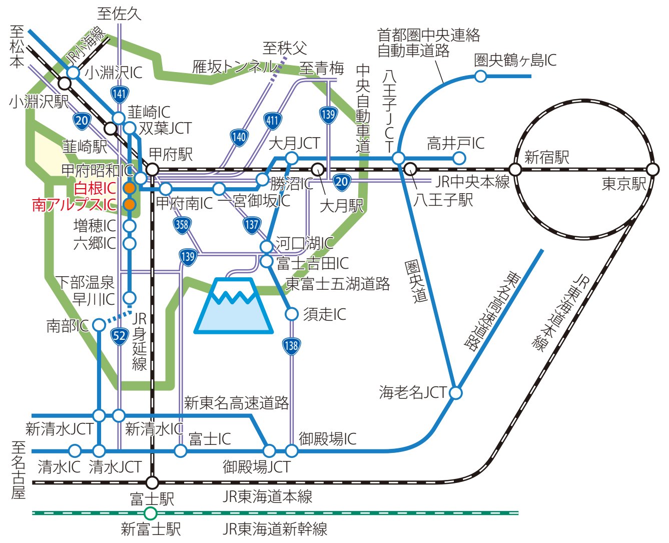
ACCESS INFORMATION



※下部温泉早川IC～南部ICは2020年内に開通予定。

■お車でお越しの場合

東京方面 — 高井戸IC — 中央自動車道 約2時間 — 双葉JCT — 中部横断自動車道 約15分

埼玉方面 — 秩父市 — 国道140号 約1時間 — 雁坂トンネル — 国道140号 約1時間 — 甲府市 — 国道20号・52号 約50分

圏央鶴ヶ島IC — 圏央道 約40分 — 八王子JCT — 中央自動車道 約1時間 — 双葉JCT — 中部横断自動車道 約15分

長野方面 — 松本IC — 長野自動車道 約20分 — 岡谷JCT — 中央自動車道 約50分 — 双葉JCT — 中部横断自動車道 約15分

静岡方面 — 清水IC — 中部横断自動車道 約30分 — 南部IC — 国道52号 約30分 — 下部温泉早川IC — 中部横断自動車道 約20分

— 白根IC・南アルプスIC — 県道42号・20号 約30分 — 芦安駐車場

■高速バスでお越しの場合

東京方面 — バスタ新宿(南口) — 新宿―甲府線 約2時間 — 甲府駅 — 山梨交通バス 約55分 — 芦安駐車場 — 山梨交通バス 約57分 乗合タクシー — 広河原

■電車でお越しの場合

東京方面 — 新宿駅 — JR中央本線 約1時間30分 — 甲府駅

長野方面 — 松本駅 — JR中央本線 約2時間 — 甲府駅

静岡方面 — 富士駅 — JR身延線 約2時間 — 甲府駅

甲府駅 — 山梨交通バス 約55分 — 芦安駐車場 — 山梨交通バス 約57分 乗合タクシー — 広河原

■お問い合わせ

南アルプス市役所 観光施設課
山梨県南アルプス市小笠原376
TEL 055-282-6294 FAX 055-282-6279
URL http://www.city.minami-alps.yamanashi.jp/

企画制作■株式会社K2・ONE　2020.05.17.K

令和２年度
南アルプス市営バス運休のご案内
（広河原⇔北沢峠）

令和元年10月12日の台風19号により広河原⇔北沢峠間が大規模な被害を受けたため、令和2年度は、林道が不通となります。そのため南アルプス市営バスは令和2年度の運行を休止いたします。

※市営バスの運行開始に関する情報は南アルプス市HPでご確認ください。

北沢峠へのアクセス

北沢峠へのアクセスについては、長野県伊那市営南アルプス林道バス営業所または、（一社）伊那市観光協会へ直接お問い合わせください。

※山岳交通のため、道路状況等により運休になる場合があります。ご利用前に問い合わせお願いします。

伊那市駅 ⟷ JRバス25分 ⟷ 高遠駅 ⟷ 長谷循環バス30分 ⟷ 仙流荘 ⟷ 伊那市営バス60分 ⟷ 北沢峠

問 伊那市営南アルプス林道バス営業所
TEL：0265-98-2821
http://www.inacity.jp/

一般社団法人伊那市観光協会
TEL：0265-78-4111
http://inashi-kankoukyoukai.jp/

お問い合わせ

広河原インフォメーションセンター
☎ 090-2673-2406（6月下旬～11月上旬のみ）

芦安山岳観光案内所
☎ 055-288-2212（6月下旬～11月上旬のみ）

登山マナーを守って、安全で楽しい登山を!!

❶高山植物を守るため、登山道をはみ出さないように歩きましょう。またストックの先端には必ず保護キャップをつけましょう。

❷お互い気持ち良くあいさつを交わしましょう

❸ゴミは必ず家までもちかえりましょう。また食事の際に残ったスープ等も捨てないように、調理を工夫しましょう。

❹山小屋では食事時間・消灯時間のルールを守りましょう。夜遅くまで騒いだり、灯りを付けて荷造りをすることは、他の利用者の迷惑となります。

❺テントは指定された場所以外に張らないようにしましょう。

こちらもぜひ確認を!!

