

# 上高地冬期入山ルール

上高地は冬期天候が変わりやすく、**雪崩**や**落石**、**地吹雪**が発生するなどの危険があります。入山の際は**自己責任**を原則とし、**冬山登山**であることに留意して、**安全と自然環境保全**のために、**以下のことをお守りください。**

● **入山の際、必ず**登山届**を提出してください。**

登山届提出箱が中の湯ゲートに設置されています。

● **雪崩・落石・地吹雪等に十分注意してください。**

上高地トンネル上～大正池間の県道上では、特に雪崩の注意が必要です。

● **用便は**冬期トイレ**を使用してください。**

冬期トイレは中の湯ゲート・大正池・中の瀬・上高地バスターミナル・小梨平にあります。

※中の湯ゲートトイレは、令和4年12月2日～令和5年3月30日設置予定です。

【中の湯ゲートトイレについてのお問い合わせ先：松本市アルプスリゾート整備本部 0263-94-2307】

● **湿原には**踏み込まない**てください。**

植生に影響を与えるおそれがあります。道路や歩道から外れて歩かないください。

● **テントは**小梨平野営場**で張ってください。**

ホテル・旅館、ビジターセンターの軒下や施設の敷地内には立ち入らないください。

● **ゴミや食料は必ず**お持ち帰り**ください。**

野生動物の行動に影響を与えるおそれがあります。ゴミや食料はお持ち帰りください。

● **林間コース（自然研究路）は**通行止め**です。**

木道の老朽化、踏み抜き等の危険があるため**立ち入らない**ください。

## 松本市域行政機関連絡会議

中部山岳国立公園管理事務所 中信森林管理署 松本砂防事務所 松本地域振興局 松本建設事務所 松本市

お問い合わせ（中部山岳国立公園管理事務所）TEL：0263-94-2024

**岳沢湿原**  
湿原内へは絶対に  
踏み込まないでください

事故防止・湿原保護のため、  
**目印**（ピンクテープ）を  
確認の上、ルートをお進み  
ください。

からまつ橋より  
先は**進入できません**

**林間コース**  
（自然研究路）は  
**通行止め**です

**田代湿原**  
湿原内へは絶対に  
踏み込まないでください

**雪崩・落石発生区間**

90分  
3.1km


60分  
2.0km


30分  
1.1km

15分  
0.5km

0km 0.5km 1km

**凡 例**

 冬期トイレ

 歩行ルート  
(除雪なし)

※中ノ湯ゲート冬季トイレ  
(令和4年12月2日～令和5年3月30日設置予定)

