

南アルプスの峰々へ あなたを誘う

富士川と天竜川に挟まれた山塊、南アルプス。
何万年もの果てしない時をかけて隆起した山々は
南アルプス市が擁する北部山城を中心に3,000m級の峰々が連なる。
可憐な高山植物、長大な尾根道、開けた大展望…と
岳人の心を揺さぶる魅力にあふれている。



や し ゃ じんとうげ
夜叉神峠 標高 1770m ■難易度 ★☆☆☆
南アルプス一大絵巻を望む。



ルートもわかりやすく、1時間程で登れる人気のハイキングコース。新緑の5月と紅葉の10月中旬から下旬の時期が特におすすめです。白根三山の大展望に出会える絶好のビュースポットとして知られ、多くのハイカーが訪れます。

MINAMI-ALPS Trekking Guide 南アルプス北部・櫛形山エリア

きた だけ
北岳 標高 3193m 【日本百名山】
南アルプスの人気ナンバー1。 ■難易度 ★★★★★



富士山に次ぐ日本第2位の高峰で、古くから多くの登山者に親しまれています。白根三山の一番北に位置し、高山植物が咲き乱れるお花畑、北岳バットレスのダイナミックな展望、雪渓や樹林帯といった変化に富んだコースが人気の理由になっています。

あい の だけ
間ノ岳 標高 3190m 【日本百名山】
大きな稜線を爽快に歩く。 ■難易度 ★★★★★



日本第3位の高峰で、白根三山の中央に位置し、山頂、山稜ともに広大で、東面のカールや二重山稜では地球の変動を感じられます。主稜は展望も素晴らしく、爽快な稜線歩きが楽しめます。また、北岳とは違う植生も楽しめます。山頂は静岡県との県境であり、大井川の源流を擁しています。

のうとり だけ
農鳥岳 標高 3026m 【山梨百名山】
縦走の絶景が胸を打つ。 ■難易度 ★★★★★

白根三山の一番南に位置する山。6月下旬、山頂の東面に白鳥のような雪型が現われ、農事暦の日安とされたのがこの山名の由来です。東面に胸壁を押し立てて主稜がよじられた、複雑な地形をしています。山頂は東西二峰に分かれ、南アルプスの山々が一望できます。



せんじょう が たけ
仙丈ヶ岳 標高 3033m 【日本百名山】
南アルプスの女王。 ■難易度 ★★★★★



甲斐駒ヶ岳と対照的な穏やかな山容で、「南アルプスの女王」と呼ばれる名峰。危険な箇所が無く初心者でも安心して登れます。頂稜からの眺めは極めて良く、富士山、南アルプスの山々はもとより、八ヶ岳、奥秩父、そして中央アルプス、北アルプスまで見渡すことができます。

かい こま が たけ
甲斐駒ヶ岳 標高 2967m 【日本百名山】
美しいピラミッド。 ■難易度 ★★★★★



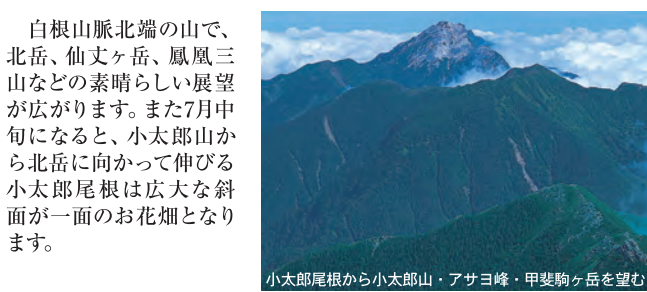
深田久弥に絶賛された甲斐駒ヶ岳は、山全体が花崗岩で形成された、ピラミダルな山容がととても魅力的で、遠くからも目立つ存在です。眺望も良く、ダイナミックな登山を楽しめる人気の山です。

ほうおうさん ざん
鳳凰三山 左から(地蔵ヶ岳)・(観音ヶ岳)・(薬師ヶ岳) 標高 2764m・2841m・2780m 【日本百名山】
多くの岳人に愛される山。 ■難易度 ★★★★★



薬師ヶ岳、観音ヶ岳、地蔵ヶ岳の三山を主とする山塊。比較的手軽に登ることができる爽快な縦走コースは花崗岩の砂地に覆われた稜線が続き、白根三山や富士山などの壮麗な景観にこと欠きません。

