Information

各種お問合せにご利用ください。

タクシー

- 京王タクシー
  0428-22-2612
- 横川観光株式会社
  0120-489-083

お車でお越しの方へ（駐車場マップ）

バス

- 西東京バス 五日市営業所
  042-596-1611

リアルタイム運行情報案内

日の出町

- 日の出町
  産業観光課 商工観光係
  042-588-4101
- 日の出町観光協会
  042-588-5883

あきる野市

- あきる野市
  観光まちづくり推進課
  042-558-1111（代表）
- あきる野市観光協会
  042-596-0514

秋川渓谷
Free Wi-Fi について

檜原村

- 檜原村
  産業環境課 観光商工係
  042-598-1011（代表）
- 檜原村観光協会
  042-598-0069

掲載内容は発行時点の情報となります。
最新の情報をご確認の上、ご利用くださいますようお願いいたします。

Instagram

発行 秋川流域観光推進協議会
令和8年9月発行

都心から60分の大自然

秋川流域

広域観光ガイド









秋川流域 全体MAP

秋川は、檜原村の三頭山を源流とし、多摩川に合流しています。上流にダムがなく、清らかな流れと、澄みきった空気は四季折々に変わる野や山とよく調和して“東京の奥座敷”として多くの人々に親しまれています。秋川流域は、あきる野市、日の出町、檜原村の３市町村で構成され、養沢川や平井川等の支流域を含めて独自の自然や文化をなしています。





16 石舟橋



29 生涯青春の湯・ひので三ツ沢つるつる温泉



4 鹿野大佛



29 檜原温泉センター 数馬の湯



35 あきる野ふるさと工房



15 フレア五日市



4 払沢の滝



29 秋川渓谷 瀬音の湯



35 戸倉しろやまテラス



31 秋川橋河川公園 バーベキューランド

檜原村

じゃがいもだけじゃない檜原村の魅力を発信するじゃが



ひのじゃがくん

東京都多摩地域の中で唯一の村であり、日本の滝百選に選ばれた「払沢の滝」、東京都指定の天然記念物「神戸岩」などをはじめとして、多くの魅力的な自然の風景があります。

あきる野市

絶景スポット「石舟橋」、東京都指定無形文化財の軍道紙の紙すき体験ができる「あきる野ふるさと工房」などをはじめとして、雄大な自然や伝統文化に触れることができます。

兄と妹のふたりそろって「森っこサンちゃん」です！



森っこサンちゃん

日の出町

日帰りハイカーに人気である「日の出山」、渓谷沿いの連瀑が魅力である「白岩の滝」などをはじめとして、四季折々の風景を楽しむことができます。

「太陽と緑のまち日の出町」の元気っ子です！



ひのでちゃん

CONTENTS

秋川流域
広域観光ガイド

3 秋川流域の概要
- ③ 四季のハイライト
- ⑤ モデルコース

7 お土産とグルメ
- ⑦ お土産
- ⑨ おすすめグルメ
- ⑪ おすすめカフェ & ベーカリー

13 旅のエチケット
- ⑬ 旅のエチケット

15 ハイキングに行こう あきる野市
- ⑮ 自然散策① 川沿いを歩く
- ⑰ 自然散策② 里山を歩く

19 ハイキングに行こう 日の出町
- ⑲ 自然散策③④ 日の出山ハイキングコース 白岩の滝ハイキングコース
- ㉑ 自然散策⑤ 野鳥の森コース

23 ハイキングに行こう 檜原村
- ㉓ 自然散策⑥ 三頭大滝コース
- ㉕ 自然散策⑦ 臼杵山コース

27 アウトドアを満喫
- ㉗ 秋川流域体験マップ
- ㉙ 温泉紹介
- ㉚ 釣り体験
- ㉛ バーベキュー場・キャンプ場
- ㉝ 宿泊施設
- ㉞ アウトドアの過ごし方
- ㉟ 体験紹介

37 お楽しみカレンダー
- ㊲ イベントカレンダー

凡例 所 所在地 営 営業時間 休 定休日 駐 駐車場 問 問合せ先

四季のハイライト

春 Spring



あきる野市

乙津花（おつはな）の里（龍珠院）

秋川の上流に位置する乙津地区の小高い山肌は「乙津花の里」と呼ばれ、桜が咲くころになると、付近一帯がしだれ桜やミツバツツジなどの花で彩られます。

開花情報は P.37 に掲載



日の出町

塩田堤（しおだつつみ）の桜（平井川）

日の出町には各所に桜が植樹されています。中でも平井塩田地区にある「塩田堤の桜」は見事です。全部で 108 本あり、毎年多くの花見客の目を楽しませています。

夏 Summer



あきる野市

東京サマーランド

東京サマーランドは、自然と調和する「“With Nature” 水と緑の冒険リゾート」をコンセプトに、プール・遊園地、アウトドア複合施設、ゴルフ練習場を備え、世代を超えてワクワクする体験を提供する総合レジャー施設です。プール・遊園地では、多彩なアトラクションや全天候型の屋内プール、日本最大級の流れるプールなどの開放感あふれる屋外プールを擁し、訪れる全ての人に笑顔と心豊かなひとときをお届けします。

秋 Autumn

日の出町

鹿野大佛（ろくやだいぶつ）

寶光寺境内に建立された青銅製の像です。高さは 12 mと鎌倉大仏よりも高く、千年前の技術で鋳造されています。







檜原村

神戸岩（かのといわ）

2 億 5 千万年前の地層が露出し高さ約 100 mの岩壁となってそそり立つ、東京都指定の天然記念物です。廊下状の狭い谷には神戸川の清流が駆け下り、流れに沿った遊歩道は鎖を頼りに通り抜けることができます。

冬 Winter

檜原村

払沢（ほっさわ）の滝（氷瀑）

12 月から 3 月にかけての厳寒期には幻想的な氷瀑が見られることで有名です。檜原村の冬の魅力をより多くの人に楽しんでもらうため、「払沢の滝冬まつり」が開催されます。



秋川回遊モデルコース

親子で楽しむアクティブコース
車 約45分



木の香りに満ちた空間で“木”を体感

1. 檜原村
檜原 森のおもちゃ美術館

檜原村の森の恵みを生かした体験型美術館。館内は木の香りが満ち、檜原の魅力を伝える木のおもちゃとあそびであふれています。

詳細▶36



車20分

檜原村

ミュージアムカフェ「さとやま食堂」 2.

2階はカフェに

美術館 2 階の無料入館ゾーンにあるミュージアムカフェでは、檜原村の特産品を盛り込んだお食事・カフェメニューを、大きな窓から見える景色と一緒に楽しめます。

詳細▶36



旧学校施設内にある食堂

車3分

3. あきる野市
レストラン「食飲室」

旧小学校を利用した「戸倉しろやまテラス」のレストランは、かつての校長室と職員室を改修した“食飲室”（50 席）です。地元食材も使った季節限定のけんちん汁、マスの塩焼き定食、昔懐かしい「給食プレートランチ」などが味わえます。

詳細▶33



マイクロブタとふれあえるカフェ

車16分

あきる野市

4. pignic farm & cafe あきる野店

山のふもとにある「牧場体験型」のファーム＆カフェです。マイクロブタとふれあえます。

詳細▶35



日帰りでアウトドアが満喫できる人気スポット

車7分



お湯の感触から名づけられた天然温泉

5. 日の出町
さかな園

園内には釣り堀やバーベキューハウスなどがあり、川では渓流釣りやつかみ取りが楽しめます。釣ったニジマスをその場で焼いて食べることも！

詳細▶30

6. 日の出町
生涯青春の湯・ひので三ツ沢つるつる温泉

アルカリ性の、つるつるした感触の湯であることから「つるつる温泉」と名づけられた天然温泉は、食事のみの利用も可能です。

詳細▶29

絶景！癒やし旅コース
バス＋徒歩 約60分

JR 武蔵五日市駅



誰もが気軽に立ち寄れる“憩いの場”

