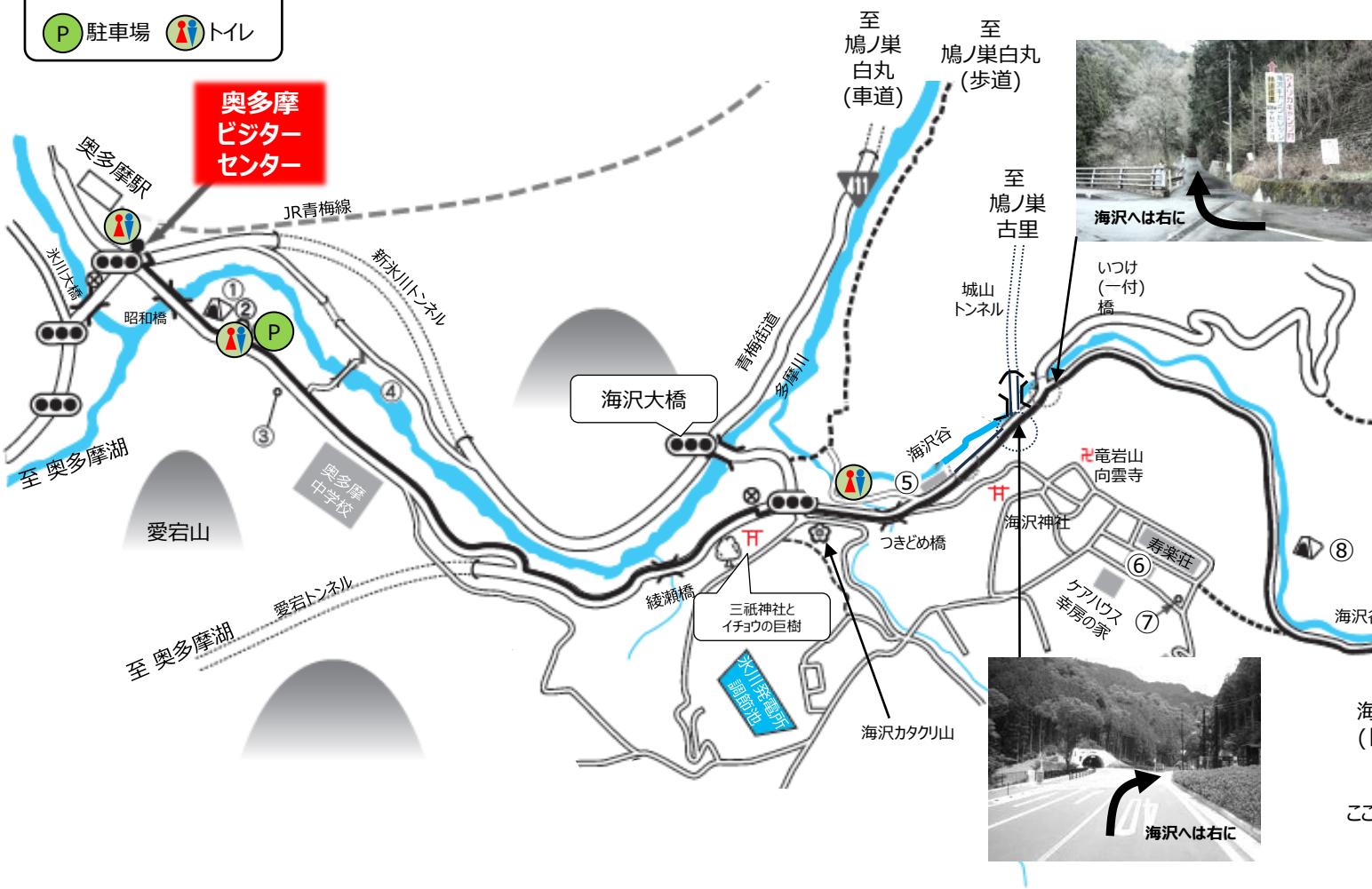


凡例

 駐車場  トイレ

奥多摩
ビジター
センター



- ⑥ おくたま海沢ふれあい農園：0428-85-8685
体験型農園。季節や畑の作物に合わせたイベントを企画。
- ⑦ カフェレストラン SAKA：0428-85-8155
近隣で採れた野菜などを使った洋食の他、デザートも食べられる。
- ⑧ アメリカキャンプ村：0428-83-2724
ログハウス、ツリーハウス、BBQ、釣堀アスレチック、炊事場、シャワーなど。
- ⑨ アメリカキャンプ村別館：0428-83-2100
テントサイトは別館のみ。

