

浅間高峰 トレッキングガイドマップ

ASAMA & TAKAMINE TREKKING GUIDEMAP

凡例

- トイレ
- 登山計画ポスト
- 避難シェルター
- 緊急放送スピーカー
- 火山レベル看板
- バス停
- ピュースポット
- 車道

登れる登山道の噴火警戒レベル

- 《レベル1》全ルート可
- 《レベル2》限定的に可
- 《レベル3》一部のみ可

立入禁止

あさまやま
浅間山
(釜山)

日本百名山

500m



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ウェブサイトや看板を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。

にしかがのとやま
西簗ノ登山 2212m

みずのとやま
水ノ塔山 2202m

ひがしかのとやま
東簗ノ登山 2228m

湯の丸高峰林道
開通時間 7:00~17:00
(冬季通行止)

いけのたいらしづげん
池の平湿原入口

さんぼうがみね
三方ヶ峰 2040m



1 コマクサ
[見頃] 6月下旬~7月



2 水ノ塔山・簗ノ登山
各頂上からの眺望は最高!



3 ニッコウシサゲの群生
[見頃] 7月中旬~8月中旬



5 浅間外輪山
浅間山の眺めもGood!



6 浅間山
草すべりからの眺め

1 てんぐおんせん あさまさんそう
天狗温泉 浅間山荘



高山植物園

くるまざかとうげ
車坂峠



やりがさや
槍ヶ鞘

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

TEL 080-1004-7817

二の鳥居

一の鳥居

長坂

かもしか平

草すべり

湯の平口分岐

火山館

STAY & ONSEN

宿泊施設と温泉

浅間・高峰エリアには、温泉が楽しめる宿泊施設がたくさんあるのをご存知ですか？
目の前に広がる大自然を感じながら浸かる温泉は格別！多彩な泉質でお肌もぶるぶる。
お時間にゆとりがある方は宿泊がオススメ。温泉とご当地グルメで浅間・高峰を満喫！



小諸市塩野 小諸ユースホステル



標高1,000mの浅間山麓に位置し、周囲をカラマツの林、高原野菜の畑に囲まれた環境。週末毎にイベントやツアーを実施をしています。ご希望に応じて平日も実施します。

☎ 0267-23-5732

📍 小諸市塩野3876-4



小諸市菱野 菱野温泉 薬師館



開泉800年の歴史を持つ菱野温泉郷にある老舗旅館。石窟を抜けると、薬師池に浮かぶ「浮島風呂」があります。温度が異なる3つの浴槽に順番で浸かる入浴法で、身体芯まで温まります。

☎ 0267-22-0077

📍 小諸市菱野740

● 日帰り温泉情報

営 11:00～21:00

休 火曜日

12月～3月20日までは火・水曜日

料 大人 600円 / 小学生以下 500円 / 3才未満 無料



小諸市菱野 菱野温泉 常磐館



名物の登山電車に乗って1分半、絶景の展望露天風呂「雲の助」に到着。標高1,050メートルの浴槽から望む八ヶ岳、富士山、佐久平の大パノラマは美しく、爽快そのものです。季節折々の風情をお楽しみください。

☎ 0267-22-0516

📍 小諸市菱野476-2

● 日帰り温泉情報

営 11:00～16:00

休 なし

※無料受付、休前日は混雑状況により14:30終了の場合があります

料 展望露天風呂「雲の助」中学生以上 1,500円 / 3歳～小学生 750円
館内大浴場 中学生以上 500円 / 3歳～小学生 250円



1 天狗温泉浅間山荘



天狗温泉はその昔、天狗が温泉に入ったために温泉の色が赤くなったという伝説をもつ、源泉かけ流しの温泉。弱酸性の優しいお湯で、肌はぶるぶる、身体もボカボカ。登山口にあるので立ち寄りやすいのがポイント！

☎ 0267-22-0959

📍 小諸市甲又4766-2

● 日帰り温泉情報

営 11:00～17:00

休 なし

料 大人 800円 / 小学生以下 500円
3以上～ 5才未満 350円 / 3才未満 無料



2 高峰高原ホテル



標高2,000mの眺望ロケーションのホテル。温泉、食事、さらには客室からも絶景を楽しむことができます。浅間山登山や高峰高原散策の帰りにご利用いただけるレストラン・カフェもあります。

☎ 0267-25-3000

📍 小諸市高峰高原704

● 日帰り温泉情報

営 11:00～18:00

休 なし

料 4～11月:大人 800円 / 小学生以下 500円 / 3才未満 無料
12～3月:大人 500円 / 小学生以下 300円 / 3才未満 無料



3 高峰温泉 ランプの宿



標高2,000mの展望松風呂はまさに絶景！内湯「ランプの湯」の源泉槽かけ流し36℃と加熱層41℃を交互に入浴することにより、肩こり・腰痛・自立神経のバランスを整えてくれます。 ※日帰り入浴はランプの湯のみ

☎ 0267-25-2000

📍 小諸市菱平高峰高原704-1

● 日帰り温泉情報

営 11:00～16:00

休 なし

料 4月末頃～11月中旬:大人 500円 / 小学生以下 400円
11月中旬～4月末頃:大人 1,500円 / 小学生以下 1,000円



4 高峰マウンテンホテル



地元食材を使用したディナーをお召し上がりいただき、夜のとばりが降りる頃には季節の星々を眺めながらの焚き火体験もオススメです。おやすみの前にはホテルのバーで今宵のひとときをお過ごしください。

☎ 0267-23-1712

📍 小諸市高峰高原



TAKAMINE VISITOR CENTER

5 高峰高原ビジターセンター

浅間山麓一帯の広域観光の拠点施設として開設されたビジターセンターは、浅間・高峰の自然を知り尽くしたスタッフが常駐しています。

NPO法人 浅間山麓国際自然学校

高峰高原を拠点にトレッキングガイドや自然体験プログラムをご提供。自然案内人が高峰高原の魅力を余すことなくお伝えいたします。お気軽に電話ください。

☎ 0267-23-3124

営 ビジターセンター 8:00～17:00

📍 小諸市高峰高原

料 入館無料

休 浅間山麓国際自然学校: なし / ビジターセンター: G.W～11月初旬までの営業(冬季休館)



ビジターセンター・売店・カフェ



トレッキングの拠点となる施設。お手洗いや周辺観光施設のパフレット、カフェも充実。百名山グッズや山バッジなどの販売も！ビジターセンターでは旬な情報をご提供しています。

※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。