1. あきる野市
フレア五日市

市民や観光客が気軽に立ち寄れる休憩施設をはじめ、観光・移住定住情報等の提供窓口、イベント会場などとして活用できるスペースがあります。

詳細▶15

バス＋徒歩 約6分

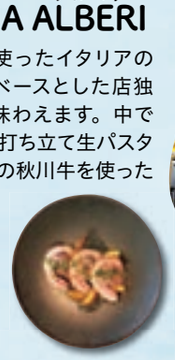
あきる野市

2. OSTERIA ALBERI（オステリア アルベリ）

ここでお昼！

地元食材を使ったイタリアの郷土料理をベースとした店独自の料理が味わえます。中でもこだわりの打ち立て生パスタや A5 ランクの秋川牛を使った料理は◎

詳細▶9





自慢はA5ランクの秋川牛料理 打ち立て生パスタもおすすめ

徒歩4分

3. あきる野市
野外テラス「水の音」

秋川が流れる岩瀬峡を眼下に望むテラスでは、秋川渓谷を眺めながら時を忘れてしばしの間、自然と一体となってくつろげます。

詳細▶16



自然と一体となってくつろぐ

季節により変更する場合があります。

徒歩＋バス 約30分

檜原村

4. 払沢（ほっさわ）の滝

江戸時代から景勝の地として知られ、都内で唯一「日本の滝百選」に選ばれている名瀑は、厳寒期には氷瀑となることでも有名です。



“日本の滝百選”の名瀑 厳寒期の氷瀑は必見



檜原の水で作ったこだわりの味 うの花ドーナツも◎

檜原村

5. ちとせ屋

ちょっと休憩！

国産大豆と本にがりを使ったこだわりの豆腐は、檜原村のきれいな水で作られています。おからを豆乳でこねた「うの花ドーナツ」も大好評。

バス16分

あきる野市

6. 石舟橋

檜原街道「十里木」バス停から「秋川渓谷 瀬音の湯」へと続く歩行者専用の吊り橋。長さ 96m の橋の上から秋川の渓谷美を楽しめます。

詳細▶16

徒歩5分



橋の上から渓谷美を楽しむ



旅の締めは美肌の湯で！

7. あきる野市
秋川渓谷 瀬音の湯

アルカリ性の強い温泉は「美肌の湯」としてリピーターも多く、敷地内にはレストランや宿泊可能なコテージなどもあり、一日中楽しめます。

詳細▶29

お土産情報

Local Specialty



おやき

秋川渓谷を代表する食べ歩きスイーツで、古くから伝わるその素朴な味わいは絶品です。一枚一枚丁寧に作られたおやきを散策の途中にいかがでしょうか。



日本酒（喜正）

明治17年創業以来、地元秋川流域で親しまれている地酒です。戸倉城山からの湧水を使用して、5代目蔵元が丁寧に仕込みを行っています。



ヴィンヤード多摩ワイン

艶やかな質感が特徴の上品な味わいに仕上がった、東京産ワインの逸品です。あきる野市産の自社ぶどうを中心にワイン造りを行うワイナリー・ヴィンヤード多摩が造っています。

日本酒（千代鶴）

創業文化元（1804）年、200年以上続く老舗蔵元・中村酒造。「千代鶴」の銘柄は秋川に鶴が飛来したことに因みます。淡麗型でありながらも米の旨みをしっかりと感じられる清酒です。





キッコーゴ丸大豆醤油

国産の大豆と小麦で麹を造り、天日塩の塩水に仕込みます。一年の時間をかけて発酵熟成した、素朴でまろやかな風味が特徴の本醸造こいくち醤油です。



キッコーゴしょうゆカレー

キッコーゴ丸大豆醤油をブレンドした、ほんのり醤油風味のカレーです。ポークカレーをベースにしていて、お子様でもおいしく召し上がれます。



秋川牛ビーフカレー

秋川牛をふんだんに使った、こだわりのレトルトカレーです。カレー自体もおいしいと評判で、日持ちするので贈答用としても大変喜ばれています。辛口、中辛、甘口の3種類から選べます。

キッコーゴしょうゆキャラメル

キッコーゴ丸大豆醤油を練り込んだ、ほんのり醤油風味のキャラメルです。
行楽のお供にどうぞ。



くんせいチーズ

みやび工房が独自作製した、東京の天然桜のチップを100%使って丹念にスモークしています。開封前は常温保存が可能で、お土産に最適です。カシューナッツ、ピスタチオ、そら豆などのくんせいナッツシリーズも大評判。





ジャム（ゆず、ブルーベリー等）

地元食材を使ったジャムは保存料なし、子どもにも安心して食べさせることができる商品です。日の出町の魅力を知りたい方はぜひ！



日の出町ご当地アイス

地元牧場から仕入れた朝しぼりの生乳を工房で丁寧に加工したアイスクリームです。バニラやクリームを加えていないので牛乳本来の味を味わうことができます。基本の生乳味のほか、やぎ乳、ブルーベリー味の3種類があり、どれも地元素材を使用したシンプルな味わいが特徴です。



じゃがいも焼酎

檜原村の特産じゃがいもを100%原料とした、檜原村の水を使い檜原村で醸造された本格焼酎です。ほのかに香るじゃがいもの香りと村の美味しい水からできた「じゃがいも焼酎」を、ぜひご堪能ください。



ひのじゃがクッキー

檜原村特産のじゃがいもを使ったクッキーで、パッケージは村のキャラクター「ひのじゃがくん」です。じゃがいもが練り込まれた生地は歯応えサックサク！まぶされたじゃがいも、フレークの風味とほんのり塩味が絶妙！



じゃがいもアイス

特産品の男爵いもがたっぷり入ったアイスです。クリーミーな新鮮ミルクアイスに粗めのじゃがいもの食感がアクセントとなってたまりません。



ゆずワイン

檜原村のゆずを漬けて香りづけしたワインです。アルコール度数は4度なので、お酒が苦手な方にもオススメです。

カノトアヒージョ

檜原村にある「神戸国際マス釣場」のニジマスを使ったアヒージョは、そのままでも、パスタやポテトサラダのアレンジレシピにしても美味しく食べられます。プレーンとシェリー酒風味の2種類の味があります。



あきる野市

秋川渓谷 瀬音の湯 物産販売所「朝露」



所 あきる野市乙津565
営 9:50～19:00
（12月～3月は18:00まで）
問 042-595-2614

SHOP INFO

いろどり屋



所 あきる野市秋川1-8
トラストルピア1階
営 休 詳しくは店舗へお問合わせください。
問 042-550-4552

SHOP INFO

日の出町

生涯青春の湯・ひので三ツ沢つるつる温泉



所 日の出町大久野 4718
営 10:00～20:00
（最終受付は19:00まで）
休 第3火　※他年2回設備点検休館
問 042-597-1126

SHOP INFO

みやび工房「大多摩うまいもの館」



所 日の出町大久野 6700
営 10:00～17:00
休 月、年末年始
問 042-597-7411

檜原村

ひのはらファクトリー



所 檜原村小沢4023-1
営 11:00～17:00（季節による）
休 月、火（季節による）　※祝日の場合はその翌日またはその翌々日
問 042-588-5170（11:00～17:00）

SHOP INFO

特産物直売所 やまぶき屋



所 檜原村柏木野 847
営 9:30～17:00
（季節による）
休 木、年末年始
問 042-598-0429

SHOP INFO

おすすめ グルメ
Gourmet





OSTERIA ALBERI（オステリア アルベリ）

SHOP INFO

地元の食材を取り入れたイタリアの郷土料理を中心に、店独自の料理が味わえます。中でも、こだわりの打ち立て生パスタや A5 ランクの希少な秋川牛を使った料理が自慢です。

所 あきる野市小中野 141
営 〈平日ランチ〉11:30～14:30（L.O.14:00）
〈土日祝ランチ〉11:30～15:00（L.O.14:30）
〈ディナー〉17:00～21:00（L.O.20:30）
休 月、第 2・4 火
駐 6 台（店前 4 台・第 2 駐車場 2 台）
問 042-588-4888



寿庵 忠左衛門

150 年以上もの歴史を持つ製麺業の老舗「寿美屋（すみや）」が出した、手打ちそばと日本料理が味わえるお店で、趣のある店構えが特徴です。

所 あきる野市五日市 64
営 〈平日〉11:00～14:30（L.O.）
〈土日祝〉11:00～15:00（L.O.）
※そばが無くなり次第終了する場合あり（要問合せ）
休 水
駐 18 台
問 042-595-2438

SHOP INFO

玄庵 檜原

「いろいろ試してたどり着いた」という玄庵のそばは、十割でも九割でもない八 . 六割。しっかりとコシがあり、切れず、快い喉ごしです。地元野菜の天ぷらはもちろん、店主の故郷・熊本の味という自家製たくあんにも舌鼓。

洋食キッチン シオン

あきる野市五日市にある1976年創業の洋食屋です。創業当時から続く定番メニューは今も変わらぬ味で、ドライブや登山帰りのランチにぴったりと好評です。

所 あきる野市五日市 857
営 〈ランチ〉11:00～15:00（L.O.14:00）
〈ディナー〉17:00～21:00（L.O.20:00）
休 月（祝日の場合は翌日）
駐 7 台　※近隣に無料駐車場あり
問 042-596-0300