こ た ろう やま
小太郎山 標高 2725m 【山梨百名山】
展望抜群の穏やかな山。 ■難易度 ★★★★★



くり さわ やま
栗沢山 標高 2714m ■難易度 ★★★★★
ゆったり絶景を楽しむ。



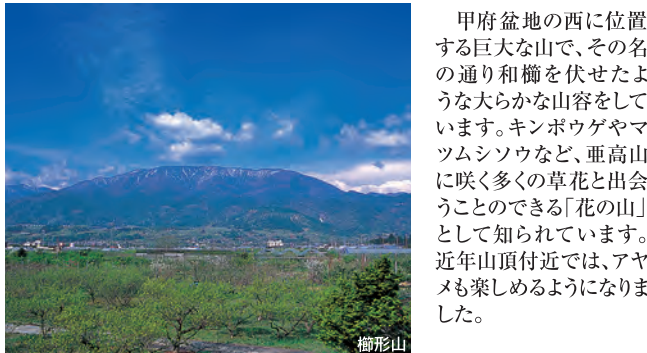
甲斐駒ヶ岳の南に位置し、北沢峠から仙水峠に、そこからは山頂を正面に見て直登します。頂上からの展望はすばらしく特に甲斐駒ヶ岳の眺望はおすすめです。

せん とう ほし やま
千頭星山 標高 2139m 【山梨百名山】
静かな樹林歩きが楽しめる山。 ■難易度 ★★★★★



甘利山から鳳凰三山への登山コース中程に位置する、南アルプス前衛の山。大ナジカ峠からのルートは難路なので、甘利山からの登山をおすすめします。

くしがた やま
櫛形山 標高 2052m 【山梨百名山】
多くの花に会える花の山。 ■難易度 ★★★★★



甲府盆地の西に位置する巨大な山で、その名の通り和櫛を伏せたような大らかな山容をしています。キンボウゲやマツムシソウなど、亜高山に咲く多くの草花と出会うことのできる「花の山」として知られています。近年山頂付近では、アヤマメ楽しめるようになりました。

INFORMATION

南アルプス北部エリア宿泊情報		
南アルプス市森林総合利用休養棟(南アルプス温泉ロッジ)	山梨県南アルプス市芦安芦倉1570	Tel 055-288-2321
岩 園 館	芦安通588	Tel 055-288-2005
桃ノ木温泉さんわそう	芦安芦倉1672	Tel 055-288-2306
白 雲 荘	芦安芦倉1578	Tel 055-288-2345
民 宿 な と り 屋	芦安芦倉726	Tel 055-288-2025
民 宿 よ し み	芦安芦倉384-1	Tel 055-288-2235
オーベルジュ 南アルプス	芦安芦倉1589-8	Tel 090-7902-1178
そ ら の 詩	芦安芦倉1589-3	Tel 055-280-6027
チェッカーフラッグ川崎	芦安芦倉1595-7	Tel 055-288-2334
夜 叉 神 ヒ ュ ッ テ	芦安芦倉1616	Tel 080-2182-2992
樹 園	野牛島2722	Tel 055-285-4131

櫛形山エリア宿泊情報		
エ コ パ イ 奈 ケ 湖	山梨県南アルプス市上市之瀬1760	Tel 055-283-8700

温泉施設情報		
白 峰 会 館	山梨県南アルプス市芦安芦倉1570	Tel 055-288-2321
金 山 沢 温 泉	芦安芦倉1525	Tel 055-288-2244
天恵泉白根桃源天笑閣	駒場147-18	Tel 055-285-5001
樹 園	野牛島2722	Tel 055-285-4131
や ま な み の 湯	西南湖1299-1	Tel 055-280-3340
さくらの里いこいの家	鏡中條3782	Tel 055-282-7610

南アルプス市観光情報		
(一)南アルプス市観光協会	山梨県南アルプス市在家塚595-1	Tel 055-284-4204

そ の 他		
芦 安 山 岳 館	山梨県南アルプス市芦安芦倉1570	Tel 055-288-2125
早 川 町 役 場	南巨摩郡早川町高住758	Tel 0556-45-2511
韮 崎 市 役 所	韮崎市水神1-3-1	Tel 0551-22-1111
北 杜 市 役 所	北杜市須玉町大豆生田961-1	Tel 0551-42-1111
伊那市役所長谷総合支所	長野県伊那市長谷溝口1394	Tel 0265-98-2211