

必ず読んで下さい!

御嶽山立入規制情報

2021年6月現在

火口から概ね1km以内は立入規制

- 御嶽山は活火山です。入山に際し、予め最新の火山活動の状況を確認願います。御嶽山の活動状況は、**気象庁のホームページで確認できます。**
(問合せ先) 長野気象台 026-232-2034
噴火による噴石や火山ガスの発生があることを理解いただき、警戒区域以外も自己責任で入山願います。
*立入規制は火山活動や安全対策等で変わりますので最新情報を確認して下さい。
- 荒廃した山小屋や登山道等の危険があるため、災害対策基本法第63条第1項に基づく警戒区域を設定して立ち入りを禁止しています。許可なく警戒区域に入った場合は、法律により罰せられます。

緊急時の避難ルート

緊急時には現在位置を確認して、裏面のマップ内【避難ルート】に示してあるルートで速やかに下山して下さい。

登山計画書の提出

登山計画書 各登山口に設置されています。非常時の安否確認のため必ず提出して下さい。便利な登山届ネットやコンビニからも出せます。

【御嶽山登山ワンポイントアドバイス】

御嶽山登山・トレッキングの心がけ

- 御嶽山の火山情報を事前に入山して規制区域・危険箇所・安全箇所の確認
- 山を愛する者のマナーとして、植物の採取は厳禁。
- 浮き石には充分注意し、落石をおこさないように。
- 早発ち、早着、これが山のモットー。午後は天候が変わりやすい。
- アクシデントが発生したら、すばやく山小屋へ連絡。
- 道に迷ったら、まず落ち着き、来た方向に引き返す。
- 御嶽山麓には約100軒の宿泊施設があります。登山前日は麓に宿泊し、睡眠を充分とってから登りましょう。
- 雷鳥等の希少動物や植物保護の為、ペットの入山はできません。山小屋トイレは、自然保護・維持管理等 有料です100円(小銭用意)



バテない歩き方

- 登りの場合は、足を振り子のように前に出す。歩幅は狭め。
- 下りの場合は、膝でクッションをかけるようにして、一定のリズムを保つ。靴紐は登りよりきつめに締め、歩幅は狭める。
- いつも同じ調子を維持するように心掛ける。
- 足の裏は全体的に使って地面にフラットに置き、やむを得ないときのみつま先等を使う。

服装・持ち物

- ①ヘルメット
ヘルメットがあなたの命を守ります。
- ②ベースレイヤー(肌着、アンダーウェア)
メリノウールや化繊素材の乾きやすいものを。又はポリエステル100%のTシャツ 綿素材はNG
- ③ミッドレイヤー(中間着・防寒着)
フリース、インナーダウン、定番のチェックのシャツ等 予想外の寒さの時でも対応できます。真夏日でも山は寒くなりますので必ず防寒着を用意しましょう。
- ④アウターレイヤー(防風、防水、レインウェア、ウインドブレイカー)
アウターレイヤーにはレインウェアを代用してしまうのが簡単
- ⑤レインウェア(雨具・雨対策グッズ)
必須、上下に分かれた蒸れにくい素材のものがベスト
- ⑥長ズボン(半パンツ・ハーフパンツ)
乾きやすい化繊素材を使用したもの。足を上げやすいものを選びましょう。
- ⑦タイツ
下山時の膝・腰、翌日の筋肉痛の軽減に効果的です。
- ⑧登山靴・トレッキングシューズ・スノーブーツ
一番重要な登山用品 つまさきやかかとの保護されたもの。防水性が高く、スリッパににくい靴底。足首まで覆ったハイカットのもの。
- ⑨ザック(バックパック)
バックパックは下から軽いものを、中間に重いもの、上部やポケットにはすぐ使うものを入れる。着替え類は必ずビニールに入れ、口を下にバックパックする。
- ⑩水筒
1リットル位入る軽量なもの。なければペットボトルで代用。
- ⑪その他
ヘッドランプ・時計・携帯電話(予備電池)・カメラ・救急セット・非常食・行動食・帽子・ストック・ラジオ等
*健康保険証(万が一のためのコピーを用意)