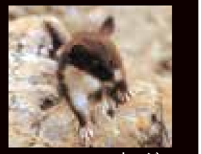
○南アルプス国立公園の利用上のマナー（環境省HP）

○南アルプスユネスコエコパークHP

ニホンカモシカ

ライチョウ

ホシガラス


オコジョ

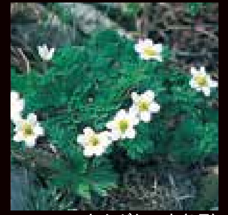
ヤマネ

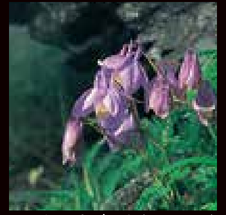
貴重な高山植物と野生動物は、みんなの宝物。

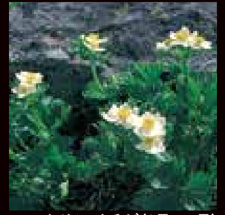
日本を代表する高山植物の宝庫、南アルプス。太平洋側の気候の影響を受けることから、夏は雨量が多く、冬は積雪が少ないという特徴があります。そのため森林限界が高く、山頂付近には高山植物のお花畑が広がります。特に北岳周辺にはキタダケソウをはじめキタダケキンポウゲ、キタダケトリカブトなどの特産種が多く、中でもキタダケソウは種の保存法により「北岳キタダケソウ生育地保護区」が制定されています。

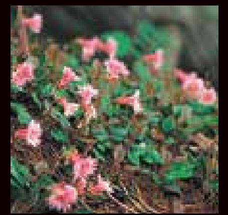
また、この植生豊かな南アルプスには特別天然記念物のライチョウやニホンカモシカが生息し、鳥獣保護区も広大な面積を占めています。こういった貴重な動植物、豊かな自然は、南アルプスの大きな特徴であり、2014年6月に、南アルプスはユネスコエコパーク（生物圏保存地域）に登録されました。これからもずっと後世に残していきたい大切な財産です。

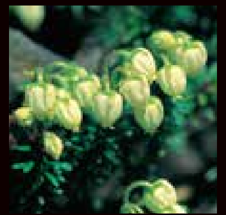
MINAMI-ALPS Trekking Guide 南アルプス北部の花

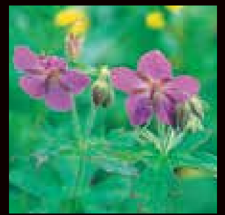

キタダケソウ(6月)

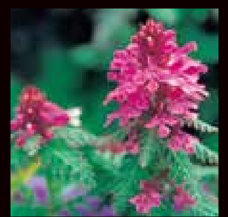

ミヤマオダマキ(6月～7月)

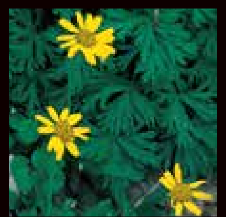

ハクサンイチゲ(6月～7月)

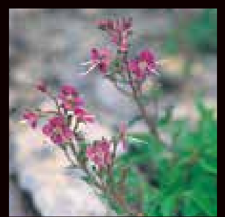

コイワカガミ(6月～7月)

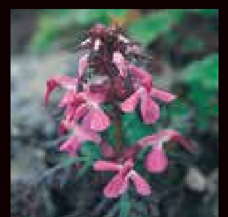

アオノツガザクラ(7月)

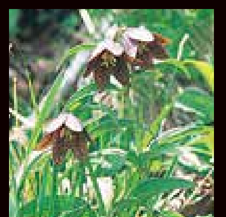

タカネグンナイフウロ(7月)

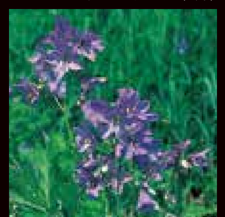

タカネシオガマ(7月)

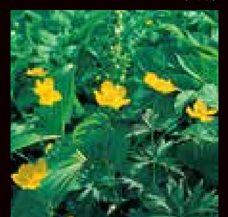

ウサギギク(7月)

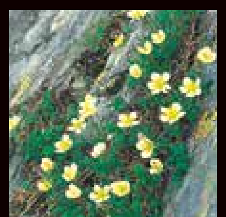

ミヤマクワガタ(7月)

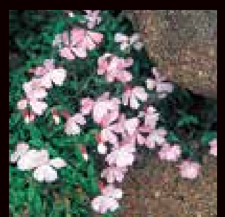

ヨツバシオガマ(7月)

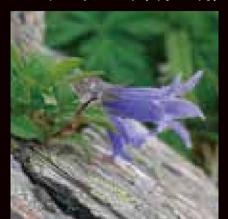

クロユリ(7月)

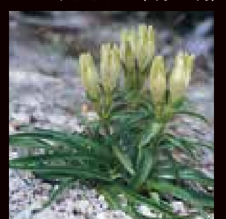

ミヤマハナシノブ(7月～8月)

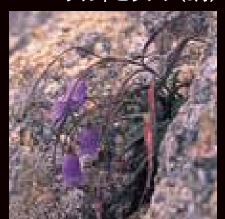

シナノキンバイ(7月～8月)


チングルマ(7月～8月)