SHOP INFO



割烹 佐五兵衛



檜原街道沿いにあるほうとう専門店です。いろいろな種類のほうとううどんが味わえるほか、別棟の会席料理店では本格的な日本料理も楽しめます。

所 あきる野市小中野 130
営 〈ほうとう店〉11:30～15:00（L.O.）
〈会席料理店〉11:30～21:30（要予約）
休 月（祝日の場合は翌日）
駐 20 台
問 042-596-0445

SHOP INFO

そば処 朝日屋



所 日の出町平井 2731
営 11:00～14:00 ／ 17:00～19:00
休 火夜、水
駐 なし
問 042-597-5858

気さくなご夫婦がもてなす家庭的な“おそば屋さん”の手打ち風のそばは独特の食感で、一度食べると忘れられない味わいです。

洋食 DonDon

地元で採れた旬の野菜を使った、手づくりの日替わりおまかせ弁当は、おいしいコーヒーがお代わり自由です。

所 日の出町平井 2-2
営 11:00～15:00
休 日、祝
駐 20 台
問 042-597-3232





山ごはんカフェ ヒノハラテラス



地元の食材をおしゃれにアレンジした定食やカレー、ピザなどが楽しめると評判です。川のせせらぎと自然を感じながら食事できるウッドデッキのテラス席も自慢の一つ。

所 檜原村神戸 3395
営 11:30～18:00（L.O.17:00）（要問合せ）
休 月（祝日の場合は翌日）
※月初の月・火・水曜は連休
駐 10 台
問 042-588-4828

SHOP INFO







所 檜原村下元郷 20
営 11:00～15:00（そばが無くなり次第終了）
休 水　他不定休
駐 近隣に公設駐車場あり
問 042-598-0039

SHOP INFO



手打らぁめん たちばな家

中国人から伝授された「打麺」を麺棒で仕上げる方法を初代が考え、その技を代々受け継いでいる本格的“手打らぁめん”店です。一番人気は、豚ガラなどのだしが効いた王道の“醤油らぁめん”。



所 檜原村本宿 5574
営 11:00～15:00 ／ 17:00～20:00
休 火（祝日の場合は翌日）
駐 5 台
問 042-598-0029

SHOP INFO

Villa delpino ヴィッラ・デルピーノ

ランチは日替わりで、前菜とパスタにパンが付きます。地元野菜が中心の食材は「新鮮なうちに」との思いから多くは仕入れず、20 食限定です。2 名で入ると 2 種類のパスタを半量ずつ出してもらえるので、楽しみも 2 倍に！





所 檜原村本宿 5493-1
営 11:00～14:30（以降 22:00 までは予約の方のみ）
休 水、木　他不定休
駐 近隣に公設駐車場あり
問 042-598-1054

SHOP INFO

おすすめ カフェ & ベーカリー

Cafe & Bakery



POUND（パウンド）

昭和13年築の古民家を店主自らリノベーションしたカフェで、オリジナルブレンドコーヒー（2種）、ラテアートを描いたカフェラテやカプチーノが味わえます。サンドイッチや自家製スイーツもおすすめです。

所 あきる野市戸倉 208-2
営 〈平日〉11:30～16:30（L.O.15:30）
〈土日〉11:30～18:00（L.O.17:00）
休 火、水、木
駐 8台
問 042-588-5797

SHOP INFO

花カフェ ヒノサク



タルトケーキを中心とした焼き菓子が人気のカフェです。とくに「タルトが絶品」と多くのリピーターも。自家栽培の採れたて野菜や花を買うこともできるほか、ワンちゃん同伴で利用できるのも魅力の一つです。



所 日の出町大久野 82-1
営 水～日 10:00 ～ 16:30（L.O.16:00）
〈タルトケーキ〉木～日 11:00 ～無くなり次第終了
〈花・野菜販売〉水～日 9:00 ～ 16:30
休 月、火、他不定休
休 7台
問 042-588-5262



みつばち里山ファームカフェ

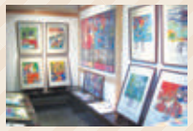
手づくりの多摩産はちみつやローヤルゼリー、プロポリスなどを販売しています。ミツバチや養蜂について学べるミュージアムではちみつの試食もでき、併設のカフェではちみつを使ったジェラートも楽しめます。

所 あきる野市上ノ台 37-3
営 10:30～17:00
休 水
駐 平日13台、休日18台
問 042-519-9327

SHOP INFO







併設の小さなギャラリー

茶房 むべ

秋川渓谷と山々に囲まれた庭の離れの小さな茶室で、コクと深み、芳醇な香りのある自家焙煎のコーヒーが味わえます。季節のフルーツをたっぷり添えたレアチーズケーキ、日本茶なども人気です。樹齢400年以上の大テーブルで召し上がれます。

所 あきる野市乙津 1312
営 〈平日〉11:00～16:00〈土日祝〉11:00～17:00
休 冬季・梅雨時の水（要問合せ）
駐 6台　※臨時駐車場あり
問 042-596-4335



Organic Cafe koto-koto（オーガニック カフェ コト コト）

オリジナルの長岡式酵素玄米ご飯と、自家栽培の有機・無農薬野菜を使ったヴィーガン、グルテンフリーのランチ＆スイーツが楽しめるオーガニックカフェです。





所 日の出町平井 226-5
営 〈ランチタイム〉11:30～14:30（L.O.14:30）
〈ティータイム〉14:30～15:30（L.O.15:00）
休 日、月、水、他不定休
駐 3台
問 042-588-5920



カフェ せせらぎ

檜原村役場内にある、天然水のおいしいコーヒーの店です。銀座を中心に35年カフェを営んできたマスターが淹れる風味豊かなコーヒーは「檜原の水が隠し味」。自家製レアチーズケーキ、シナモントーストもおすすめです。



所 檜原村上元郷 467-1
営 9:00～17:00
休 年末年始
駐 檜原村役場駐車場
問 090-4667-1971

SHOP INFO

古民家カフェ 晴ノ舎 Harenoya（ハレノヤ）

登録有形文化財の古民家で、地元野菜と“檜原時間”を堪能できるカフェです。地元で採れた季節の野菜やハーブ、スパイスを使った、心と体にやさしいランチが味わえます。







所 檜原村人里 2032
営 12月～2月　11:00～15:00（L.O.14:00）
3月～11月　11:00～16:00（L.O.15:00）
休 3月～11月は月・火（その他変更あり）、
12月～2月は月・火・水（その他変更あり）
駐 9台
問 050-3700-6315

SHOP INFO

Bakery



パン工房 ダンデリオン

パン好き職人の夫婦が営む“小さい町の小さなパン屋さん”です。100パーセント沖縄多良間島産の本黒糖・黒蜜を使った食パン「黒糖」は定番、湯ごねした全粒粉生地による「こしあんロール」も人気です。

所 日の出町平井 2078-4
営 11:00～14:00（取り置きは19:00まで）
休 土、日、祝
駐 6台
問 050-1498-1662

Natty Willio（ナッティー ウィリオ）

裏路地にひっそりと構える、こだわりぎっしりのパン屋です。小麦粉から酵母まで素材にとことん向き合ったバゲットやクロワッサンなど、見ても食べてもワクワクする多彩なパンが楽しめます。

所 あきる野市五日市 1116-2
営 10:00～18:00
休 月、火、金
駐 4台
問 042-588-4600

SHOP INFO







森の風（もりのふう）

添加物・防腐剤不使用の地元食材と手づくりにこだわった“ぱん”が楽しめます。おすすめは、地元の舞茸を使った「舞茸ぱん」や舞茸入りの「ピザぱん」、檜原じゃがいもが入った「カレーぱん」。

所 檜原村下元郷 18
営 9:30～19:00ごろ
休 水、木
駐 3台
問 042-598-1685

SHOP INFO

旅のエチケット

秋川流域へお越しの方へ

秋川流域は東京都心から約１時間という利便性と、四季折々に表情を変える景色が人気で、毎年多くの観光客が訪れます。
今後もこの美しい自然環境を多くの方に楽しんでいただけるよう、お客様お一人おひとりにご配慮をお願いしております。



