(最終受付15時 ※季節により変動あり)
休 不定休(12月~3月中旬休業)
料 アドベンチャーコース:大人3,600円・子供2,600円、
キャノピーコース:1名2,600円

綱渡りはスリル満点!



4 小菅の湯

世界的にも珍しい高アルカリ性の温泉で、「美人の湯」としても有名です。大菩薩峠下山後に寄りやすく、登山者に人気。露天風呂以外にも五右衛門風呂など9つのお風呂を楽しめます。



◎山梨県北都留郡小菅村3445
(「小菅の湯」バス下車すぐ) 0428-87-0888
◎10時~19時(4月~10月)、10時~18時(11月~3月)
休 金曜(8月・11月は第4金曜日のみお休み)
料 620円(3時間)、890円(時間制限なし)



5 丹波山村ローラーすべり台

日本一の規模と言われるローラーすべり台。長さ247メートル・高低差42メートルで、丹波山の山並みを眺めながら下る迫力満点のすべり台。子供も大人も楽しめる丹波山人気の観光スポット。

◎山梨県北都留郡丹波山村437
(「丹波役場前」バス下車徒歩15分)
◎0428-88-0466
◎9時~17時(3月15日~11月30日)、
9時~16時(10月、11月)
休 水曜(祝日の場合は翌日)
料 大人400円・子供(小中学生)200円



生地はすべて無添加で安心! 焼きたて最高!!

6 きのしたベーカリー

国道から少し入ったところにあるアットホームなお店。種類も豊富ですべてがお手頃価格。その場で食べるもよし!お土産に買ってよし! 絶品です。県外からもパンを求めてお客様も訪れる隠れた名店です。

◎山梨県北都留郡丹波山村2074(「丹波」バス下車徒歩5分)
◎0428-88-0620 ◎10時~17時30分 休 月曜・火曜

7 道の駅たばやま

農産物直売所では、丹波山の特産品である山菜、わさび、やまめ、野生鹿のソーセージなど、丹波山ならではの産品がずらりと並んでいます。



また、軽食堂で食べられる鹿バーガーは絶品です!

◎山梨県北都留郡丹波山村2901(「丹波山温泉」バス下車徒歩2分)
◎0428-88-0411 ◎10時~17時(繁忙期18時)

★ルート(2)

- 奥多摩駅
- ↓ 西東京バス48分
- 丹波役場前
- ↓ 徒歩約15分
- 5 ローラーすべり台
- ↓ 徒歩約25分
- 6 きのしたベーカリー
- ↓ 徒歩約15分
- 7 道の駅たばやま
- ↓ 徒歩約3分
- 8 のめこい湯
- ↓ 徒歩約5分
- 丹波山温泉
- ↓ 西東京バス47分
- 奥多摩駅

丹波山村マスコットキャラクター「タバスキー」



8 のめこい湯

「のめこい」とは、丹波山村の方言で「つるつる、すべすべ」の意味。温泉温度40℃で、「和風風呂」や「ローマ風呂」など趣向を凝らしたお風呂はどれも源泉100%という贅沢さ。

◎山梨県北都留郡丹波山村778-2
(「丹波山温泉」バス下車徒歩5分)
◎0428-88-0026 ◎10時~19時(最終受付18時)
休 水曜 料 大人900円・子供450円(1日)