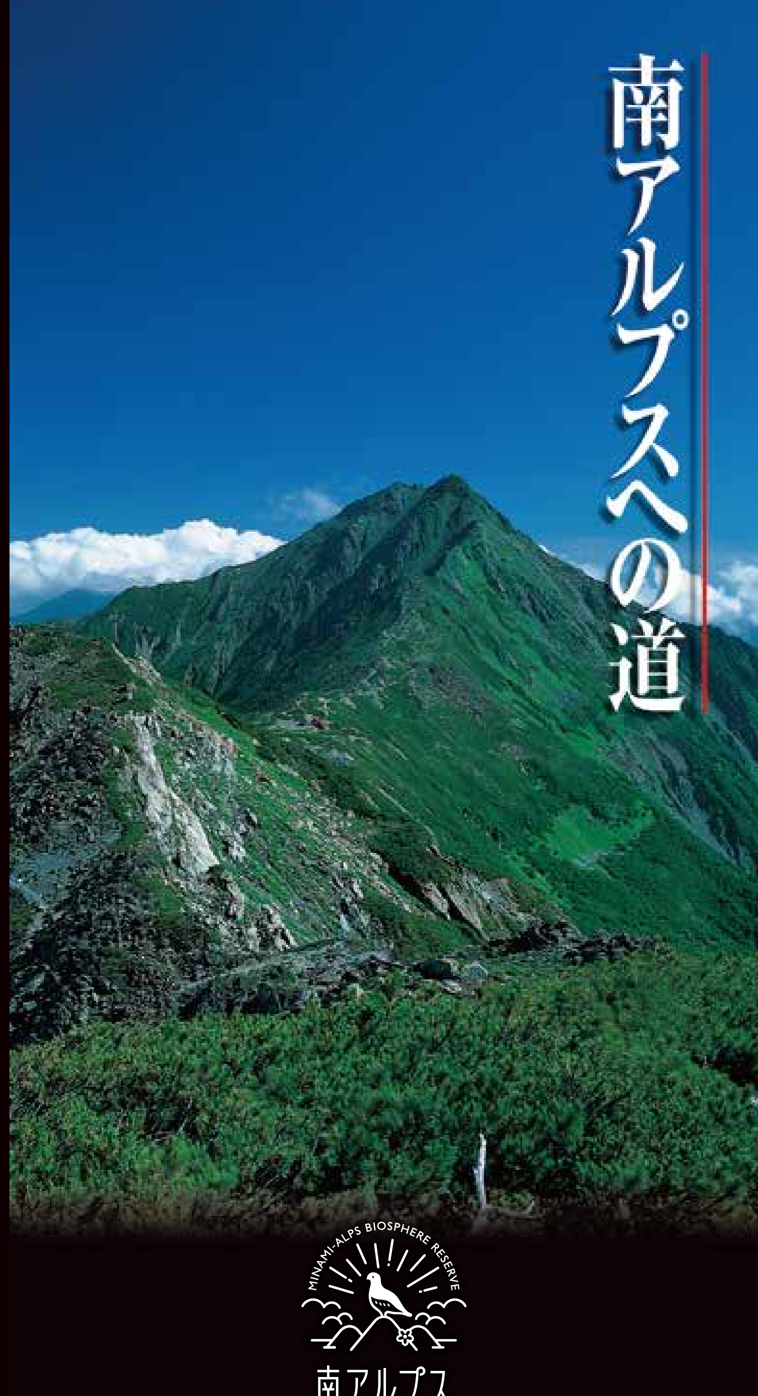

タカネビランジ(8月)


チシマギキョウ(8月)


トウヤクリンドウ(8月～9月)


ホウオウシャジン(9月)

南アルプスへの道

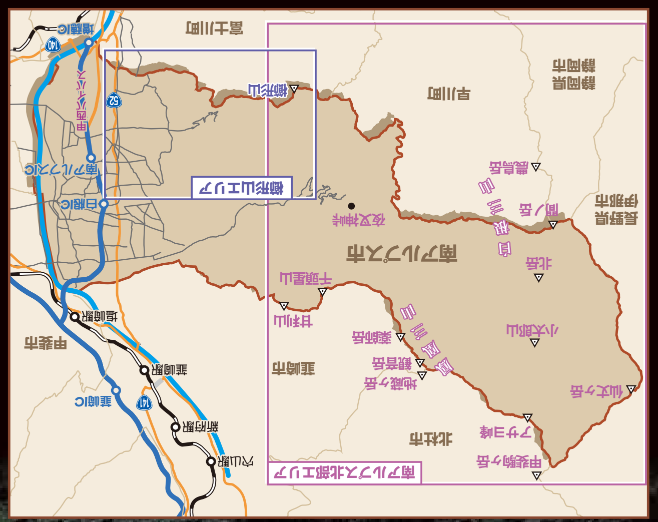


南アルプス
ユネスコエコパーク
Minami-Alps Trekking Guide
山梨県南アルプス市

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域を中心に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。