ひのじゃがくん



森っこサンちゃん



ひのでちゃん

個人の建物には立ち入らないで

住民の許可を得ず私有地や建物に不法侵入することはご遠慮ください。
過去には撮影のために自宅に立ち入られたなど、住民とのトラブルが発生しています。

路肩に車を止めないで

秋川流域は狭い道路が多く、すれ違いに困難な道もあります。
路上駐車は、路線バスをはじめ多くの車両の迷惑になるため、ご遠慮ください。

騒音には気をつけて

大声や音楽、騒音にはお気をつけください。近隣住民の迷惑になります。

ごみは持ち帰る

ごみは全てお持ち帰りいただき、いつまでも美しい秋川流域を守りましょう。

歴史・文化を学びマナーを守る

文化財に敬意を払い、ルールを守りましょう。忘れ物に気をつけましょう。

地域の暮らしと愛犬のためにマナーを守る

愛犬と地域の安心のためにリードは必ず着用し、糞は持ち帰りましょう。

週末の渋滞にご注意！

車でお越しの際は、秋川渓谷駐車場マップをご確認ください。
また、公共交通機関を利用するなど、渋滞緩和にご協力をお願いいたします。

秋川渓谷駐車場マップ

野生動物に気をつけて

動物よけの装備品を身につけましょう（クマ鈴、ホイッスル、ラジオなど）。
野生動物の糞や足跡を見たら引き返しましょう。
また、エサとなるものを放置しないでください。

救急医療電話相談（＃7119）について

急な病気やケガをしたときに、「救急車を呼んだほうがいいのか、今すぐ病院に行ったほうがいいのか」など迷った際は、看護師等から電話でアドバイスを受けられる、救急医療電話相談（＃7119）をご利用ください。

詳しくはこちら

LEAVE NO TRACE Japan

Leave No Trace とは、環境に対するインパクトを最小限にして、アウトドアを楽しむための環境倫理プログラムです。すべてのテクニックが、7つの原則を基にしており、誰にでもわかりやすく、楽しく実践することができます。世界 96 カ国のアウトドアレクリエーションにおける行動基準となっています。

詳しくはこちら

あきる野市



JR 武蔵五日市駅から秋川渓谷のシンボル、石舟橋を渡った先にある「秋川渓谷 瀬音の湯」までの約 1 時間 50 分のコースです。カフェで休憩しながらのんびり歩きましょう。

自然散策① 川沿いを歩く

五日市・戸倉
散策マップ





START

1 ▸JR 武蔵五日市駅

2 ▸フレア五日市

さまざまな人が集い、学び、憩う場所として地域の活性化を目的とした、秋川流域の活力と創造力を満たす学習の場です。市民や観光客が休憩のために気軽に立ち寄れる場所であり、観光・移住定住などの情報も提供する窓口やイベント会場などの活用もできる、誰もが親しみを感じられる「場」となるよう建設されました。



3 ▸秋川橋河川公園



秋川渓谷の大自然の中にあるバーベキュー施設です。広々とした河川敷でのバーベキューを楽しめます。

詳細▶31

4 ▸あゆみ橋



5 ▸小庄の桜並木



川沿いの遊歩道はソメイヨシノの並木道になっており、春には清流秋川と桜を同時に楽しむことができます。

6 ▸小和田橋



春は岸辺のケヤキの新緑、夏は夜空を飾る花火、秋は紅葉など、四季折々の風景を楽しむことができます。



7 ▸広徳寺

見学・拝観にあたっては、ルールとマナーを守りましょう。

A 立ち寄りカフェ

▸do-mo factory blan.co.





SHOP INFO

ケニアのスペシャルティコーヒーと、グルテンフリーの自家製バスクチーズケーキの「カフェ」で、店内にはブランコがあり、特別な時間をお過ごしください。



8 ▸佳月橋



佳月橋の上からは、大小さまざまな岩が立ち並ぶ岩瀬峡を一望することができます。



9 ▸沢戸橋

盆堀川と刈寄川が秋川へ合流する地点であり、この付近が秋川渓谷の山間部への入口となっています。

B 立ち寄りカフェ

▸野外テラス 水の音（黒茶屋）





岩瀬峡を眼下に望む野外テラス。四季の移ろいを眺めながら、自然と一体となってくつろげます。

※メニューは季節により変更する場合があります。画像はイメージです。

SHOP INFO

10 ▸戸倉交差点

11 ▸星竹橋



12 ▸十里木交差点

13 ▸石舟橋

「秋川渓谷 瀬音の湯」へと続く歩行者専用の吊り橋。長さ96mの橋から秋川の渓谷美を楽しむことができます。



C 立ち寄りカフェ

▸AKIGAWA BASE



SHOP INFO

秋川渓谷を拠点としたキッチンカー広場。観光やドライブ、川遊びなどのついでに寄ってみては。









GOAL

14 ▸秋川渓谷 瀬音の湯

温泉総選挙の「うる肌部門」で過去３度全国第１位を獲得しており、全国屈指の“美肌の湯”として親しまれています。温泉のほかに、レストランや地元の特産品・野菜の販売所を併設。また、無料の足湯も利用できます。

詳細▶29

あきる野市



都立小峰公園の周辺には、手軽にハイキングが楽しめるコースがあります。ここでは、JR 武蔵増戸駅を起点とした、「網代・弁天山コース」を紹介します。

自然散策② 里山を歩く（網代・弁天山コース）

五日市・増戸散策マップ

都立小峰公園周辺マップ





1 ▸ JR武蔵増戸駅



2 ▸ 弁天山登山口

弁天山登山口に立つ貴志嶋神社の鳥居。付近には小さな棚田があり、春は桜やミツバツツジ（ムラサキツツジ）などが咲き誇ります。



弁天山周辺の道標や案内板には管理番号があり、番号で現在地が把握できるようになっています。



3 ▸ 弁天山

弁天山の一帯は「網代弁天山公園」と呼ばれ、春は桜やミツバツツジ（ムラサキツツジ）などが咲き乱れ、秋は紅葉に彩られます。山頂からは秋留台地が一望でき、天候に恵まれると東京スカイツリー®や筑波山まで見渡せます。



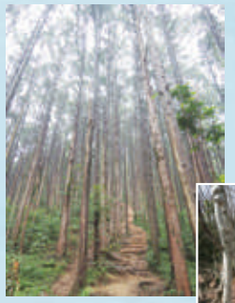
コース概要　距離：約 4.1km　所要時間：約 1 時間 50 分（休憩時間を除く）

START ① JR武蔵増戸駅 ……（約 2.3 km／約 35 分）…… ② 弁天山登山口 ……（約 0.6 km／約 20 分）…… ③ 弁天山 ……（約 0.2 km／約 20 分）…… ④ 城山（網代城跡） ……（約 0.5 km／約 20 分）…… ⑤ 城山登山口 ……（約 0.7 km／約 15 分）…… GOAL ⑥ 都立小峰公園

※時間は目安です。自分の体力に合わせて余裕をもった計画を立てましょう。









4 ▸ 城山（網代城跡）

標高 330 mとコース上最も高い城山は昔の網代城（山城）の跡で、今は広場となっている山頂はかつての本丸跡です。



5 ▸ 城山登山口

GOAL

6 ▸ 都立小峰公園（小峰ビジターセンター）

2 つの谷戸と 3 つの尾根からなる都立小峰公園（標高 206 m）。中央の“桜尾根”には百年にわたって地域に受け継がれてきた桜の大木が並びます。桜の見頃は 4 月上旬です。公園入口にあるビジターセンター（入館無料）では、ハイキングコースの案内のほか、秋川に棲む魚の水槽展示や季節の動植物の解説展示が見られます。







小峰ビジターセンターでは

田おこし・田植えから収穫・実食まで 1 年を通じて田んぼのお世話をする、米作り体験講座「谷戸田の稲作」のほか、ガイドウォークやクラフト体験を通じて季節の移ろいを体感する「里山季節めぐり」や、公園に暮らす生き物を楽しく調査する「里山の生きもの調査隊」など、たくさんの自然観察イベントを開催しています。



日の出町



別々のルートで日の出山頂上（標高 902m）を目指す、人気のハイキングコース 2 コースと、大自然とふれあえる「ひので野鳥の森自然公園」を巡るコースを紹介します。

