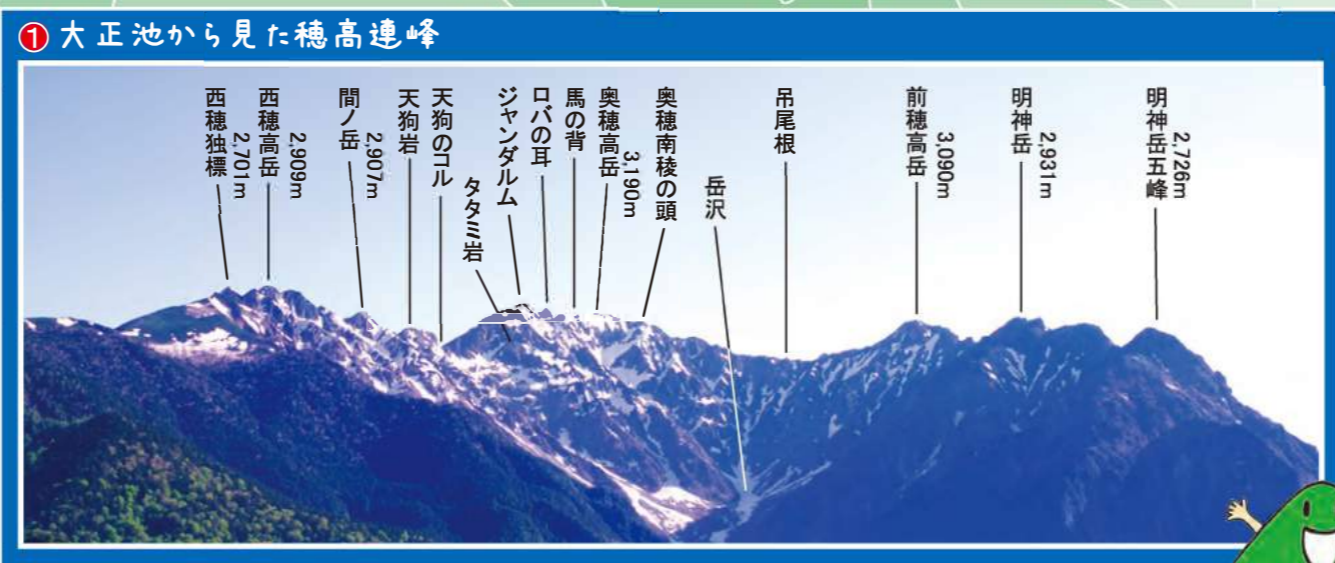


上高地

KAMIKOCHI

自然と歩こう
散策マップ



安全のため歩行者通行禁止。
岳沢雪へ登り2時間40分、下り1時間40分。穂高岳を背に河童橋周辺を見下ろす展望が素晴らしい。

② 焼岳

標高2,455mの活火山。上高地から日帰りで見られる山として多くの登山者に親しまれており、日本百名山にも選ばれています。

③ 大正池

大正4年の焼岳大爆発で、梓川がせき止められてできた池。上高地に入ったとき最初に目にする穂高連峰と大正池の景観は幻想的です。

④ 大正池～田代橋遊歩道

田代橋から大正池まで続く1.9km。自然観察のための遊歩道で、湿原、水辺、森林など様々な自然が体験できます。平坦なコースで、解説板も充実しています。

⑤ 田代池

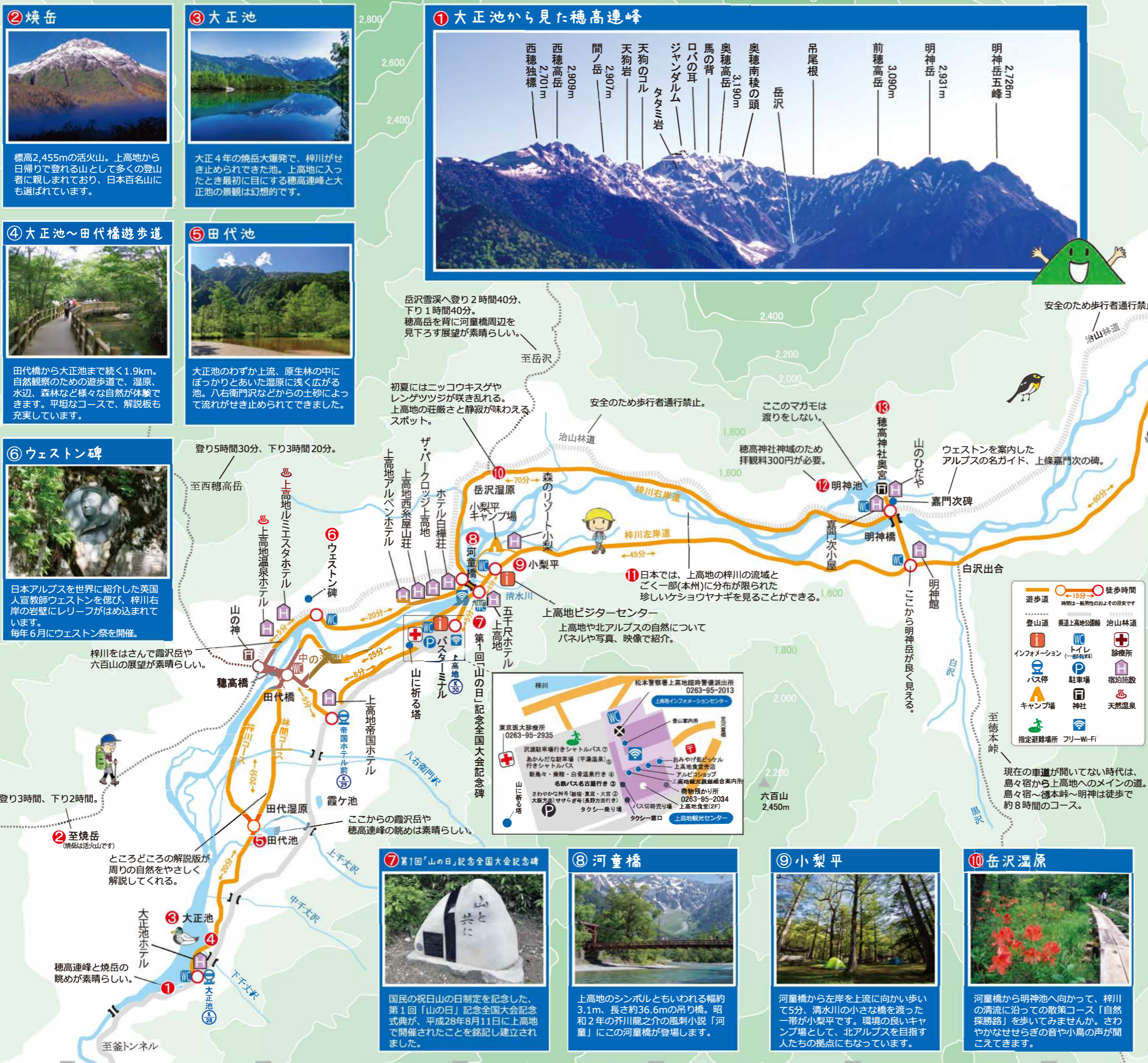
大正池のわずかに上流、原生林の中にぽっかりとあいた湿原に浅く広がる池。八右衛門沢などからの土砂によって流れがせき止められてきました。

⑥ ウェストン碑

日本アルプスを世界に紹介した英国人宣教師ウェストンを偲び、梓川右岸の岩壁にレリーフがはめ込まれています。毎年6月にウェストン祭を開催。

ウォーキングコース周遊時間

大正池	田代池	田代橋	ウェストン碑	河童橋	明神池	徳沢	新村橋	横尾
20分	20分	5分	15分	70分	60分	15分	45分	
			20分	5分	50分	60分	15分	45分
					5分	50分	15分	45分



⑦ 第1回「山の日」記念全国大会記念碑

国民の祝日山の日制定を記念した、第1回「山の日」記念全国大会記念式典が、平成28年8月11日に上高地で開催されたことを銘記し建立されました。

⑧ 河童橋

上高地のシンボルともいわれる幅約3.1m、長さ約36.6mの吊り橋。昭和2年の芥川龍之介の風刺小説「河童」にこの河童橋が登場します。

⑨ 小梨平

