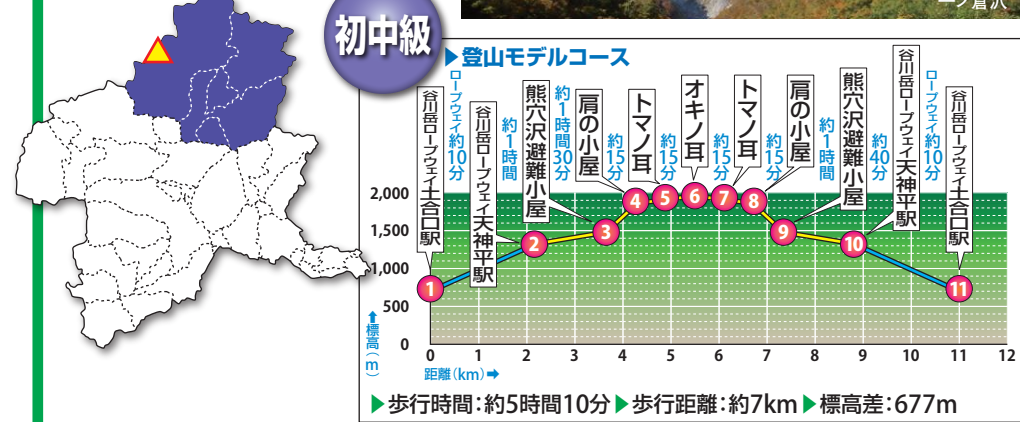


ハードな岩山のイメージ。でも、ピグナーコースも楽しめる。

谷川岳

（たにがわだけ）
Mt.Tanigawa-dake
標高●1,977m



■谷川岳ロープウェイ・料金・大人・往復3,000円（内運1,800円）、子ども・往復1,500円（内運900円）▶所要時間・約1分
▶営業時間・平日8:00～17:00（土曜・日曜・17:00～17:00）土曜・日曜・16:30、下の図解17:00 ▶営業時間等は季節によって変わります。詳しくはお問い合わせください。●0278-72-3577 ■肩の小屋 予約先 ●090-3347-0802（お問い合わせ）▶みなかみ町観光協会 ●0278-62-0401 ▶みなかみ山岳ガイド協会 ●0278-62-0401
▶山岳登山会（山岳会）●0278-72-3668（冬季期間休業中）

▶交通アクセス
（電車）上野駅～東京駅～上毛高原駅（約1時間20分） 上越線：上野駅～水上駅（約2時間55分）
（バス）上毛高原駅～水上駅（約25分）▶水上駅～谷川岳ロープウェイ駅（約20分）
（タクシー）上毛高原駅～谷川岳ロープウェイ駅（約40分） 水上駅～谷川岳ロープウェイ駅（約20分）
（マイカー）関越自動車道水上ICから国道291号を谷川岳ロープウェイ駅まで約20分