INFORMATION

観光案内

王滝観光案内所 <http://www.ontake.jp>
〒397-0201 長野県木曾郡王滝村2758-3 ☎0264-48-2257

(一社)木曾おんたけ観光局 <https://kisdani-trail.com/>
〒397-0001 長野県木曾郡木曾町福島2012-5 ☎0264-25-6000

開田高原観光案内所 <http://www.kaidakogen.jp>
〒397-0301 長野県木曾郡木曾町開田高原木川1895 ☎0264-42-3350

木曾観光連盟 <http://www.kisoji.com/>
〒399-6101 長野県木曾郡木曾町日義4898-37木曾文化公園内 ☎0264-23-1122

各機関の問い合わせ先

王滝村役場 <http://www.vill.otaki.nagano.jp>
〒397-0201 長野県木曾郡王滝村3623 ☎0264-48-2001

木曾町役場 <http://www.town-kiso.com/>
〒397-8588 長野県木曾郡木曾町福島2326-6 ☎0264-22-3000

県立木曾病院 ☎0264-22-2703

おんたけ交通(路線バス) ☎0264-22-2444

おんたけタクシー ☎0264-22-2525

木曾交通(タクシー) ☎0264-22-3666

気象情報(長野県中・南部 週間天気予報) ☎0263-33-0177

電車(JR)ご利用の場合

- 新宿から木曾福島
中央東線→塩尻→中央西線…約3時間15分
新幹線→名古屋→中央西線…約3時間25分

- 名古屋から木曾福島
中央西線…約1時間25分

- 新大阪から木曾福島
新幹線→名古屋→中央西線
…約2時間31分



ACCESS

お車ご利用の場合

- 東京(高井戸IC)から木曾福島
中央自動車道→塩尻IC→R19
…約3時間45分
- 東京(高井戸IC)から木曾福島
中央自動車道→伊那IC→R361→R19
…約3時間30分
- 名古屋から木曾福島
中央自動車道→中津川IC→R19
…約2時間10分
- 名古屋から木曾福島
中央自動車道→伊那IC→R361→R19
…約2時間20分

KISO ONTAKE GUIDE MAP



YAMAPの使い方

YAMAP アプリ活用



電波の届かない山の中でもGPSで現在地が分かる登山地図アプリ。全国の山2万座以上をカバーし、歩いたルートや撮影した写真を記録することもできます。このアプリを使うことによって、登山届を提出できる他、アプリ内に危険箇所及びシェルター情報などが掲載されており、より安全な登山をお楽しみいただけます。

ダウンロードはこちらから
ヤマップ 検索

2021年6月

木曾おんたけ観光局

三小屋の案内

御嶽山の三小屋について

御嶽山には多くの山小屋があり、入山禁止区域外は営業します(7月上旬～10月上旬)
 山小屋では休憩や有料トイレの利用が可能です。
 また緊急時に山小屋は避難場所として機能します。
 屋外スピーカー・ヘルメット・ゴーグル・マスク・AED等の防災備品を備え、情報伝達及び避難誘導を行います。
 御嶽山は日帰り登山も可能ですが、山小屋に泊まれば、夕焼け、星空、come光、雲海など、日帰りでは見ることができない美しい自然の姿を楽しむことができます。
 また山小屋の主人から美しいヒュースポットや高山植物の開花情報を教えてもらったり、山岳信仰の話などを聞けるかもしれません。
 あなたもぜひ、山小屋の魅力に触れて下さい。

※山小屋のヘルメットは緊急時用の備品です。ヘルメットを持参し、ヘルメットをお持ちでない方にはレンタル有料もしております。詳しくは(株)木曽おんたけ観光局 TEL 0264-1251-60000 女人堂までお問合せください。
 ※営業期間の確認や宿泊予約は各施設までお問合せください。