中白根付近から北岳を望む



夜叉神峠（やしゃじんとうげ） 標高 1770m
■難易度 ★☆☆☆

南アルプス一大絵巻を望む。

夜叉神峠からの白根三山

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

北岳（きただけ） 標高 3193m
【日本百名山】【山梨百名山】 ■難易度 ★★★★

南アルプスの人気ナンバー1。

間ノ岳付近から望む北岳

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。

間ノ岳（あいのだけ） 標高 3190m
【日本百名山】【山梨百名山】 ■難易度 ★★★★

広大な稜線を爽快に歩く。

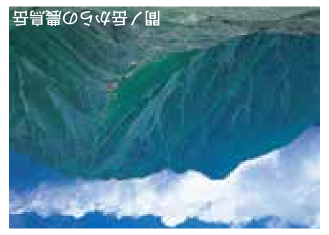
北岳方面からの間ノ岳

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。

農鳥岳（のうとりだけ） 標高 3026m
【山梨百名山】 ■難易度 ★★★★

縦走の絶景が胸を打つ。

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、農事暦の目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、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。


間ノ岳からの農鳥岳

仙丈ヶ岳（せんじょうがたけ） 標高 3033m
【日本百名山】【山梨百名山】 ■難易度 ★★★☆

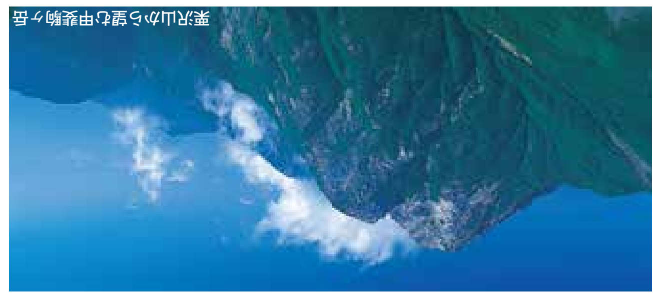
南アルプスの女王。

間ノ岳中腹からの仙丈ヶ岳

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。

甲斐駒ヶ岳（かいこまがたけ） 標高 2967m
【日本百名山】【山梨百名山】 ■難易度 ★★★☆

美しいピラミッド。


栗沢山から望む甲斐駒ヶ岳

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。

鳳凰三山（ほうおうさんざん） 左から（地蔵ヶ岳（じぞうがたけ））・（観音岳（かんのんだけ））・（薬師岳（やくしだけ））
標高 2764m・2841m・2780m
【日本百名山】【山梨百名山】 ■難易度 ★★★☆

多くの岳人に愛される山。

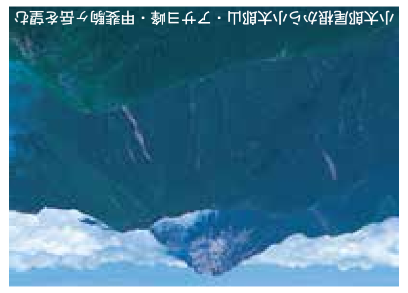
北岳中腹からの鳳凰三山

薬師岳、観音岳、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。

小太郎山（こたろうやま） 標高 2725m
【山梨百名山】 ■難易度 ★★★☆

展望抜群の穏やかな山。

白根山脈北端の山で、北岳、仙丈ヶ岳、鳳凰三山などの素晴らしい展望が広がります。また7月中旬になると、小太郎山から北岳に向かって伸びる小太郎尾根は広大な斜面が一面のお花畑となります。


小太郎尾根から小太郎山・アサヨ峰・甲斐駒ヶ岳を望む

栗沢山（くりさわやま） 標高 2714m
■難易度 ★★★☆

ゆったり絶景を楽しむ。

仙丈ヶ岳からの甲斐駒ヶ岳と栗沢山

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。

千頭星山（せんとうぼしやま） 標高 2139m
【山梨百名山】 ■難易度 ★★☆☆

静かな樹林歩きが楽しめる山。

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。

甘利山からの千頭星山

櫛形山（くしがたやま） 標高 2052m
【山梨百名山】 ■難易度 ★★☆☆

多くの花に会える花の山。

櫛形山

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。キンポ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、アヤメも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

南アルプス温泉ロッジ	山梨県南アルプス市芦安芦倉1570	☎055-288-2321
岩園館	〃 芦安安通588	☎055-288-2005
桃ノ木温泉さんわそう	〃 芦安芦倉1672	☎055-288-2306
白雲荘	〃 芦安芦倉1578	☎055-288-2345
民宿なとり屋	〃 芦安芦倉726	☎055-288-2025
民宿よしみ	〃 芦安芦倉384-1	☎055-288-2235
ALPENガストホフらんたん	〃 芦安芦倉1589-8	☎055-288-2531
そらの詩	〃 芦安芦倉1589-3	☎055-280-6027
チェッカーフラッグ川崎	〃 芦安芦倉1595-7	☎055-288-2334
夜叉神ヒュッテ	〃 芦安夜叉神峠登山口	☎080-2182-2992
樹園	〃 野牛島2722	☎055-285-4131