自然散策③ 日の出山ハイキングコース

1 武蔵五日市駅

2 日の出山登山口

3 三ツ沢分岐

分岐を右（北）に進むと、つるつる温泉

4 新旧道分岐

5 顎掛岩

ヤマトタケルがあごをかけたとされる岩





6 クロモ岩

火山活動で形成された独特な地形の自然岩

平井川源流の碑（新道）

新道上に立つ、平井川源流の記念碑





7・5 日の出山山頂





大都会の展望台。 絶景の眺望も楽しむ



光と闇が柔らかに混ざり合う夜明け前

自然散策④ 白岩の滝ハイキングコース

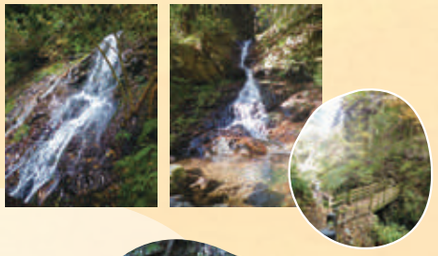
1 武蔵五日市駅

2 白岩の滝入口

3 白岩の滝

遊歩道の入口から 5 分ほどの所にある一連の滝で、末広がりの滝、岩肌を滑る滝、落差 15 mの“直瀑”があります。この直瀑は隠れたパワースポットとしても知られています。





イワタバコ

白岩の滝入口から遊歩道を少し進むと沢の対岸が岩場となっている場所があり、その一面にイワタバコという植物が自生しています。例年 6 ～ 8 月にかけて星形の花を咲かせます。



4 麻生山

白岩の滝コースから麻生山に登ると、日の出山とは違った魅力的な眺望が見られます。標高は日の出山より少し低く 794 mです。



日の出山ハイキングコース

コース概要　歩行距離：約2.8㎞　所要時間：往復約２時間20分（バス移動・休憩時間を除く）

※コースは旧道を選択した場合の往復ルートです。

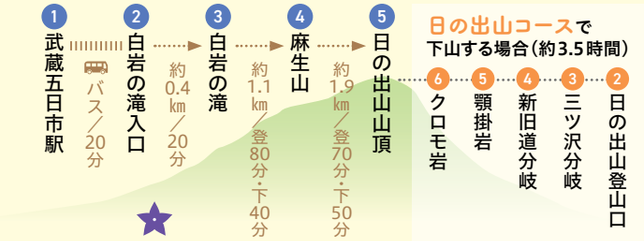


旧道を選んで登り、顎掛岩やクロモ岩を経て山頂へ。関東平野や丹沢山系の絶景が楽しめます。

日の出山コース紹介

白岩の滝ハイキングコース

コース概要　歩行距離：約3.4㎞　所要時間：往復約 4 時間 20 分（バス移動・休憩時間を除く）



白岩の滝を巡り渓谷沿いを進むコースです。連瀑や絶景を楽しみながら、山頂で日の出山コースに合流します。

白岩の滝コース紹介

日の出町



自然散策⑤ 野鳥の森コース（ひので野鳥の森自然公園）

ひので野鳥の森自然公園は、日の出町東部の平井・川北地区に位置する面積約 97ha の里山です。関東山地の東縁部に連なる緑地が広がり、周辺には日の出山荘などの観光名所や大規模商業施設も点在しています。観光ネットワークの拠点として期待されています。

野鳥の森
コース紹介



▸ 景観ポイントの眺望（高尾山方面）







檜原村



自然散策⑥ 三頭大滝（みとう）コース（檜原都民の森）

檜原都民の森
ホームページ









1 ▸ 森林館

研修棟と展示棟の 2 棟にわかれていて、展示棟では美しい映像と写真パネルで森の様子や森に生息する動植物を紹介しています。休憩室、レストランもあります。



木工体験

▸ 檜原都民の森 木材工芸センター



定期開催の木工教室のほか、当日参加可能な自由教室が実施されています。キーホルダーや手型抜きなどの木工が楽しめます。



森林館内レストラン

▸ 都民の森レストラン とちの実

標高 1,043m 地点にある“東京でお空にいちばん近いレストラン”です。都民の森の中にあります。



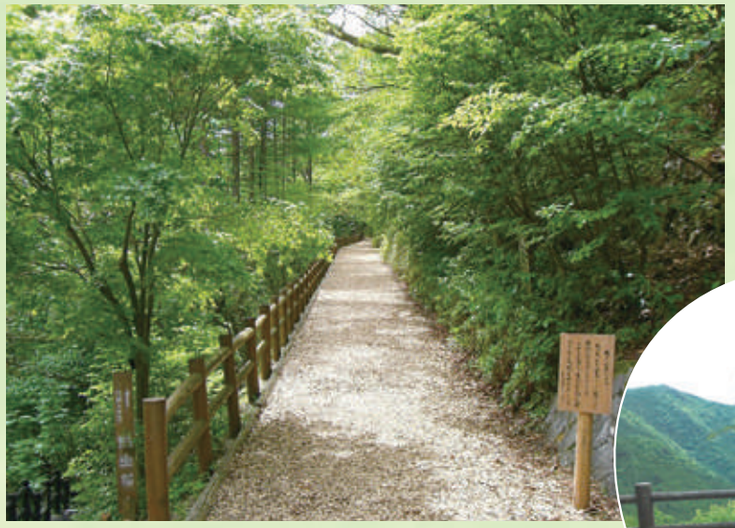


コース概要　距離：約 1㎞　所要時間：往復約 1 時間（片道約 20 分）

1 森林館 → 2 大滝の路入口 → 3 展望広場 → 4 三頭大滝

都内初の“森林セラピーロード”である「大滝の路」全長約 1㎞を歩くコースです。都民の森の中で一番勾配が少ない山路なので、お年寄りやお子様連れの方にも安心です。





2 ▸ 大滝の路入口（みち）

ウッドチップ敷きの山路はとても歩きやすいと評判。たまに行われるチップ補充の直後に歩くと、路上に漂う木の香に癒やされます。



3 ▸ 展望広場

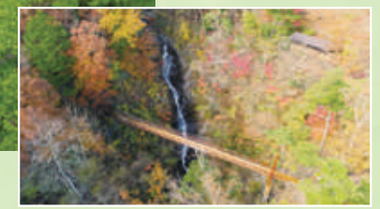
歩いて 5 分の所に眺望の良い所があります。晴れた日には山々の間に都心部が見られます。

4 ▸ 三頭大滝

秋川水系の代表的名瀑「三頭大滝」。落差 35m は檜原村で見られる滝の中でも最大級。季節ごとに全く異なる表情を見せ、中でも厳冬の姿の“氷瀑”は有名です。滝見橋から見ることができます。







檜原村



自然散策⑦ 臼杵山（うすぎさん）コース

臼杵山
コース紹介



1 荷田子（にたご）バス停

荷田子峠までは上り坂が続きます。
所々に細い道や急な勾配があるので
要注意！

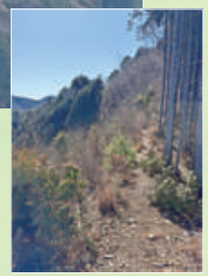


2 荷田子峠









3 グミ尾根

市街地を一望できるビュースポット！尾根の途中に小さな石社「茱萸御前（ぐみ）」があることから名づけられた“グミ尾根”を登って山頂へ。

コース概要　距離：約 5.9km　所要時間：約 3 時間 20 分（休憩時間を除く）



何カ所か急坂や悪路がありますが、全体的には歩きやすい、初心者向けのコースです。高低差 769m、水平移動距離 5.9kmとやや短めですが、油断せずにしっかりとした服装で楽しみましょう。

4 臼杵山

標高 842.1 mの山頂からは、眼下に五日市の、遠くに埼玉や東京の町並みを眺められます。







5 臼杵神社

山頂付近にある、農業・養蚕の守護神です。応永 4（1397）年に坂本兵庫佐繁宗によって機立（柏木野地区）に建てられましたが、悪夢のお告げにより永禄 3（1560）年に現在地へ移されたと伝わります。現在も毎年 5 月 5 日に祭事が行われ、地区の役員で管理されています。





