Tone / Numata area
Japan 100 Famous Mountain Route Guide

群馬県

日本百名山 利根沼田地域 夏山ルートガイド

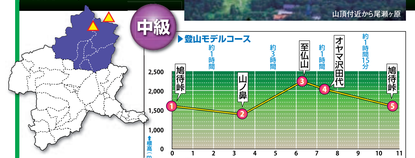
高山植物の宝庫、なだらかな山容。尾瀬ヶ原をやさしく見守る。

至仏山（しぶつさん） Mt.Shibutsu-san

標高◉2,228m

山頂付近から尾瀬ヶ原

中級



▶登山モデルコース

▶歩行時間：約6時間15分▶歩行距離：約10.7km▶標高差：828m

■乗合バス・貸合タクシー［戸倉～鳩待峠］▶料金／大人1,300円、子ども650円▶所要時間／約35分
※営業期間・時間帯等は季節・曜日・交通規則の有無によって変わります。詳しくはお問い合わせください。
《お問い合わせ》
▶片品村むらづくり観光課 ☎0278-58-2112 ▶片品村観光協会 ☎0278-58-3222
▶片品山岳ガイド協会 ☎0278-58-7801 ▶尾瀬保護財団 ☎027-220-4431
▶尾瀬戸倉観光協会 ☎0278-58-7263

交通アクセス
【電車】上越新幹線：東京駅～上毛高原駅（約1時間20分） 上越線：上野駅～沼田駅（約29時間50分）
【バス】上毛高原駅～尾瀬戸倉（約1時間50分）→尾瀬戸倉～鳩待峠（約35分）
【マイカー】関越自動車道沼田ICから国道120号で約1時間20分

▶コースガイド

至仏山から小至仏山へ縦走。展望や高山植物も楽しみたい。

戸倉からバスで鳩待峠へ約30分で到着。山ノ鼻に向かって出発します。

登山口の赤外線センサーを通過して、川上川に沿った樹林の中を進み、川上川橋を渡れば山ノ鼻。木道や階段は、雨の日や残雪期など濡れていると大変滑りやすいので足元に注意しながら進んでください。尾瀬では、木道や階段での事故が圧倒的に多いです。至仏山へは、研究見本園を横切り、登山口へと向かいます。山頂までは標高差800mの急峻をとり返す直登するように登っていきます。

森林限界を超えたあたりから景色が開け、岩の露出した荒々しい道が続きます。急坂を登っていけば、高天ヶ原のテラスに到着。テラスから山頂までは傾斜も緩やかで約20分で到着します。

山頂に立てば眼下に尾瀬ヶ原の雄大な全景が広がり、平ヶ岳や谷川連山、日光連山の山々を眺望できます。また、初夏にはなれば岩の間でオゼソウなどの高山植物が可憐に咲き乱れます。

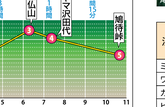
鳩待峠に向かって岩稜地帯を慎重に下山し、後半の登山道を下っていけば約40分で小至仏山に到着。

オヤマ沢田代までは時折大きな岩場も現れますが、約20分で到着。斜面が緩やかになり、しばらく進めばオヤマ沢田代の湿原に到着します。夏には風に揺れる白いワタスゲの果穂を見ることもできます。

鳩待峠までは、樹林帯の中の緩やかな登山道を下ります。針葉樹からブナ林に変わり、樹林を抜ければ鳩待峠に到着です。

※開花時期は目安です。

湿原の花	6月 上	6月 中	6月 下	7月 上	7月 中	7月 下	8月 上	8月 中	8月 下	9月 上	9月 中	9月 下
ミツガシワ												
ワタスゲ果穂												
カキツバタ												
ヒツジグサ												
ニッコウキスゲ												
コオニユリ												
サワギキョウ												
ミズギク												



▲鳩待峠から山ノ鼻へ

ちょっと寄り道

尾瀬ぷらり館 【資料館・日帰り温泉】
尾瀬の玄関は戸倉にあり、尾瀬の自然保護や尾瀬を訪れる人々の交流の場として、尾瀬の自然に関する資料が展示してあります。
★営業時間／9:00～17:00★定休日／水曜日（要問い合わせ）★入館料／無料★交通／沼田ICから車で約1時間 ☎0278-58-7263

尾瀬山の家ビジターセンター
尾瀬ヶ原の入口にあり、展示室や資料コーナーで、尾瀬で暮らす動植物、気象、自然保護活動などについての情報提供を行っています。
★開館時間／7:00～16:00★開館期間／5月中旬～10月下旬★定休日／期間中は無休★入館料／無料 ☎070-8708-2752

尾瀬沼ビジターセンター
尾瀬沼東岸にあり、尾瀬の四季を紹介する映画やスライドショーの上映も行っています。また、高山植物の開花情報も収集できます。
★開館時間／7:30～16:00★開館期間／5月中旬～10月下旬★定休日／期間中は無休★入館料／無料 ☎090-8137-6006

▲尾瀬沼東岸から望む燧ヶ岳

《尾瀬国立公園》

尾瀬ヶ原ニッコウキスゲ

尾瀬ヶ原から見上げる燧ヶ岳。手前の山小屋は見晴地区

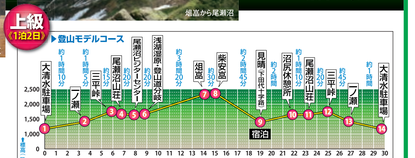
東北以北で最高峰。5つのピーク。至仏山とともに尾瀬のシンボル。

燧ヶ岳（ひうちがたけ） Mt.Hiuchiga-take

標高◉2,356m

燧高から尾瀬沼

上級（1泊2日）



▶登山モデルコース

▶歩行時間：1日目）約9時間45分（2日目）約5時間15分▶歩行距離：約30.3km▶標高差：1,166m

《お問い合わせ》
▶尾瀬保護財団 ☎027-220-4431 ▶尾瀬戸倉観光協会 ☎0278-58-7263
▶片品山岳ガイド協会 ☎0278-58-7801 ▶尾瀬檜枝岐温泉観光協会 ☎0241-75-2432

交通アクセス
【電車】上越新幹線：東京駅～上毛高原駅（約1時間20分） 上越線：上野駅～沼田駅（約2時間50分）
【バス】上毛高原駅～大清水（約2時間） 沼田駅～大清水（約1時間30分）
【マイカー】関越自動車道沼田ICから国道120号、401号で大清水まで約1時間50分
※例年6月末～10月中旬頃低公害車観覧行（大清水～ノ瀬 料金／大人・片道1,000円、子ども・片道500円 所要時間／約15分）

N
至御池
燧ヶ岳
2,356m
俎嵓
柴安嵓
見晴
見晴ポイント
約30分
約1時間
樹林帯内は蚊やみが多いので要注意!
約1時間30分
約1時間
約1時間
約1時間