櫛形山エリア宿泊情報

エコパ伊奈ヶ湖	山梨県南アルプス市上市之瀬1760	☎055-283-8700

温泉施設情報

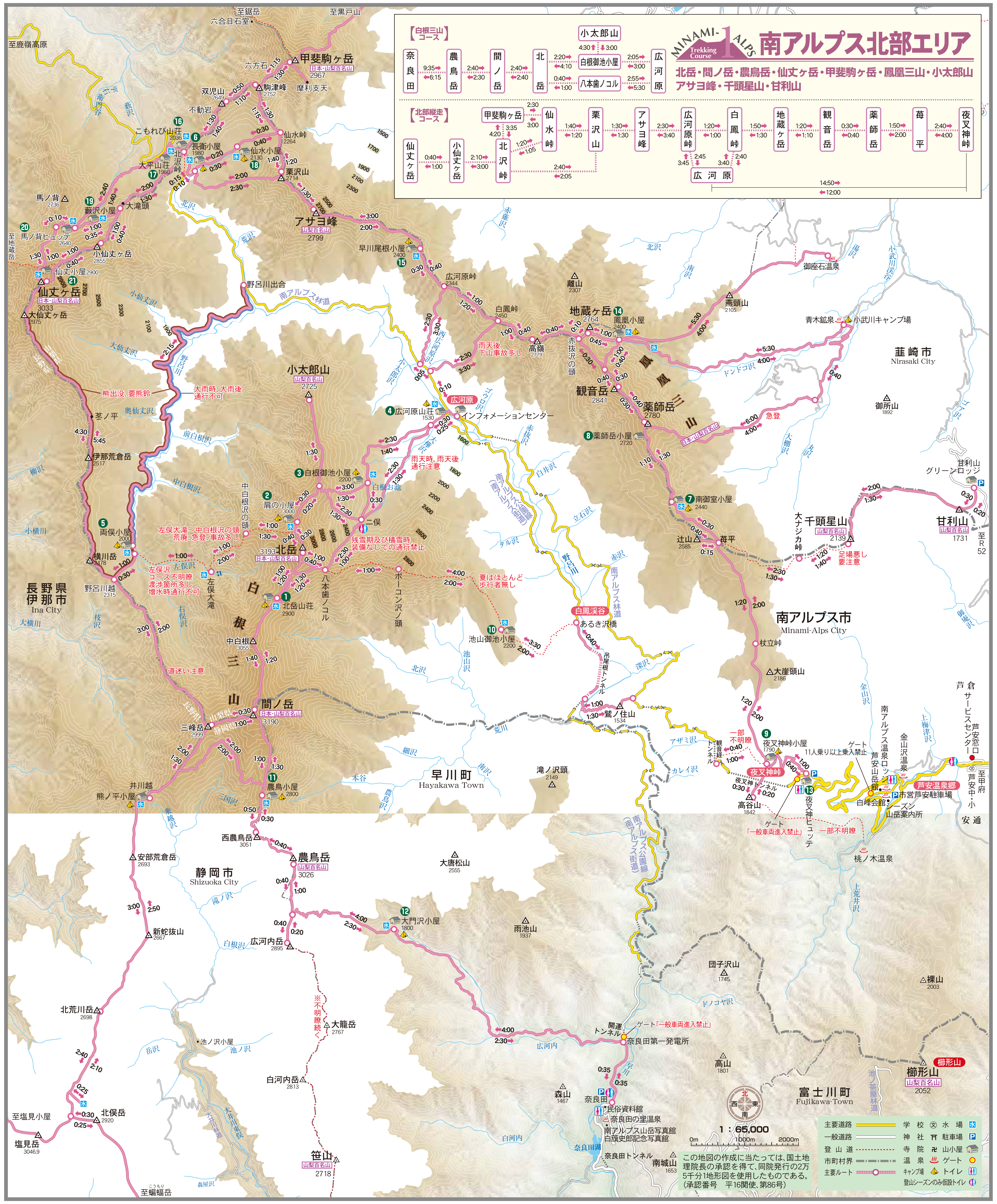
白峰会館	山梨県南アルプス市芦安芦倉1570	☎055-288-2321
金山沢温泉	〃 芦安芦倉1525	☎055-288-2244
天恵泉白根桃源天笑閣	〃 駒場147-18	☎055-285-5001
樹園	〃 野牛島2722	☎055-285-4131
やまなみの湯	〃 西南湖1299-1	☎055-280-3340
さくらの里いこいの家	〃 鏡中条3782	☎055-282-7610

南アルプス市観光情報

(一社)南アルプス市観光協会	山梨県南アルプス市在家塚595-1	☎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	☎055-288-2125
早川町役場	〃 南巨摩郡早川町高住758	☎0556-45-2511
韮崎市役所	〃 韮崎市水神1-3-1	☎0551-22-1111
北杜市役所	〃 北杜市須玉町大豆生田961-1	☎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	☎0265-98-2211