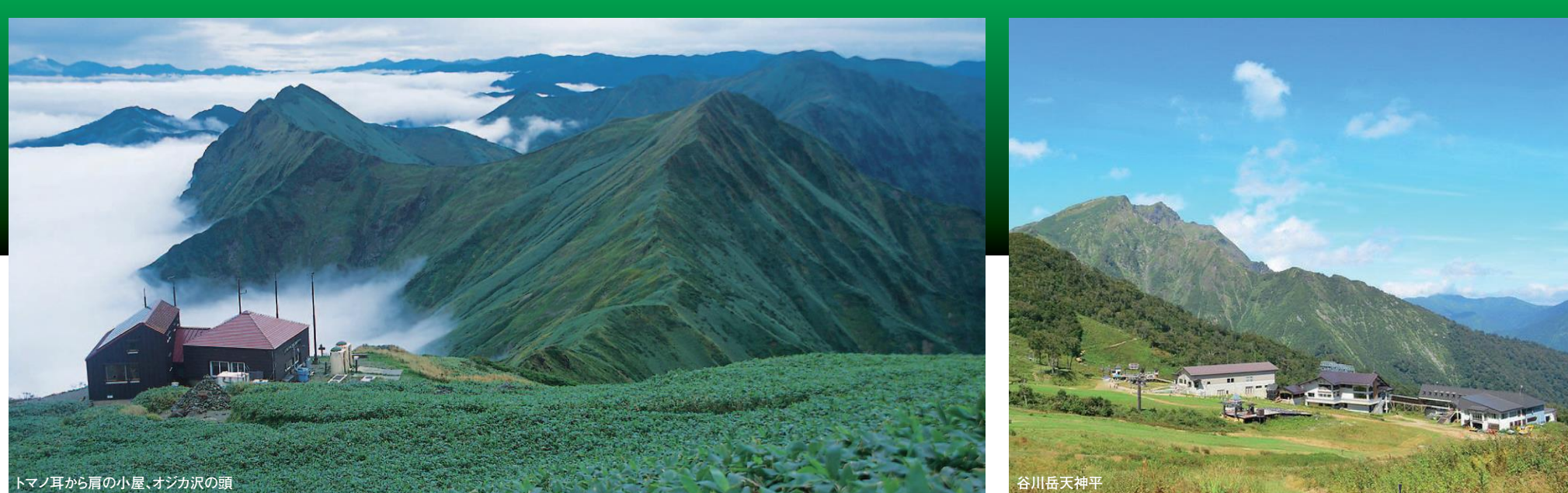
コースガイド

スタートはロープウェイとリフト。
展望台からのパノラマも楽しみ。

谷川岳ロープウェイと天神平へ。天神平根コースから山頂を目指す最も一般的なコースです。5月の連休や夏休み、紅葉シーズンは、登山者でかなり混み合うこともあります。

「熊沢沢避難小屋」から先は尾根道で勾配がきついが、やがて樹林帯を抜けると西里尾根や祖宿などの山容が迫り、展望が一段と広がります。途中、休憩に最適な「天狗のトマノ耳」と呼ばれる大きな岩に寄ります。さらに登っていくと、「天神平」を過ぎ、初夏まで雪が残る「肩ノ小屋」に出ます。直下のガレ場に設置されたジグザグの道を登って行くと「肩ノ小屋」に到着です。「熊沢沢避難小屋」から「肩ノ小屋」までは約1時間30分ほどです。