★ 周辺情報 ★

詳細は各施設に直接お問い合わせください。

★ 周辺情報 ★

詳細は各施設に直接お問い合わせください。

- ① 氷川キャンプ場：0428-83-2134
テントサイト、ロッジ、バンガロー、BBQ場
炊事場、シャワー、売店など。宿泊は要予約。
- ② カフェアラ：090-3518-2516
野菜カレーやケーキ。キャンプ用品のレンタルあり。
- ③ 山城屋：0428-83-2368
生ワサビやワサビ加工品を販売。
- ④ 奥多摩温泉もえぎの湯：0428-82-7770
入浴の他、食事も可能、お土産コーナーあり。
- ⑤ 牧野養魚場：0428-83-3200
ヤマメなどBBQ用の川魚を販売。

うなざわ

海沢三滝コース

奥多摩ビジターセンター～海沢谷園地

距離：約5.5km、標高差：約220m
歩行時間：約2時間(休憩時間含まず) 計画に余裕を持ってでかけましょう。

東京都 奥多摩ビジターセンター

開館時間：9:00～16:30
休館日：月曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始
住所：〒198-0212 東京都西多摩郡奥多摩町氷川171-1
電話：0428-83-2037
URL：<https://www.ces-net.jp/okutamavc/>

指定管理者：(株) 自然教育研究センター (略称：CES)

2026年8月16日発行



海沢谷園地

三滝めぐりへ(裏面)

海沢三滝コース

海沢谷園地～三滝めぐり
(三ツ釜の滝・ネジレの滝・大滝)

●標高差：約150m ●所要時間：往復約1時間30分

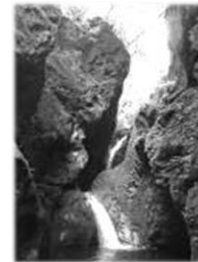
① 三ツ釜の滝

三段に落ちる落差18.3mの滝。
三ツ釜の“釜”とは滝壺のことで、
ルート上から深い滝壺を見下ろす
ことができます。



② ネジレの滝

“く”の字形をした落差10.8mの滝。
上下段の滝がねじれていることから
この名前が付けました。



③ 大滝



■ 指導標
| 数字は管理番号標No.



トイレ

凡例

海沢谷園地
(標高約550m)

砂防えん堤を越える



東屋

道が不明瞭
(左方向へ迷い込み
やすい)

滑りやすい
岩場

急な鉄製階段
急な木製階段

急坂

①三ツ釜の
滝

急な鉄製階段

②ネジレの
滝

③大滝

岩を乗り越える

※冬季は凍結し滑りやすくなるため足
元に注意。ネジレの滝は滝名標より奥
に進むと良く見えます。

補助ロープ
設置箇所

※補助ロープのため、体重をかけると
切れてしまう恐れがあります。ご注意
ください。

コース
最高地点
(標高約700m)

岩のよじ登り

一枚岩を乗り越える
道が不明瞭

※冬季は凍結し滑りやすくなるため足元に注意。

至 大岳山(悪路、
バリエーションルート)

●散策時のお願い

- ・ゴミは捨てずに持ち帰りましょう。
- ・動植物採取はやめましょう。
- ・トイレなどの公衆施設はきれいに使いましょう。
- ・ツキノワグマと出会う可能性があります。
クマ鈴などで対策をしましょう。

※等高線などの地図情報は目安です。正確な情報は
国土地理院発行の地形図等を参照ください。

0m 50m 100m