河童橋から左岸を上流に向かい歩いて5分、清水川の小さな橋を渡った一帯が小梨平です。環境の良いキャンプ場として、北アルプスを目指す人たちの拠点にもなっています。

⑩ 岳沢湿原

河童橋から明神池へ向かって、梓川の清流に沿っての散策コース「自然探勝路」を歩いてみませんか。さわやかなせせらぎの音や小鳥の音が聞こえてきます。

⑪ ショウヤナギ

名前の由来は、若い枝が白い粉に覆われて化粧したように見えることから。氷河時代の生き残りとして、河童橋右岸に見える大木はこの木が多いです。

⑫ 明神池

原生林の中にあり荘厳な雰囲気を持つ明神池は穂高神社奥宮の境内にあり(拝観料必要)、池面で優雅に泳ぐマガモやオシドリが見られます。

⑬ 穂高神社奥宮

本宮を安曇野市穂高にもつ穂高神社の奥宮が明神池畔にあります。例年10月8日には明神池で幻想的なお船神事が行われ、山の安全を神に感謝します。

⑭ 徳沢

ハルニレやカツラの木々が点在する明るい草原。かつては牛馬を放していました。井上靖の小説「氷壁」の舞台にもなっており、5月中旬にはコリナンワが辺りに群生します。

- 遊歩道 (15分以内)
- 登山道 (登山者専用)
- 治山林道
- インフォメーション
- トイレ (一部有料)
- 診療所
- バス停
- 駐車場
- 宿泊施設
- キャンプ場
- 神社
- 天然温泉
- 指定避難場所
- フリーWi-Fi

上高地ビジターセンター

上高地や北アルプスの自然についてパネルや写真、映像で紹介。

松本警察署上高地臨時警備派出所 0263-95-2013

上高地インフォメーションセンター

東京医大診療所 0263-95-2935

沢渡駐車場行きシャトルバスのあかんだな駐車場(平湯温泉)行きシャトルバス

新島々・乗鞍・白雲温泉行き ④ 名鉄バス名古屋行き ⑤ さわやかバス(新島・東原・大宮②大坂方面)せせらぎ号(長野方面行き) タクシー乗り場

おみやげ店 上高地食料店 アルピコショップ 上高地郵便局 上高地観光センター

荷物預かり所 0263-95-2034 上高地食店(2F) バス切符売り場 タクシー窓口