天神平からは「熊沢沢避難小屋」に向けて最初

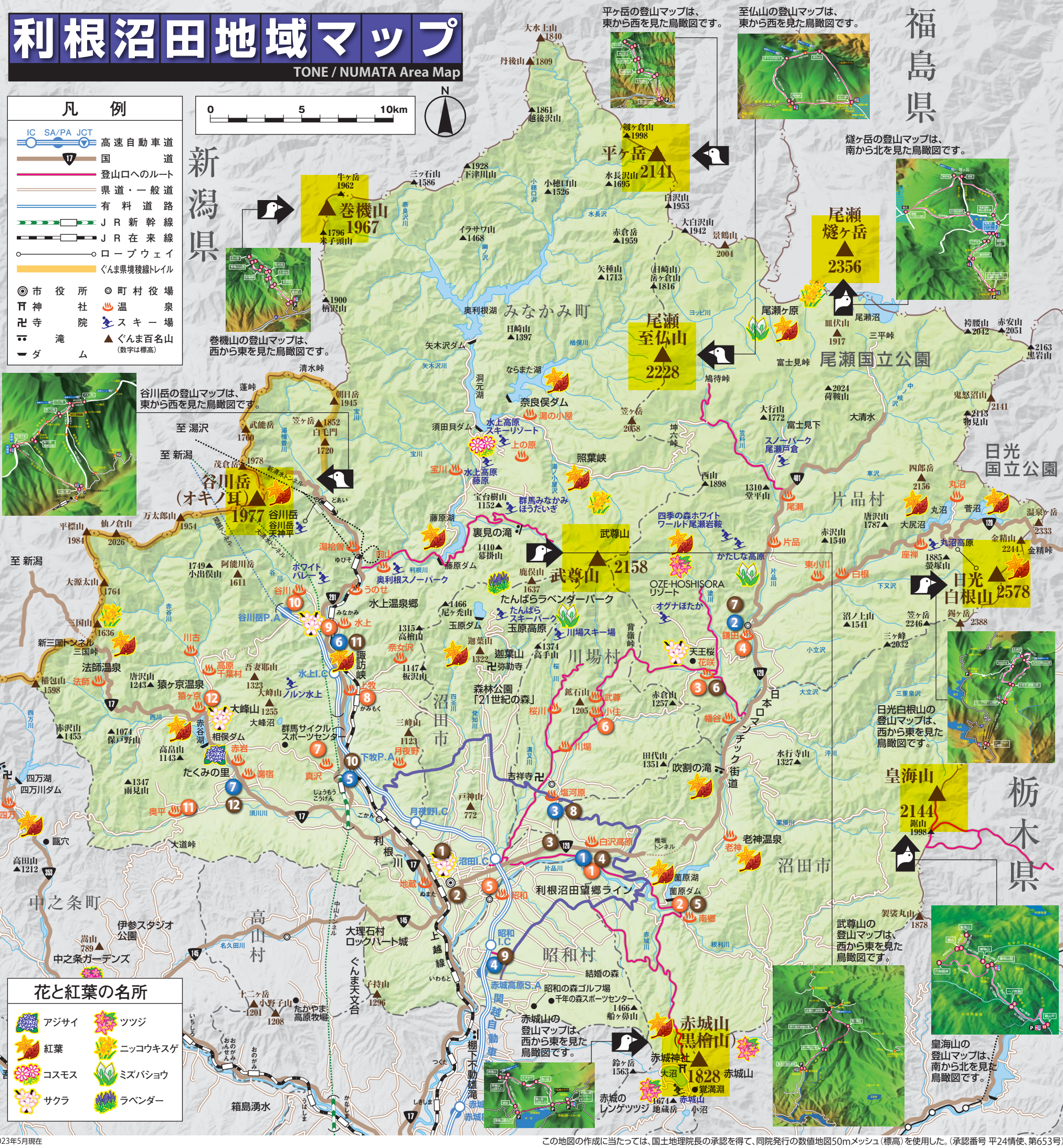


は下り、途中から緩やかな上りとなり、約45分で「熊沢沢避難小屋」に到着です。天神平を越え、天神平根コースから山頂を目指す最も一般的なコースです。5月の連休や夏休み、紅葉シーズンは、登山者でかなり混み合うこともあります。

尾根道をたどり樹林から岩場へ。
遂に山頂へ、「耳二つ」を制覇!!

「熊沢沢避難小屋」から先は尾根道で勾配がきついが、やがて樹林帯を抜けると西里尾根や祖宿などの山容が迫り、展望が一段と広がります。途中、休憩に最適な「天狗のトマノ耳」と呼ばれる大きな岩に寄ります。さらに登っていくと、「天神平」を過ぎ、初夏まで雪が残る「肩ノ小屋」に出ます。直下のガレ場に設置されたジグザグの道を登って行くと「肩ノ小屋」に到着です。「熊沢沢避難小屋」から「肩ノ小屋」までは約1時間30分ほどです。