MINAMI-1-ALPS Trekking Course
南アルプス北部エリア
北岳・間ノ岳・農鳥岳・仙丈ヶ岳・甲斐駒ヶ岳・鳳凰三山・小太郎山
アサヨ峰・千頭星山・甘利山
【白根三山コース】
奈良田 9:35→ ←6:15 農鳥岳 2:40→ ←2:30 間ノ岳 2:40→ ←2:40 北岳
北岳 2:20→ ←4:10 白根御池小屋 2:05→ ←3:00 広河原
白根御池小屋 4:30↑ ↓3:00 小太郎山
北岳 0:40→ ←1:00 八本歯ノコル 2:55→ ←5:30 広河原
【北部縦走コース】
仙丈ヶ岳 0:40→ ←1:00 小仙丈ヶ岳 2:10→ ←3:00 北沢峠
北沢峠 4:20↑ 3:35↓ 甲斐駒ヶ岳 2:30→ ←3:00 仙水峠
北沢峠 1:20→ ←1:05 仙水峠 1:40→ ←1:20 栗沢山 1:30→ ←1:30 アサヨ峰 2:30→ ←3:40 広河原峠
北沢峠 2:40→ ←2:05 栗沢山
広河原峠 1:20→ ←1:00 白鳳峠 1:50→ ←1:30 地蔵ヶ岳 1:20→ ←1:10 観音岳 0:30→ ←0:40 薬師岳 1:50→ ←2:00 苺平 2:40→ ←4:00 夜叉神峠
広河原峠 3:45↑ ↓2:45 広河原
白鳳峠 3:40↑ ↓2:40 広河原
広河原 14:50→ ←12:00 夜叉神峠
甲斐駒ヶ岳 日本・山梨百名山 2967
仙丈ヶ岳 日本・山梨百名山 3033
アサヨ峰 山梨百名山 2799
北岳 日本・山梨百名山 3193
間ノ岳 日本・山梨百名山 3190
農鳥岳 山梨百名山 3026
小太郎山 山梨百名山 2725
千頭星山 山梨百名山 2139
甘利山 山梨百名山 1731
鳳凰三山 日本・山梨百名山
笹山 山梨百名山 2718
櫛形山
広河原　インフォメーションセンター
北沢峠こもれび山荘　長衛小屋　仙水小屋　大平山荘　藪沢小屋　馬ノ背ヒュッテ　仙丈小屋
北岳山荘　肩の小屋　白根御池小屋　広河原山荘　両俣小屋　南御室小屋　薬師岳小屋　夜叉神峠小屋　鳳凰小屋　早川尾根小屋　池山御池小屋　農鳥小屋　大門沢小屋　夜叉神ヒュッテ
熊出没、要熊鈴
大雨時、大雨後通行不可
雨天時、雨天後通行注意
雨天後下山事故多し
左俣大滝〜中白根沢の頭 荒廃、急登、事故多し
左俣沢コース不明瞭 渡渉箇所多し 増水時通行不可
残雪期及び積雪時、装備なしでの通行禁止
夏はほとんど歩行者無し
道迷い注意
足場悪し要注意
急登
一部不明瞭
※不明瞭続く
ゲート「一般車両進入禁止」
11人乗り以上乗入禁止
長野県 伊那市 Ina City
静岡市 Shizuoka City
早川町 Hayakawa Town
南アルプス市 Minami-Alps City
韮崎市 Nirasaki City
富士川町 Fujikawa-Town
芦安温泉郷
奈良田
1：65,000
主要道路　一般道路　登山道　市町村界　主要ルート
学校　神社　寺院　温泉　キャンプ場　トイレ　水場　駐車場　山小屋　ゲート　登山シーズンのみ仮設トイレ

この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の2万5千分1地形図を使用したものである。（承認番号　平16関使、第86号）

※コースの時間は天候や体力などの条件により左右されますので、あくまで目安としてご利用ください。

山梨県の一部の山域で登山計画書の提出が（努力）義務となります

（山梨県登山の安全の確保に関する条例）

南アルプス　白根三山、甲斐駒ヶ岳、仙丈ヶ岳、鳳凰三山、鋸岳 等

山梨の登山･山岳情報ポータル　検索

■お問い合わせ先
山梨県観光部観光資源課
〒400-8501
山梨県甲府市丸の内1丁目6-1
Tel: 055(223)1576　Fax: 055(223)1558
E-mail: kankou-sgn@pref.yamanashi.lg.jp

〜登山の前に〜

○気象情報は、山岳気象専門サイト「ヤマテン」や、登山口のインフォメーションセンターで確認し、近年の異常気象に備えてください。　ヤマテン　検索

○単独登山は早急に救助を求めることが出来ないなどのリスクを生じますので、十分な覚悟と準備をもって登山してください。

○天候急変及び万一の事故に備え、15時までにどこかしらの山小屋に入れる計画にしましょう。
※15時以後の救助活動は双方にリスクを生じます。

○携帯電話を必ず所持し、不測の事態に備えましょう。南アルプスの一部では、ドコモの電波が安定しています。

○脱水症、高山病を発症する方が増えています。水分、塩分の補給に加え、寝不足、風邪気味、疲れ気味の方は1日の行動を短くしましょう。

○近年の異常気象等により、山小屋によっては通常のサービス提供ができないこともあります。行動食、非常食は必ずお持ちください。

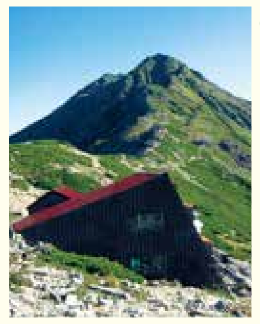
〜緊急時〜

○傷病者の発生時、発見時は、まずは落ち着いて、発見者及び傷病者は可能な限り安全な場所に移動しましょう。

○傷病者の情報は、近くの山小屋または警察署（110番）へ連絡をお願いします。その際、傷病者の場所と性別、年齢、状況を間違いなく伝えましょう。

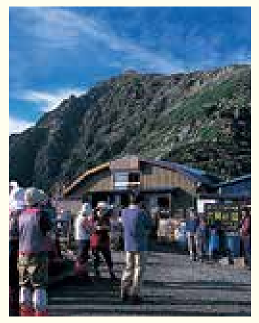
宿泊施設（山小屋）のご案内

※山小屋の開設期間等が変わる場合が有りますので、事前に電話確認を行ってください。
※気象状況により現地電話がつながりにくい場合があります。
　また、夜間及び開設期間外はつながりません。