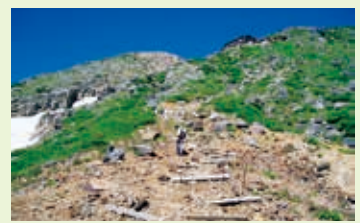
通行可能期間
7月上旬～11月初旬
通行可能時間
7:00～16:00
※9合目避難小屋までは7月上旬～10月12日火の間、時間規制はありません。

2021年7月上旬から
2021年10月12日火まで
7:00～14:00
14:00までに9合目避難小屋まで下山する

女人道から三ノ池方面への登山道は状況により通行不可

避難小屋
山小屋

赤ラインは立入禁止区域



コマクサ

おんたけ王滝アプリ
 王滝村をより安心して楽しむための便利なツールとしてご活用ください。
 防災情報 火山情報 ライブカメラ
 緊急通報 観光案内 AR機能
 「App Store」「Google play」からダウンロード

二ノ池山荘<70>
 ☎090-4668-7000
 (営業期間外☎090-8723-8072)

二の池ヒュッテ<50>
 ☎090-4368-1787
 (営業期間外☎080-2250-8008)

石室山荘(九合目)<100>
 ☎090-8873-9761
 (営業期間外☎0264-46-2016)

八海山小屋(五合目)<30>
 ☎090-2235-0581
 (営業期間外☎0264-46-2126)

女人堂(八合目)<120>
 ☎090-8329-1385
 (営業期間外☎090-8329-1385)

御嶽五の池小屋<100>
 ☎090-7612-2458

行場山荘(七合目)<80>
 ☎090-4380-5200
 (営業期間外☎0264-46-2014)

御岳ロープウェイ
 ☎0264-46-2525

※〈 〉内は各施設の収容人数



ハクサンフウロ



キバナジャクナゲ



クロコロ

黒沢口から (上り時間/下り時間)

●御嶽山麓美林・滝巡りコース 下りコース220分(約3時間40分)

木曽福島駅(霊峰ライン) 車で45分 — 中の湯(六合目)(これより徒歩) 60分 百間滝 60分
 油木美林 90分 不易の滝 10分 こもればの滝 15分 百間滝入口駐車場 健脚向き

木曽福島駅(御岳ブルーライン) 車で40分 —
 御岳ロープウェイ山頂駅 15分 七合目分岐 60分 方丈の滝 60分 百間滝 60分
 油木美林 90分 不易の滝 10分 こもればの滝 15分 百間滝入口駐車場 健脚向き

●剣ヶ峰折り返しコース (上り時間) 245分(約4時間5分) (下り時間) 160分(約2時間40分)

木曽福島駅(霊峰ライン) 車で45分 — 中の湯(六合目)(これより徒歩) 55分
 七合目 70分 八合目(三ノ池ルート分岐点) 85分 九合目 10分 二ノ池分岐 25分 剣ヶ峰 45分 15分

●剣ヶ峰折り返しコース (上り時間) 205分(約3時間25分) (下り時間) 135分(約2時間15分)

木曽福島駅(御岳ブルーライン) 車で40分 — 御岳ロープウェイ山頂駅 15分
 七合目 70分 八合目(三ノ池ルート分岐点) 85分 九合目 10分 二ノ池分岐 25分 剣ヶ峰 45分 15分

黒沢口から (上り時間/下り時間)

●御嶽山縦走コース(三岳黒沢～濁河 小坂口)

木曽福島駅(霊峰ライン) 車で45分 — 中の湯(六合目)(これより徒歩) 55分 七合目 70分
 八合目 85分 九合目 80分 白竜避難小屋 40分 摩利支天山 55分 五ノ池 90分
 のぞき岩 120分 濁河温泉 — 車で90分 — 木曽福島 80分 40分 70分

王滝口(田の原)から (上り時間/下り時間)

●田の原天然公園(標高2200mに広がる高層湿原)(20分)
 登山口 — 田の原大黒天 — 田の原逢拝所 — 展望台 — 登山口 1周約1.5km

●王滝頂上折り返しコース(上り時間) 165分(約2時間45分) (下り時間) 95分(約1時間35分)