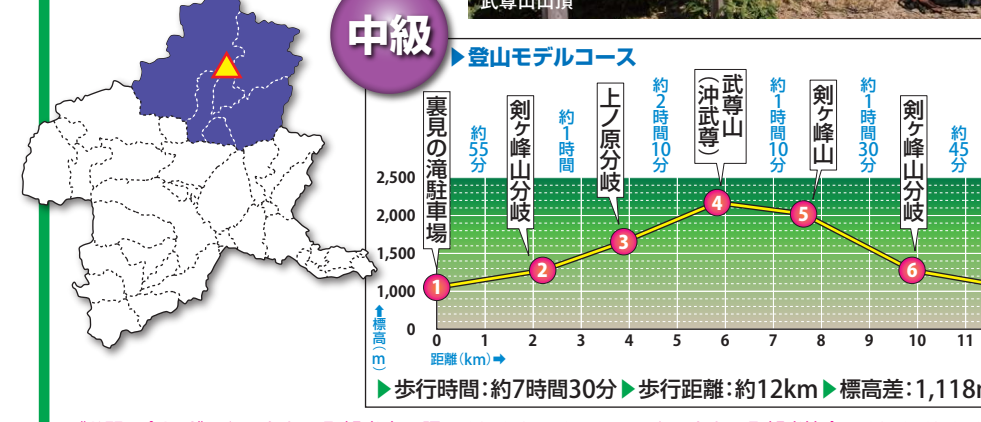
天神平からは「熊沢沢避難小屋」に向けて最初



日本武尊ゆかりの山岳信仰の山。単独峰で全方位に広がるパノラマ。

武尊山

（ほたかさん）
Mt.Hotaka-san
標高●2,158m



（お問い合わせ）▶みなかみ町観光協会 ●0278-25-5017 ▶みなかみ町観光協会 ●0278-52-0401
▶川場村観光協会 ●0278-52-3412 ▶川場村観光協会 ●0278-52-3412
▶山岳登山会（山岳会）●0278-72-3668（冬季期間休業中）

▶交通アクセス
（電車）上野駅～東京駅～上毛高原駅（約1時間20分） 上越線：上野駅～水上駅（約2時間55分）
（バス）上毛高原駅～水上駅（約25分）▶水上駅～武尊山（約30分）
（タクシー）上毛高原駅～武尊山（約40分） 水上駅～武尊山（約20分）
（マイカー）関越自動車道水上ICから国道291号、県道で武尊山の登山道まで約45分

コースガイド

武尊山へ剣ヶ峰山をたどるルート。
林道から登山道に入り、尾根道へ。

みなかみ町観光協会から武尊山へ。武尊山へは360度の展望が開け、非常に眺めが良く、方位磁針がなくても、それぞの山名を確認でき、空気が澄んでいれば富士山まで望めます。山頂広場は広く、休憩場所も十分。網があり、山岳信仰の雰囲気も感じられます。

武尊山頂から剣ヶ峰山頂へ。
渡渉をまじえて裏見の滝へ下山。

山頂の東側から、剣ヶ峰山頂に向かいます。武尊山までの道は急坂で、しかもガレ場が続くので歩行には十分注意します。

剣ヶ峰山頂へ向かう尾根道は多少のアップダウンがありますが、素晴らしい展望が広がります。山頂は狭く、休憩場所はありません。川場村方向へ少し進んだところに、背の低いハイマツの生えた広

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

4つめの鎖場を越えたところに、北側に展望が広がる山頂があります。天気が良ければ、谷川岳、巻山、市川山などの山々を望むことができ

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。



場があり、テーブル、ベンチで休憩ができます。剣ヶ峰山頂からは、武尊山へは360度の展望が開け、非常に眺めが良く、方位磁針がなくても、それぞの山名を確認でき、空気が澄んでいれば富士山まで望めます。山頂広場は広く、休憩場所も十分。網があり、山岳信仰の雰囲気も感じられます。

武尊山頂から剣ヶ峰山頂へ。
渡渉をまじえて裏見の滝へ下山。

山頂の東側から、剣ヶ峰山頂に向かいます。武尊山までの道は急坂で、しかもガレ場が続くので歩行には十分注意します。

剣ヶ峰山頂へ向かう尾根道は多少のアップダウンがありますが、素晴らしい展望が広がります。山頂は狭く、休憩場所はありません。川場村方向へ少し進んだところに、背の低いハイマツの生えた広

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。



場があり、テーブル、ベンチで休憩ができます。剣ヶ峰山頂からは、武尊山へは360度の展望が開け、非常に眺めが良く、方位磁針がなくても、それぞの山名を確認でき、空気が澄んでいれば富士山まで望めます。山頂広場は広く、休憩場所も十分。網があり、山岳信仰の雰囲気も感じられます。

武尊山頂から剣ヶ峰山頂へ。
渡渉をまじえて裏見の滝へ下山。

山頂の東側から、剣ヶ峰山頂に向かいます。武尊山までの道は急坂で、しかもガレ場が続くので歩行には十分注意します。

剣ヶ峰山頂へ向かう尾根道は多少のアップダウンがありますが、素晴らしい展望が広がります。山頂は狭く、休憩場所はありません。川場村方向へ少し進んだところに、背の低いハイマツの生えた広

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。

手小屋沢避難小屋を過ぎると鎖場が4か所。鎖またはロープとともに、登りは固定されているので注意しながら登ります。