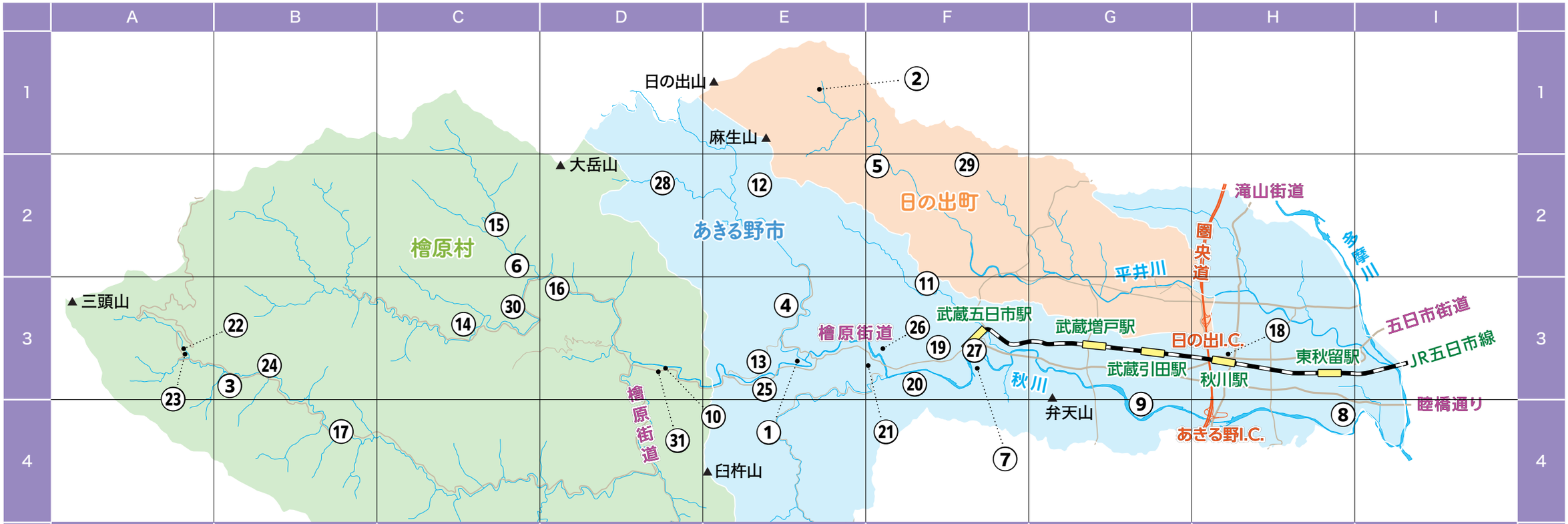
涼しい沢道

6 元郷（もとごう）バス停



アウトドアを満喫！

秋川流域 体験マップ



温泉紹介（▶29ページ）

E-3	①	あきる野市	秋川渓谷 瀬音の湯	あきる野市乙津 565
E-1	②	日の出町	生涯青春の湯・ひので三ツ沢 つるつる温泉	日の出町大久野 4718
B-3	③	檜原村	檜原温泉センター 数馬の湯	檜原村数馬 2430

釣り体験（▶30 ページ）

E-3	④	あきる野市	秋川国際マス釣場	あきる野市養沢 1311
F-2	⑤	日の出町	さかな園	日の出町大久野 3882
C-2	⑥	檜原村	檜原村神戸国際マス釣場	檜原村神戸 3387

バーベキュー場（▶31-32 ページ）

F-3	⑦	あきる野市	秋川橋河川公園 バーベキューランド	あきる野市留原 813
H-4	⑧	あきる野市	秋川ふれあいランド	あきる野市小川 1343-101
G-4	⑨	あきる野市	リバーサイドパーク 一の谷	あきる野市引田 776
D-3	⑩	檜原村	バーベキュー場 谷合	檜原村上元郷 395




キャンプ場（▶31-32 ページ）

F-3	⑪	あきる野市	自然人村	あきる野市深沢 198
E-2	⑫	あきる野市	WOODLAND BOTHY	あきる野市養沢 684
E-3	⑬	あきる野市	秋川渓谷 Otsu Nature Garden	あきる野市乙津 1293
C-3	⑭	檜原村	奥秋川ビレッジ	檜原村樋里 8902-1
C-2	⑮	檜原村	ロッヂ神戸岩	檜原村神戸 8034-2
D-3	⑯	檜原村	FUREAI GLAMPING & BBQ	檜原村三都郷 3186
B-4	⑰	檜原村	たなごころ Village	檜原村人里 2100-1

宿泊施設（▶33 ページ）

H-3	⑱	あきる野市	東横 INN 東京秋川駅北口	あきる野市秋川 1-1-7
F-3	⑲	あきる野市	油屋旅館	あきる野市五日市 857
E-3	①	あきる野市	秋川渓谷 瀬音の湯 宿泊コテージ	あきる野市乙津 565
F-3	⑳	あきる野市	秋川渓谷リバーティオ	あきる野市小和田 464-1
F-3	㉑	あきる野市	戸倉しろやまテラス	あきる野市戸倉 325
A-3	㉒	檜原村	兜家旅館	檜原村数馬 2612
A-3	㉓	檜原村	観光旅館 三頭山荘	檜原村数馬 2603
B-3	㉔	檜原村	民宿 かんづくり荘	檜原村数馬 2411

体験紹介（▶35-36 ページ）

E-3	㉕	あきる野市	紙すき体験（あきる野ふるさと工房）	あきる野市乙津 671
F-3	㉖	あきる野市	マイクロブタカフェ（pignic farm & cafe あきる野店）	あきる野市戸倉 833-1
F-3	㉗	あきる野市	レンタサイクル&チェアリング（東京裏山ベース）	あきる野市舘谷 219-7
F-3	㉑	あきる野市	戸倉しろやまテラス	あきる野市戸倉 325
D-2	㉘	あきる野市	大岳鍾乳洞	あきる野市養沢 1587
F-2	㉙	日の出町	忍者体験（東京日の出 武家屋敷）	日の出町大久野 5107
F-2	㉙	日の出町	陶芸教室（日の出陶房）	日の出町大久野 5107
C-3	㉚	檜原村	檜原 森のおもちゃ美術館	檜原村小沢 3783
D-3	㉛	檜原村	「森の学校」体験教室（檜原村地域交流センター）	檜原村上元郷 403

釣りやキャンプといったアウトドアだけでなく、地元の人たちから学ぶ紙すきやそば打ちなど多様な文化体験もできる秋川流域。都心からのアクセスも良く、また宿泊施設も充実しているので、日帰りではもちろん、泊まりがけでも楽しめます。




温泉紹介

\ SPA! /



あきる野市 秋川渓谷 瀬音の湯



秩父多摩甲斐国立公園の深い緑の中で秋川と養沢川という２つの清流に囲まれた地点にある天然温泉です。新緑や紅葉といった、渓谷の四季折々の表情が楽しめるほか、地下 1,500m から湧出する温泉は pH10.01 を誇り、温泉総選挙では「うる肌部門」で過去３度全国第１位を獲得するなど、全国屈指の“美肌の湯”として親しまれています。

温泉のほかにも、地元食材を使用した料理を堪能できるレストランや地元の特産品・地元野菜が集まる物産販売所、宿泊しながらゆっくり温泉と周辺の観光を楽しめるコテージ、無料の足湯もあります。

所 あきる野市乙津565　問 042-595-2614



日の出町 生涯青春の湯・ひので三ツ沢つるつる温泉

アルカリ性のつるつるした感触の湯であることから「つるつる温泉」と名づけられた天然温泉です。食事のみの利用も可能で、温泉オリジナルメニューをはじめ、定番の釜めし、そばなど、メニューも豊富です。

所 日の出町大久野 4718
問 042-597-1126









檜原村 檜原温泉センター 数馬の湯

地元の人からも愛されている、アルカリ性単純温泉の日帰り温泉施設です。食事だけでも利用できるレストランのほか、川遊びなどが楽しめる温泉利用者限定の広場もあります。

所 檜原村数馬2430　問 042-598-6789





数馬の湯 森のレストラン

檜原自慢の「舞茸」を使った地のものをはじめ、麺類、ご飯もの、デザート、おつまみと、多彩なメニューがそろっています。入浴後の休憩はもちろん、ドライブやツーリング途中の食事休憩でも利用できます。



数馬の湯 川遊び広場

「数馬の湯」の利用者だけが利用できる屋外施設です。秋川のせせらぎで、川遊びやバーベキューなどを楽しめます。１日１組の利用なので、気兼ねなくゆったりと過ごせます。



釣り体験

\ FISHING! /



あきる野市 秋川国際マス釣場



所 あきる野市養沢1311　問 042-596-0568

秋川鮎

秋川の鮎は、江戸時代には将軍家御用達として代官所の役人が形の良い鮎だけを千匹ほど選んで江戸へ送らせたとも言われています。秋川での釣りシーズンは６月から９月ごろまでです。



秋川の鮎は、令和7年9月に高知県で開催された「清流利き鮎会」に全国57河川から集められた2,290匹の中で、4度目の準グランプリを獲得しました。

日の出町 さかな園

清流平井川沿いに広がる自然休養村「さかな園」には釣り堀やバーベキューハウスなどがあり、渓流釣りやつかみ取りした魚も、釣ったニジマスもその場で焼いて食べることができます。日帰りでアウトドアを満喫できる人気スポットです。

