糸魚川ユネスコ世界ジオパーク
Itoigawa UNESCO Global Geopark

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization

Itoigawa UNESCO Global Geopark

登山マップ
ITOIGAWA ALPEN MAP

さあ、山へ登ろう！！

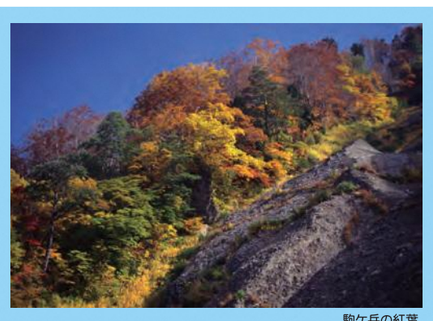
雨飾山山頂

1：50,000

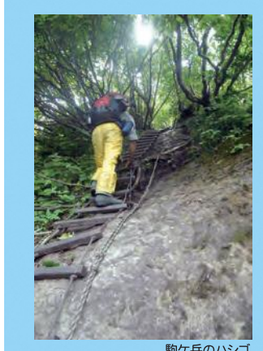
1000m 0 1000 2000 3000

新潟県糸魚川市

小蓮華山山頂



駒ケ岳の紅葉



駒ケ岳のハシゴ

7°30′ N

方位磁石はこの図では真北（地図の真上）より約7°30′西（左に）傾きます。

浜徳合
徳合城跡
能生駅
能生IC
能生駅前ー島道入口　8分
糸魚川バス平日(往路)9本
休日5本
0:20→
←0:25
能生駅前ー島道　14分
糸魚川バス平日3本
休日運行なし
能生駅前ー溝尾　17分
糸魚川バス平日9本
休日5本
0:15→
←0:15
1:00→
←1:30
島道鉱泉
島道登山口 P 5台
溝尾登山口
P 5台
0:30→
←0:20
0:30→
←0:20
0:40→
←0:50
2:00→
←3:00
能生駅前ー栂口　22分
糸魚川バス平日 9本
休日5本
溝尾コース
島道コース
栂口温泉
栂口登山口
P 5台
0:35→
←0:40
残雪時ルート
分かりにくい
栂口温泉
吹原登山口
10台 P
3:00→
←2:00
急坂・ロープ
金冠山
☆☆☆(C)
鉾ケ岳 1,316
2:40→
←2:40
急坂・鎖場・
ロープ多数
水 雪崩防止柵
駐車スペース30台
1:20→
←1:00
0:40→
←0:45
0:50→
←1:00
権現岳
1,104
鉾ケ岳
避難小屋
5人
トッケ峰
1,280
崩落あり
通行注意
3:40→
←2:20
ロープ・急坂
1:00→
←0:50
大平登山口
P 3台
鉾ケ岳・権現岳は
健脚者向けコース
糸魚川駅ー大平　34分
糸魚川バス平日12本
休日8本
糸魚川駅ー音坂　31分
糸魚川バス平日12本
休日8本
糸魚川駅ー越　27分
糸魚川バス平日12本
休日8本
大型車
通行不可
不動山（不動山城跡）
447.5
←0:40 公園
0:30→ P 30台(普通車)
糸魚川駅
糸魚川IC
糸魚川温泉
塩の道
フォッサマグナパーク
P 5台
根知城跡
国道148号線
糸魚川駅ースキー場　29分
糸魚川バス平日8本
休日5本
普通車のみ可
徒歩のみ通行可能
塩の道温泉
塩の道資料館
シーサイドバレースキー場
糸魚川駅ー別所　30分
糸魚川バス平日8本
休日5本
←1:00
←0:50
大ザイの神
←0:40
←0:45
戸倉山
975.5
大久保
しろ池の森
P 60台
しろ池
角間池
大網峠
←0:20
←0:30
←0:15
←0:30
←1:10
1:30→
つり橋
←0:40
←0:30
平岩駅
姫川温泉
海谷三峡パーク
P 33台
キャンプ場
0:30→
←0:30
0:40→
←0:30
くり越し
(増水時通行不可
海川渡渉)
海谷高地
取入口管理小屋
(使用不可)
はしご場
はしごは10月下旬に
取り外します
2:20→
急坂
水 3:20→
☆☆(C)
駒ケ岳 1,487
登山口 水 駒清水
P 5台
3:00→
←2:00
バンド
すくみのテラス
鬼ケ面山
▲1,591
自動車でも可
駒ケ岳・鬼ケ面山・
鋸岳は健脚者向け
コース
☆☆☆(B)
鋸岳
▲1,631
急坂・ロープ多数
1:30→
←1:00
未舗装
P 30台
雨飾温泉
最低鞍部
1:30→
←1:20
登山者名簿記入
雨飾山荘
3:00→
←1:40
2:00→
←3:00
中の池
大曲
急坂
0:30→
←0:45
0:30→
←1:00
4:20→
←3:00
シゲクラ尾根
雨飾山
1,963.2
雨飾山
☆☆(C)
笹平
荒菅沢
0:15→
←0:25
1:00→
←1:30
4:00→
←3:00
2:00→
←1:35
金山
2,220
0:40→
←0:40
天狗原山
2,197.1
P 8台
雨飾高原
キャンプ場
P 50台
2:40→
←4:10
P 10台
砂防公園
ゲートあり(林道終点)
林道終点から0:50
0:50→
←1:00
大曲
1:40→
←2:00
泊岩
1:20→
←7:00
☆☆☆(F)
焼山（活火山）
▲2,400
☆☆(D)
火打山
▲2461.8
山頂から半径1km以内
立入規制(平成28年3月～)
登山届提出義務有
笹倉温泉
ゲートあり
(6月下旬から11月上旬
の間の土・日・祝日開放)
焼山温泉
P 10台
砂防公園
ゲートあり(林道終点)
林道終点から0:50
0:50→
←1:00
大曲
1:40→
←2:00
☆☆(D)
火打山
▲2461.8
☆☆☆(F)
焼山（活火山）
▲2,400
泊岩
1:20→
←7:00
山頂から半径1km以内
立入規制(平成28年3月～)
登山届提出義務有
道路状況は小谷村
役場に確認
休憩所
P 30台
小谷温泉