●御嶽古道コース
 八海山 45分 銀河村キャンプ場 30分 十二大権現 25分 新滝 25分 清滝 25分
 約2km 約0.9km 約0.5km 約0.5km

開田口から (上り時間/下り時間)

●三ノ池折り返しコース (上り時間) 320分(約5時間20分) (下り時間) 240分(約4時間)
 開田口 320分 三ノ池 *開田口から三ノ池～五ノ池～飛驒頂上～飛驒小坂口登山道縦そうコースもできます。 240分



この先は登山装備が必要です
 ⊗ 立入禁止区域 (2021年6月現在)
 ▲ 緊急避難場所
 ☆ …高山植物の群生地

警戒レベル2→1へ2017年8月21日引き下げられました。
 規制区域は火口1km規制中は変わりません。

女人道から三ノ池方面への登山道は状況により通行不可

黒沢十字路口から剣ヶ峰(山頂)登山道の規制緩和。
 (注)2021年7月1日(木)午前8時から2021年10月12日(火)午後2時まで(予定)

通行可能期間
 7月上旬～11月初旬
 通行可能時間
 7:00～16:00
 ※9合目避難小屋までは、7月上旬～10月12日火の間、時間規制はありません。

2021年7月上旬から
 2021年10月12日火まで
 7:00～14:00
 14:00までに9合目避難小屋まで下山する

冬期は
 これより先通行止



長野県内入山注意報発表中

令和3年(2021年)6月4日現在 長野県観光部山岳高原観光課

登山者への5つのお願い

必ず事前に登山計画書を届出しましょう

- 1 体調管理**
 体調に不安がある場合は、絶対に入山しないこと。
 ●日ごろの体調管理に加え、当日の検温を。
 ●少しでも風邪症状があったら入山を控えましょう。
- 2 情報収集**
 山小屋・テント場の営業確認、事前予約を徹底すること。
 ●山小屋泊の場合は必ず事前予約しましょう。
 ●テント場利用の場合も事前に連絡を。
- 3 山選び**
 十分に難易度を落とした山選びをすること。
 ●登山中に体調を崩すと、救助・医療体制に負担をかけ、山小屋の営業にも影響を与えます。
- 4 行動計画**
 混雑を回避する登山計画により行動すること。
 ●混雑期を避け、少人数のパーティーで入山。
 ●宿泊、休憩場所ではマスクを着用し、他の登山者と一定の距離をとりましょう。
- 5 装備**
 感染予防グッズを携行し、ゴミは持ち帰ること。
 ●消毒液、体温計、マスク、シュラフ、使い捨て手袋、多めの水、密閉ゴミ袋等が必要です。
 ●山小屋がルールを定めている場合は従いましょう。

**御岳県立公園(長野県)・
 県立自然公園(岐阜県)**

【避難ルート】

- 黒沢口登山道「女人堂」～(二ノ池、三ノ池)～「五の池小屋」入山者
 - 二ノ池山荘以東
 → 中の湯方面へ避難
 (緊急避難場所: 石室山荘、女人堂、行場山荘、御岳ロープウェイ飯森高原駅)
 - 二ノ池山荘以北
 → 五の池小屋方面へ避難
 (緊急避難場所: 五の池小屋)
- 女人堂～(トラバース)～三ノ池入山者
 → 中の湯方面又は五の池小屋方面へ避難
 (緊急避難場所: 女人堂、五の池小屋)
- 開田口登山道入山者
 → 登山道入口方面へ避難
- 王滝頂上(9合目)入山者
 → 田の原方面へ避難
 (緊急避難場所: 田の原遣拝所・観光センター・社務所)
- 摩利支天山入山者
 → 五の池小屋方面へ避難
 (緊急避難場所: 五の池小屋)



※山の見え方は季節や当日の時間、天候等の影響により変わったり、見えない場合があります。白山も望むことができます。

このパノラマ地図はカシミール3Dにより制作しました