所 日の出町大久野3882
問 042-597-4911





檜原村 神戸国際マス釣場



渓流釣り初心者でも安心して楽しめる釣り場です。清流北秋川の支流・神戸川で育った魚は味の良さで定評があり、併設のバーベキューハウスで、その場で釣った魚を味わえるのも醍醐味です。





所 檜原村神戸3387　問 042-598-0132

バーベキュー場

秋川橋河川公園 バーベキューランド

あきる野市



広々とした河川敷で、秋川の大自然を身近に感じながらゆったりとした時間を過ごせます。炊事場・トイレ等も完備されているので、バーベキュー初心者からグループまで安心して楽しめます。JR 武蔵五日市駅から徒歩約 5 分と、日帰りで気軽に利用できるのも魅力です。

所 あきる野市留原 813　問 042-596-5122

リバーサイドパークーの谷

あきる野市



圏央道あきる野 I.C. から程近い、秋川のほとりに広がる開放感あふれるアウトドアスポットです。川のせせらぎを BGM に、春は新緑、夏は川遊び、秋は紅葉、冬は澄んだ空気と静かな景色と、訪れるたびに違った表情を楽しめます。

所 あきる野市引田 776　問 042-550-3789

秋川ふれあいランド

あきる野市

東秋川橋のたもとに広がるバーベキュー場は、四季折々の景色を楽しみながら、手軽に本格的なバーベキューができると人気です。都会の喧騒を離れ、ゆったりとした時間を過ごせます。



所 あきる野市小川 1343-101　問 042-550-4989

左記 3 BBQ場 共通事項

調理機材 全てレンタル　食材 持ち込み　駐車場完備

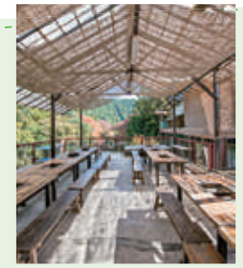
注意
- 調理道具類は全てレンタル品を使用し、川で洗わずに返却（環境保護の観点から）

禁止
- バーベキュー用具類、燃料の持ち込み
- 指定集積場所以外へのごみ捨て
- 営業時間外のバーベキューおよびキャンプ等
- 開園前の路上駐車・アイドリング等（近隣住民の迷惑および道路交通の支障となるため）

バーベキュー場 谷合

檜原村

檜原村の四季を感じながらバーベキュー場で、100 人収容可能な屋根付きスペースでのんびりしたり、夏は眼下の川で泳いだりと、好みに応じて過ごせます。谷合を彩る紅葉を眺めながら楽しむ秋のバーベキューもおすすめ。ペットも OK です。



所 檜原村上元郷 395
問 042-598-0017

奥秋川ビレッジ



屋根付きバーベキューハウスは夜 10 時まで利用できるので、仲間たちとしみじみとしたひとときを過ごせます。
※入浴設備は温水シャワー　※ペット要相談

所 檜原村樋里 8902-1　問 090-6188-4578

ロッヂ神戸岩（かのといわ）

檜原村



ロッヂやキャビン、バンガロー、山荘、テントサイト、バーベキュースペースなど、さまざまな施設がそろっているので、楽しみ方もさまざま。

所 檜原村神戸 8034-2　問 042-598-1029

キャンプ場

自然人村

あきる野市



ホテルライクなタイニー・ハウスやキャビン、プライベート・アウトドアサウナ、バーベキュー、キャンプなど、さまざまなコンテンツが備わっています。

所 あきる野市深沢 198
問 070-3985-4878

WOODLAND BOTHY

あきる野市



1 日 1 組限定の “ グランピング・オーベルジュ ” です。専属シェフ付きのテント型ヴィラで、優雅で贅沢なアウトドア体験が満喫できます。
※利用は要予約

所 あきる野市養沢 684
問 042-596-6645
info@glature.jp

秋川渓谷 Otsu Nature Garden

あきる野市



秋川の源流にあるゲストハウス&オートキャンプ場です。シャワーと更衣室もあるので、日帰りでの川遊びも可能です。ワッフルカフェ ゆずの木ガーデンも併設されています。

所 あきる野市乙津 1293
問 090-8508-1293
guest_contact@inacamp.jp

FUREAI GLAMPING & BBQ

檜原村



テントサイトと、いま話題のグランピングも楽しめるキャンプ場です。ベルテントやジャグジーなどを備え、アウトドア初心者にも大人気。

所 檜原村三都郷 3186
問 予約方法 :Web のみ
https://fureaihiroba.tokyo/

たなごころ Village

檜原村



宿泊施設（貸しコテージ）内のバーベキュースペースは本格的なピザ窯付き。隣接の「まい酵母パンと PIZZA たなごころ」でピザ生地を購入すれば、ひと味ちがうバーベキューが楽しめます。
※バーベキュースペースの利用は宿泊者限定

所 檜原村人里2100-1　問 042-598-6307

まい酵母パンとPIZZA たなごころ

オーガニックによる国産小麦と自家製酵母で作ったパンは、もっちりとした食感と噛むほどに広がる小麦のいい香りが特徴です。薪を使って石窯で焼くピザ、パスタなど、ランチメニューも充実。



宿泊施設

あきる野市 東横INN 東京秋川駅北口




JR 秋川駅北口すぐ。ホテル目の前のバス停からサマーランドバス停まで 15 分、秋川渓谷の入口・武蔵五日市駅まで電車で 9 分と、レジャーにもおすすめです。

所 あきる野市秋川 1-1-7　問 042-510-1045

あきる野市 油屋旅館




明治 45 年創業の古民家風老舗旅館で、居心地の良さと地元食材にこだわった料理で、さまざまな客層から支持されています。近くには古木の小森や古社の参道、清流の渓谷など、心癒やされるスポットがあります。

所 あきる野市五日市 857　問 042-596-0058

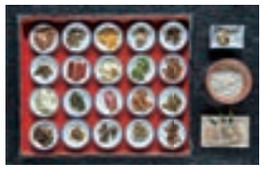
あきる野市 秋川渓谷リバーティオ




あきる野市で 60 年以上続く精肉店が運営する、白壁・木造の欧風コテージです。全 10 棟に浴室、トイレ、洗面所、キッチンが完備され、別荘のような感覚で利用できます。価格、味、ボリュームともに納得のいくバーベキューセットも魅力。

所 あきる野市小和田 464-1　問 042-596-5101

檜原村 観光旅館 三頭山荘

500 年の歴史を伝える「富士系四層カブト造り」※の宿です。地元で採れた贅沢な山菜料理が味わえるほか、都会の喧騒を忘れ静寂な時間を過ごせます。※兜形の屋根と釘をほとんど使わず木を組み合わせた 4 階建て構造

所 檜原村数馬 2603
問 042-598-6138（予約は電話のみの対応）

あきる野市 秋川渓谷 瀬音の湯 宿泊コテージ




平屋建てバリアフリー設計の「デラックス」と 2 階建ての「メゾネット」の 2 タイプから選べます。デラックスタイプ（2 棟）は各スペースが広く段差も無いので、車椅子の方も安心して滞在でき、また階段を使わずに温泉を行き来できます。メゾネットタイプ（8 棟）は 2 階建てのコテージで、2 棟利用の場合はコネクティングドアを開放して繋げることで家族や仲間同士での宿泊がより楽しくなります。

所 あきる野市乙津 565　問 042-595-2614

あきる野市 戸倉しろやまテラス



企業や教育機関等の研修団体を対象とした「宿泊できる学校」で、2 段ベッドの洋室と 24 畳敷きの和室があります。施設柄、宿泊で使ったリネン・シーツ類や寝具、食事の後片付けなどはセルフサービスで。

所 あきる野市戸倉 325
問 042-595-1234（予約 10:00 ～ 17:00、火曜定休）

檜原村 兜家旅館




木造 4 階建て茅葺き屋根を持つ「東京で見られる合掌造り」の旅宿です。渓谷を眺めながら展望カフェでくつろいだり、地元の山菜や本物の猪肉を使った猪鍋などのコース料理が味わえます。
※カフェ・食事は完全予約制

所 檜原村数馬 2612　問 042-598-6136

檜原村 民宿 かんづくり荘




檜原村数馬の里にある築約 300 年の兜造りの民宿です。鳥のさえずり、虫の声、せせらぎを聞きながら、ゆっくりと檜風呂に浸かれます。
※食事のみの利用も可（11:30 ～ 15:30）