技術的難易度

☆	登山の装備が必要
☆☆	登山経験が必要 地図読み能力があることが望ましい
☆☆☆	地図読み能力、ハシゴ・くさり場などを通過できる身体能力が必要

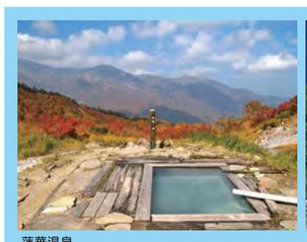
体力度

(A)	日帰りが可能
(B)	日帰りが可能
(C)	日帰りが可能
(D)	1泊以上が適当
(E)	1泊以上が適当
(F)	1～2泊以上が適当

引用：新潟県山岳遭難防止対策協議会

登山道
登山道（難路）
塩の道
登山口までの所要道路

P 駐車場
水 水飲場
山荘・山小屋
トイレ


蓮華温泉

雨飾山登り

方位磁石はこの図では真北（地図の真上）より約7°30′西（左に）傾きます。

7°30′

1：50,000
1000m 0 1000 2000 3000

交通機関

名称	連絡先	備考
【鉄道】		
JR糸魚川駅	TEL.025-552-0726	糸魚川市
【バス】		
糸魚川バス	TEL.025-552-0180	糸魚川市
小谷村村営バス	TEL.0261-82-2585	長野県小谷村
アルピコ交通（猿倉線）	TEL.0261-72-3155	長野県白馬村
【タクシー】		
糸魚川タクシー	TEL.025-552-0818	糸魚川市
小型タクシー	TEL.025-552-0026	糸魚川市
早川観光タクシー	TEL.025-555-2505	糸魚川市
小谷観光タクシー	TEL.0261-82-2045	長野県小谷村
アルプス第一交通	TEL.0261-22-2121	長野県白馬村
白馬観光タクシー	TEL.0261-72-2144	長野県白馬村
【回送サービス】		
ジェイ・ディ・エス	TEL.025-553-2465	糸魚川市

宿泊施設

名称	現地連絡先	連絡先	営業期間
【後立山連峰・栂海新道】			
白馬岳蓮華温泉ロッジ	090-2524-7237	TEL.025-552-1063	冬期3月下旬～5月上旬、無雪期6月下旬～10/20
白馬大池山荘		TEL.0261-72-2002	6月末～10月上旬
白馬山荘		TEL.0261-72-2002	4月下旬～10月中旬
白馬岳頂上宿舎		TEL.0261-75-3788	6月中旬～10月中旬
白馬尻小屋		TEL.0261-72-2002	7月上旬～9月末
猿倉荘	TEL.0261-72-4709	TEL.0261-75-3788	4月末～10月上旬
風吹山荘	090-4531-0448	TEL.0261-83-2420	6月下旬～10月中旬
白鳥小屋		TEL.025-562-2260	無人小屋
栂海山荘		TEL.025-545-2885	無人小屋
中俣小屋	収用人数15～20人（水有り、テント使用の際連絡）	TEL.025-552-8707	無人小屋 6月中旬~10月下旬
北又小屋	TEL.0765-84-8809	TEL.0765-83-2318	6月下旬～10月下旬
朝日小屋	080-2962-4639	TEL.0765-83-2318	6月下旬～10月中旬
雪倉岳避難小屋	080-2962-4639	TEL.0765-83-2318	無人小屋
【雨飾山周辺】			
雨飾温泉 雨飾山荘	090-9016-3212	TEL.025-558-2211	5月中旬～11月上旬
小谷温泉 雨飾荘	0261-85-1607	TEL.0261-82-3053	4月下旬～11月中旬
【鉾ヶ岳・権現岳】			
栂口温泉対岳荘		TEL.025-568-2720	通年
栂口温泉山城屋		TEL.025-568-2121	通年
栂口温泉権現荘		TEL.025-568-2201	通年
笹倉温泉龍雲荘		TEL.025-559-2211	通年
焼山温泉清風館		TEL.025-559-2011	通年