❶ 北岳山荘 ※週末利用は避けてください。

●収 容 力/150人　●テ ン ト/80張
●連 絡 先/現地衛星電話
（10名以下予約不要）
090-4529-4947
南アルプス市観光施設課(開設期間外)
055-282-6294
●管 理 人/南アルプス市
●そ の 他/北岳救護所開設
（7月中旬〜8月中旬、9月連休）

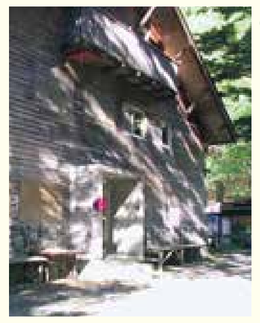


❷北岳肩の小屋

●収 容 力/150人　●テ ン ト/50張
●連 絡 先/現地衛星電話(要予約)
090-4606-0068
055-288-2421
●管 理 人/森本 茂

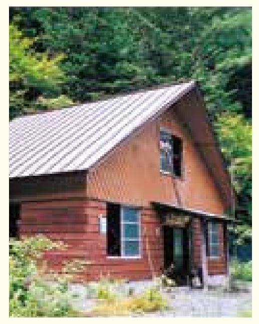
❸白根御池小屋

●収 容 力/120人　●テ ン ト/40張
●連 絡 先/現地衛星電話（要予約）
090-3201-7683
開設期間外
090-8595-2236（五十川 仁）
●管 理 人/特定非営利活動法人
芦安ファンクラブ



❹広河原山荘

●収 容 力/80人　●テ ン ト/100張
●連 絡 先/現地衛星電話(要予約)
090-2677-0828
開設期間外
055-283-2889（塩沢 顯慈）
●管 理 人/特定非営利活動法人
芦安ファンクラブ



❺両俣小屋

●収 容 力/30人　●テ ン ト/40張
●連 絡 先/現地電話 なし
開設期間外
055-288-2146（星 美知子）
10人以上の宿泊予約は1週間前までに北岳山荘へ連絡してください。
※1 台風時は入らないこと
※2 大雨の前後は要確認
※3 熊鈴を携帯してください。
●管 理 人/特定非営利活動法人
両俣竜胆愛好会

❻ 長衛小屋

●収 容 力/56人　●テ ン ト/100張
●連 絡 先/現地衛星電話(要予約)
090-2227-0360
開設期間外
090-8485-2967（井上 佳之）
●管 理 人/特定非営利活動法人
芦安ファンクラブ

❼南御室小屋

●収 容 力/80人　●テ ン ト/50張
●連 絡 先/090-3406-3404(要予約)
●管 理 人/西川 敏正

❽薬師岳小屋

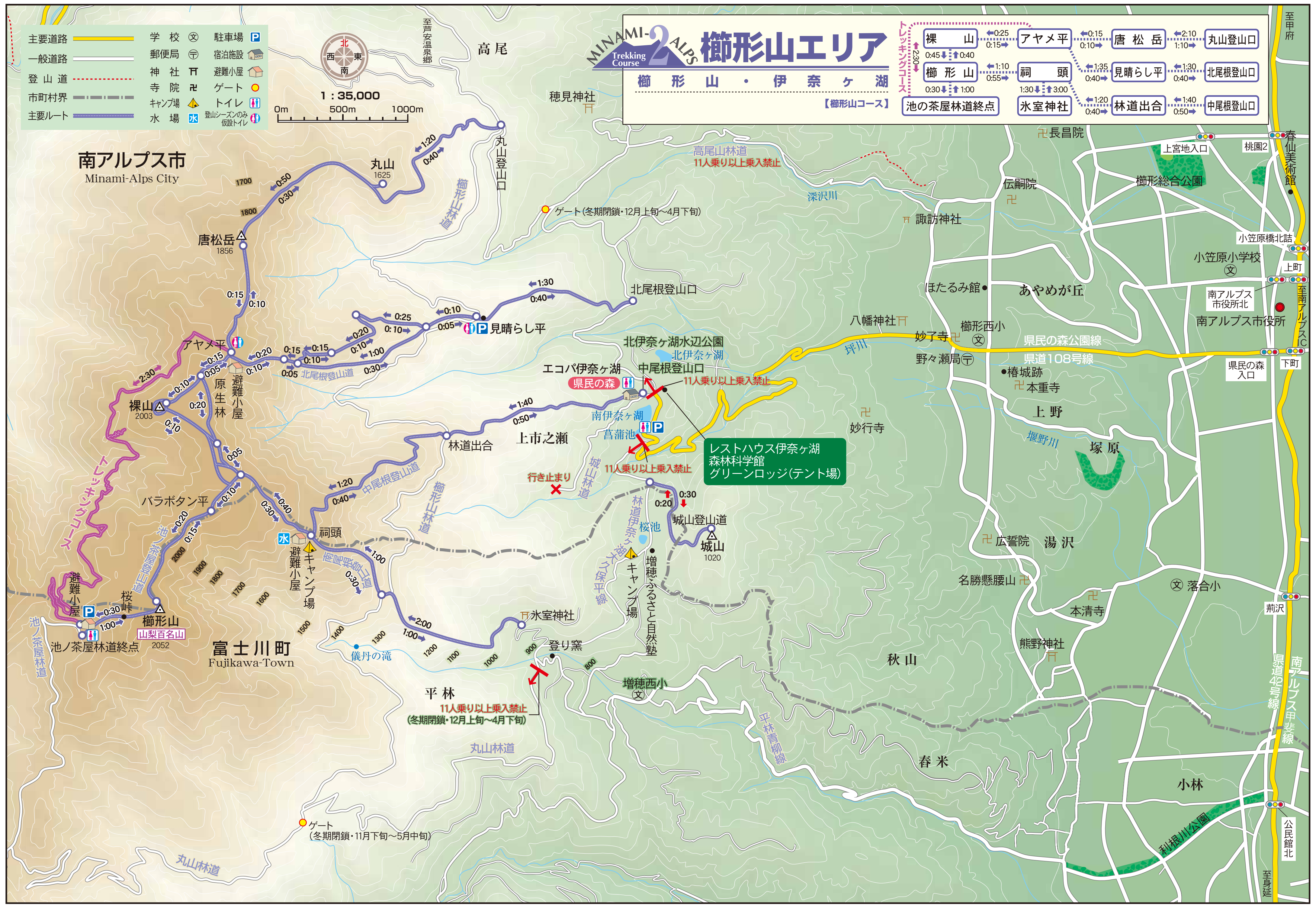
●収 容 力/60人　●テ ン ト/なし
●連 絡 先/現地電話(要予約)
090-5561-1242
開設期間外
0551-22-6682
●管 理 人/小林 珠里

