

上信越高原国立公園

浅間高峰 トレッキング ガイドマップ

Joshinetsu Kogen National Park
ASAMA & TAKAMINE TREKKING GUIDEMAP

疲れたカラダを癒す
**宿泊&温泉
周辺マップ付**

浅間高峰

ハッシュタグをつけて
撮った写真をシェアしよう!



緊急連絡先

小諸警察署	0267-22-0110
小諸消防署	0267-24-0119
浅間南麓こもろ医療センター	0267-22-1070

交通機関連絡先

JR バス関東 小諸支店	0267-22-0588
千曲バス 小諸営業所	0267-22-2100
佐久・小諸観光タクシー	0267-22-2424
第一交通タクシー	0267-22-4141
ニュー交通タクシー	0267-22-0015

小諸市全般の観光・宿泊案内

小諸市観光案内所	0267-22-0568
----------	--------------



発行：一般社団法人こもろ観光局
浅間・高峰観光協議会



※掲載されている内容・名称等は全て発行時のものです。現在とは異なる場合もありますのでご了承ください。

15000.003.B.2023.03.01



ASAMA & TAKAMINE

TREKKING COURSE

浅間 & 高峰トレッキングコース

日本百名山に数えられる浅間山を中心に初級者から上級者が楽しめるトレッキングコース。5月～9月に掛けて様々な高山自然植物のキレイな花々が出迎えてくれます。天候によっては、南方向に富士山、西方向に北アルプス、眼下に雲海が広がることも。雄大な自然を、ぜひ全身でご体感ください！

※コースタイムは体力によって異なります

黒斑山コース 約 3.5 時間 / 難易度 ★

車坂峠 表コース 100分 トーミの頭 20分 黒斑山 15分
中コース 55分

水ノ塔山・簞ノ登山コース 約 4 時間 / 難易度 ★ ★

車坂峠 20分 高峰温泉 70分 水ノ塔山 50分 東簞ノ登山 40分 池の平湿原入口 40分 高峰温泉 20分 車坂峠 20分

浅間外輪山縦走コース 約 8 時間 / 難易度 ★ ★ ★

車坂峠 100分 トーミの頭 20分 黒斑山 30分 蛇骨岳 20分 仙人岳 20分 Jバンド 30分 賽の河原分岐 90分 浅間山 (前掛山) 60分 賽の河原分岐 15分 湯の平口分岐 5分 火山館 90分 天狗温泉 浅間山荘 115分

数値地図 (国土基本情報20) 万長野を加工して作成

登山にあたっての注意事項

登山計画書を必ず提出
登山は自己責任

- 浅間山は活火山です。登山コースであっても予知できない噴火により災害が発生する場合があります。コース以外には立ち入らないでください。
- 現在の噴火警戒レベルを小諸市のwebサイトや看板で確認をしてください。

予知できない噴火に備えるために

- ▶ 噴煙が急に増えたとき
- ▶ 地鳴りなど異常を感じたとき
- ▶ 緊急放送があったとき

直ちに車坂峠または、
浅間山荘へ下山してください。

安全登山
WEB版



登山前に必ず
ご確認ください

マイカー
お届けサービス

こもろ観光局のwebサイトからお申し込みください。
春夏秋のみ、お申し込みは出発日(土日祝を除く)の営業日から起算して3営業日前の15時まで

高峰高原の
ポータルサイト
ができました！

最新情報・季節毎の
アクティビティなどを
一つにまとめました！



※日帰り温泉料金、営業時間、メンテナンスにより休業などの変更されている場合がありますので施設へ直接ご確認ください。