その他の温泉施設（糸魚川市）

名称	連絡先	施設のある場所
姫川温泉ホテル國富翠泉閣	TEL.025-557-2000	JR大糸線平岩付近
塩の道温泉ホワイトクリフ	TEL.025-558-2316	シーサイドバレースキー場内
糸魚川温泉ホテル國富アネックス	TEL.025-550-1000	JR大糸線姫川駅前
糸魚川温泉ひすいの湯（日帰り入浴）	TEL.025-553-2222	JR大糸線姫川駅前
長者温泉ゆとり館	TEL.025-566-3485	糸魚川市木浦地内
湯の脇温泉大平やすらぎ館（日帰り入浴）	TEL.025-566-5512	グリーンメッセ能生併設

問合せ先

名称	連絡先	備考
糸魚川市役所	TEL.025-552-1511	糸魚川市
糸魚川市観光案内所	TEL.025-553-1785	糸魚川市
小谷村役場	TEL.0261-82-2001	長野県小谷村
小谷村観光連盟	TEL.0261-82-2233	長野県小谷村
白馬村役場	TEL.0261-72-5000	長野県白馬村
白馬村観光局	TEL.0261-72-7100	長野県白馬村
(財)白馬村振興公社	TEL.0261-75-3788	長野県白馬村
朝日町役場	TEL.0765-83-1100	富山県朝日町

その他の機関

名称	連絡先	備考
糸魚川総合病院	TEL.025-552-0280	糸魚川市
糸魚川警察署	TEL.025-552-0110	糸魚川市
糸魚川市消防本部	TEL.025-552-0119	糸魚川市
長野県警察本部	TEL.026-233-0110	長野県

注意事項

【登山マップご使用にあたって】
登山道やアクセス道路は天候により、大きく変動することがあります。自己の責任で、慎重に対応してください。
また季節、天候、コース状況、パーティーの人数、各人の体力等により、コースタイムは相当の差異が生じます。あくまでも目安としてご活用ください。なお、事故や遭難等一切の責任は負いかねますのでご了承ください。

【事前の計画】
事前に登山道の状況を確認し、経験、技術、体力に応じた無理の無い登山計画にし、入山10日前ぐらい前に行き先地の警察署へ登山計画を提出しましょう。

【山岳保険の加入】
ひとたび遭難を起こすと多くの人に迷惑をかけるほか、救助活動等に多額の費用がかかります。不測の事態に備え、山岳保険等に加入してから登山しましょう。

【健康チェックとトレーニング】
持病のある人や長期の山行を計画している登山者は事前の健康診断をし、年間を通じたトレーニングを重ね体調を十分整えてから登山しましょう。

【装備品】
登山にあたっては、天候や気温の急変など、厳しい自然条件に耐え得るような装備を準備し、事前に装備品の点検と整備を十分に行うとともに、取り扱いや応急的な修理を熟知しましょう。

【気象状況の把握】
事前に気象状況を十分把握し、どの状況で引き返すか検討し、登山中はラジオ等で気象状況を絶えず把握し、天候を予測した行動をとりましょう。

【登山パーティーとリーダー】
単独登山は、トラブル発生時の対応能力に限界があることから、『遭難』へと発展しやすいので、経験豊富なリーダーのいるパーティーでの登山を行い、パーティーの一人ひとりが体力・能力・技術をよくわきまえて行動しましょう。

【緊急時の連絡手段】
緊急時無線機などの連絡手段の確保が必要です。通信機等は寒冷による消費電力の消耗が激しいので、予備バッテリーも携行してください。なお、携帯電話の通話可能な場所は限りがあります。