所 檜原村数馬 2411　問 042-598-6063



アウトドアを楽しもう！

でもちょっと待って！

秋川流域にはバーベキュー、キャンプ、川遊びなど、アウトドアを楽しむ施設やスポットが盛りだくさん。自分に合った楽しみ方ができます。そんなアウトドア・ライフを満喫するにあたって、守っていただきたいルールがあります。

rule 1 川を汚さない

美しい自然やおいしい魚は、川がきれいであってこそ。川や生き物に悪影響を与える行為は絶対にしないこと。

rule 2 ごみは持ち帰ろう

次に利用する人も気持ち良く使えるよう、ごみの置き去りや投げ捨ては絶対にしない。ごみの処理は施設のルールに従うこと。

rule 3 火の始末をきちんとする

山火事を防ぐため、寝る前などには入念に火の後始末をすること。環境保全の観点から、直火は絶対にしないこと。

rule 4 自然の音を感じよう

音楽やラジオ、話し声の音量に注意すること（特に夜と早朝）。都会では味わえない川のせせらぎや風の音を楽しみましょう。

rule 5 動物にエサをあげない

野生動物にエサを与えると自然の中で生きる力が弱まったり、人に慣れて危害が及ぶ恐れがあるので、エサは与えないこと。

rule 6 植物を大切に

花や山菜などの無断採取は犯罪となる場合があるので、絶対にしないこと。

河川を利用されるみなさまへ

ライフジャケット、ウォーターシューズを着用しよう



ライフジャケットは「川のシートベルト」です。万が一流されてもおぼれる危険性を減らすことができます。また、河川敷では安全のため、ウォーターシューズを履きましょう。

大人と一緒に行こう



川は急に深くなる箇所があります。小さい子どもが川遊びするときは、保護者や大人と一緒に行動しましょう。

天気に気をつけよう



天候が急変した場合は、局地的な大雨などにより急激に水嵩が増すことがありますので、速やかに川から離れてください。

体験紹介



あきる野市

レンタサイクル（東京裏山ベース）

秋川渓谷のあちこちにある観光スポットを巡るのに適した、体力に関わらず自由度の高い観光ができる電動アシストレンタサイクルのサービスです。

あきる野市

東京裏山ベース

レンタサイクルや各種グッズのレンタル、荷物預かり、シャワー、ツアー拠点、テイクアウトもできるカフェなどさまざまな機能を備えた秋川渓谷の観光拠点施設です。

所 あきる野市舘谷219-7
問 050-1417-6751（店頭）
info@ura-yama.com



あきる野市

チェアリング（東京裏山ベース）

秋川渓谷の清流の空気感を手軽に満喫できる一番手軽なアクティビティ。「何もしない贅沢」を楽しめます。



あきる野市

マイクロブタカフェ（pignic farm & cafe あきる野店）

豊かな木々に囲まれた山のふもとで牧場体験ができるほか、もともと別荘だった建物を改装した木造ロッジ風のカフェで、マイクロブタとふれあえます。

所 あきる野市戸倉833-1
問 042-588-4654



あきる野市

紙すき体験（あきる野ふるさと工房）

都内で唯一の手すき和紙として東京都指定無形文化財に指定されている「簀桁紙」の紙すき体験が楽しめます。

所 あきる野市乙津671
問 042-596-6000



あきる野市

戸倉しろやまテラス

学校に宿泊して「農業体験」できる人気のプログラムをはじめ、「自然体験」「火打ち石と河原観察」「坐禅と講話」などの体験学習・研修プログラムを、戸倉地域の住民がスタッフとなってサポートしてもらえます。

所 あきる野市戸倉325
問 042-595-1234



あきる野市

大岳鍾乳洞

東京都天然記念物指定の鍾乳洞です。全長約300m、所要時間20～30分。洞内は電灯完備ですが、外とはまるで別世界の入り組んだ空間はヘルメットをかぶって探検気分が楽しめます。

所 あきる野市養沢1587
問 042-596-4201



日の出町

陶芸教室 日の出陶房

コーヒーカップや茶わん、人形など、自分の作りたいものに自由に挑戦できる陶房です。

所 日の出町大久野5107
問 042-597-4223



日の出町

東京日の出 武家屋敷忍者体験

明治 14 年建築の古民家で、忍者体験、お姫様体験、茶道体験が楽しめます。宿泊、バーベキューもできます。

所 日の出町大久野 5107
営 10:00 ～ 17:00
休 年末年始
問 070-9113-2780
※体験はいずれも完全予約制



檜原村

「森の学校」体験教室

地元の人たちが「先生」の体験教室です。そば、うどん、パン、みそ、こんにゃくなどの製作を通して、檜原村の住民との交流が楽しめます。手づくりしたものは持ち帰ることができます。

所 檜原村上元郷 403
問 042-598-0069（9:00～16:30）



檜原村

ミュージアムカフェ「さとやま食堂」

森のおもちゃ美術館 2 階の食堂（無料入館ゾーン）では、檜原村の特産品を使った食事やカフェメニューを、大きな窓から見える景色と一緒に楽しめます。

※詳しいメニューはInstagramで確認を

檜原村

檜原 森のおもちゃ美術館

「総面積の 93%が森林」という檜原村の豊かな森の恵みを生かした体験型美術館です。村で育った木材をふんだんに使った木造 2 階建ての館内は、檜原の魅力を伝える木のおもちゃとあそびであふれています。

所 檜原村小沢3783
問 042-588-4044

イベントカレンダー
Event Calendar

1月～2月上旬

檜原村
払沢の滝 冬まつり

12月から3月までの厳寒期には幻想的な氷瀑が見られることでも有名な払沢の滝。そんな檜原村の冬の魅力をより多くの人に楽んでもらおうと開催されているお祭りです。その年で払沢の滝が最も氷結する最初の日を予想する「氷瀑クイズ」も行われています。



3月下旬～4月上旬の土曜日

日の出町
ひので 桜まつり

3月下旬～4月上旬に桜のライトアップが行われ、期間中のいずれかの土曜日には、満開の桜や地元特産品、伝統芸能、家族向けパフォーマンスを楽しめる「ひので桜まつり」が開催されます。





7月下旬の土曜日

日の出町
ひので 夏まつり

郷土芸能や出店が会場を賑やかせ、フィナーレには花火が打ち上がる、日の出町最大のイベントです。





8月の第1土曜日

あきる野市
あきる野 夏まつり



あきる野の夏の風物詩である「あきる野夏まつり」は、駅前大通りが模擬店で賑わい、鼓笛隊、和太鼓、ソーラン、流し踊り、お囃子、お神輿が観客を魅了します。秋留野広場のステージでは、ダンスや音楽演奏などが行われ、お祭りを盛り上げます。

9月8日・9日

あきる野市
二宮神社 しょうが祭り

二宮周辺で採れた葉付き生姜を秋の例大祭にお供えしていたことから、いつの間にか「二宮神社の生姜を食べると風邪をひかない」などと言われるようになったとされています。露店が並ぶ女坂には、葉付き生姜の束を山積みにした「ショウガ市」が立ち、賑わいます。



8月中旬の土曜日

檜原村
払沢の滝 ふるさと夏まつり

“日本の滝百選”にも選ばれている「払沢の滝」の夏まつりです。地元の特産品販売をはじめ、郷土芸能や名物の檜原太鼓なども披露されます。夕暮れ時にはライトアップされた払沢の滝が幻想的な空間を創出し、夜は花火が打ち上げられます。



9月中旬

あきる野市
正一位岩走神社 例大祭

寛政6(1794)年に正一位の神階が許されたのを祝して始められ、現在も住民たちに受け継がれているお祭りです。当日は、五日市街道を神輿13基と山車6台が練り歩き、祭り半纏を着た老若男女の威勢のよい掛け声が響きます。万灯が立ち並ぶ街道沿いは、多くの人で賑わいます。



8月の最終土曜日

あきる野市
ヨルイチ



かつて街道の宿場町として栄えた五日市の「市」を再現するイベントです。赤い布灯りや人力車、子どもたちによるきつねのちょうちん行列で彩られる街道沿いには出店が並び、和装・浴衣の売り子たちが自慢の商品を披露します。夏の終わりの一夜、ノスタルジックな雰囲気が楽しめます。

9月28日～30日

※28日は神事のみ

あきる野市
阿伎留神社 例大祭



全国でも珍しい百貫(約375kg)を超える六角神輿が町内を練り歩く迫力あるお祭りです。祭りの間、露店が立ち並ぶ檜原街道沿いは多くの見物客で賑わいます。神輿渡御の安全と無事を願って五日市入野の獅子舞も奉納されます。



開花情報


桜：人里バス停


アジサイ：南沢あじさい山


バラ：都立秋留台公園


紅葉：秋川渓谷 瀬音の湯