❾夜叉神峠小屋

●収 容 力/15人　●テ ン ト/15張
●連 絡 先/055-288-2402(要予約)
●管 理 人/角田 太郎

上記以外の宿泊施設（山小屋）のご案内

方面	山小屋名	収容力	予約有無	連絡先
白根三山	⑩池山御池小屋	30人	無人予約不要	南アルプス観光施設課 ☎055-282-6294
	⑪農鳥小屋	120人	10人以上要予約	☎090-7826-5663
	⑫大門沢小屋	100人	団体は要予約 少人数は予約希望	☎090-7635-4244
鳳凰三山	⑬夜叉神ヒュッテ	30人	要予約	☎080-2182-2992
	⑭鳳凰小屋	150人	要予約	☎0551-27-2018
甲斐駒ヶ岳･仙丈ヶ岳	⑮早川尾根小屋	30人	無人予約不要	☎0551-28-8173
	⑯北沢峠こもれび山荘	110人	要予約	☎080-8760-4367
	⑰大平山荘	80人	要予約	☎0265-78-3761
甲斐駒ヶ岳･仙丈ヶ岳	⑱仙水小屋	30人	要予約	☎0551-28-8173
	⑲藪沢小屋	30人	無人予約不要	伊那市長谷総合支所 ☎0265-98-3130
	⑳馬の背ヒュッテ	100人	2020年は営業休止	☎0265-98-2523
	㉑仙丈小屋	55人	要予約	☎090-1883-3033


MINAMI-2-ALPS Trekking Course
櫛形山エリア
櫛形山・伊奈ヶ湖
【櫛形山コース】
裸山 ←0:25 0:15→ アヤメ平 ←0:15 0:10→ 唐松岳 ←2:10 1:10→ 丸山登山口
裸山 0:45↓ ↑0:40 櫛形山
櫛形山 ←1:10 0:55→ 祠頭 ←1:35 0:40→ 見晴らし平 ←1:30 0:40→ 北尾根登山口
櫛形山 0:30↓ ↑1:00 池の茶屋林道終点
祠頭 1:30↓ ↑3:00 氷室神社
祠頭 ←1:20 0:40→ 林道出合 ←1:40 0:50→ 中尾根登山口
トレッキングコース ↑2:30
主要道路　一般道路　登山道　市町村界　主要ルート
学校　郵便局　神社　寺院　キャンプ場　水場　駐車場　宿泊施設　避難小屋　ゲート　トイレ　登山シーズンのみ仮設トイレ
1：35,000
南アルプス市 Minami-Alps City
富士川町 Fujikawa-Town
櫛形山 山梨百名山 2052
裸山 2003
唐松岳 1856
丸山 1625
城山 1020
アヤメ平　バラボタン平　見晴らし平　祠頭　林道出合　池ノ茶屋林道終点
北伊奈ヶ湖水辺公園　エコパ伊奈ヶ湖　県民の森　中尾根登山口　北尾根登山口
レストハウス伊奈ヶ湖 森林科学館 グリーンロッジ(テント場)
ゲート(冬期閉鎖・12月上旬〜4月下旬)
ゲート(冬期閉鎖・11月下旬〜5月中旬)
11人乗り以上乗入禁止
行き止まり
南アルプス市役所
県道108号線　県民の森公園線

※コースの時間は天候や体力などの条件により左右されますので、あくまで目安としてご利用ください。