「この地図は、国土地理院長の承認を得て、同院発行の５万分1地形図を複製したものである。（承認番号 平24 北複、第111号）」

登山道
登山道（難路）
登山口までの所要道路
P 駐車場
水 水飲場
山荘・山小屋
トイレ

国道の歩行は大型車が多く危険
タクシーの利用が無難
栂海新道登山口
3:00→ ←1:40
尻高山 ▲677.4
0:40→ ←0:40
林道の通行可否要確認
坂田峠
P 30台
5台 P
0:20→ ←0:30
山姥ノ洞 水
0:30→ ←2:00
1:50→ ←3:00
白鳥山 1,286.9 ★★(B)
白鳥小屋
2:00→ ←1:30
菊石山 ▲1,209.8 水
1:30→ ←2:30
★★★(D) 犬ヶ岳 1,593
栂海山荘
日本海を目指す本格縦走路、長距離のため健脚者向け。
栂海新道
1:30→ ←1:30
サワガニ山
1:30→ ←1:30
糸魚川市
黒岩山 1,623 ★★★(E)
黒岩平 水
1:40→ ←1:20
アヤメ平
1:40→ ←1:20
長梅山 2207
このルートは朝日小屋朝日町へお問い合わせ下さい。
★★★(F) 朝日岳 2,418
朝日小屋
前朝日
0:50→ ←1:10
1:10→ ←1:30
水平道 残雪時通行不可
1:45→
2:30→ ←2:00
白馬連山高山植物帯
蓮華温泉朝日岳線
2:00→ ←1:20
五輪の森 水
2:00→ ←1:30
白高地沢 ←2:30
白高地沢橋
2:20→
木道 スリップ注意
ヤッホー平
登山口 風吹大池
急坂
3:30→ ←2:30
風吹大池 笹目尾根
1,888 風吹岳 水
風吹天狗原
風吹山荘
3:00→ ←2:30
3:00→ ←2:00
カモシカ展望台
兵馬の平
蓮華温泉
1:20→ ←1:00
蓮華の森自然歩道 1周約5km（2:30）
P 70台
白馬岳蓮華温泉ロッジ キャンプ場
瀬戸川
1:00→ ←1:40
仮橋あり 増水時危険
天狗の庭
1:00→ ←1:20
1:00→ ←2:00
白馬大池山荘
白馬大池
2,436 乗鞍岳
1:30→
天狗原 水
1:20→ ←1:00
梅池山荘 梅池ヒュッテ
梅池自然園
梅池ロープウェイ運行の要確認
★★★(C) 雪倉岳 2,610
雪倉岳避難所 非常時のみ利用のこと
0:50→ ←0:30
鉱山事務所跡
神ノ田圃
利用者少なく経験者向け また残雪時、道が不明瞭
鉢ヶ岳 2,563
1:30→ ←2:00
1:00→ ←1:00
黒いザク
分岐注意
★★★(D) 2,766 小蓮華山
2:00→ ←1:30
雷鳥坂
0:30→ ←0:30
0:40→
山頂付近崩落の危険性あり、ロープ規制内は入らないこと
三国境 2,751
白馬岳から下の地域は、長野県の関係機関へお問い合わせ下さい。
蓮華温泉朝日岳線 このコースは距離が長く健脚者向け 休憩込みで片道9～10時間かかる 早立ちすること
ヒワ平（ゲートあり） 10月下旬～6月下旬閉鎖
ヒワ平
P 20台
白池森林公園
P 10台
ワサビ沢
バスの運行につきましては、糸魚川バスへお問い合わせ下さい。（025-552-0180）
0:30→ ←0:20
中俣新道
中俣小屋
中俣山 1,037
1:00→ ←0:40
長梅発電所
基盤平
0:15→
聖山
大所
大所川第二発電所
大所川第一発電所
0:40→ ←1:30
黒岩山 1,623 ★★★(E)
黒岩平 水
1:40→ ←1:20
アヤメ平
1:40→ ←1:20
長梅山 2207
白馬連山高山植物帯
五輪山
丸倉山
(黒倉山) 黒負山
大前山
ヒワ平
白池森林公園
P 20台
P 10台
ワサビ沢
蒲原山
難場山
赤倉山
赤禿山
杉平
大所
木地屋
木地屋川
国境
山之坊
中川原
大所川第二発電所
甘露の水 水
分岐点
0:20→ ←0:20
0:45→ ←0:30
ゲートあり
1:30→ ←1:20
半蔵尾根（滑下可）
0:30→ ←0:30
0:40→ ←0:25
サカサ沢
雪渓滑落注意
1:00→ ←0:30
ゲートあり
ヒスイ峡
滝上発電所
キャンプ場
1:00→ ←0:40
清水山
野口
東峰
夏中
小滝駅
糸魚川市
1:00→ ←0:50
作業道（車不可）
ヨシオ滝
ヨシオ山
村杉山
横前倉山
一本松山
穴見山
松尾山
辰尾山
源太夫山
柴倉山
マイコミ平
清水倉
麻尾山
外波
親不知
子不知高架橋
鬼婆
竹ノ鼻
トンネル
国道8号線
勝山 (勝山城跡) 328.4
鎖場・急坂
P 3台
0:30→ ←0:40
高畑
頭山
西中
西川原
大谷内
美山
岩木
村新田
大谷内
小ギラ
大ギラ
不動滝
芦沼