

令和3年 長野県 登山 \ 無事帰るまでが登山 /

# SAFETY BOOK

～ 冬山 山岳情報 ～



Photo : 坂本 龍志

令和3年 長野県 登山 \ 無事帰るまでが登山 /  
**SAFETY BOOK**

～ 冬山 山岳情報 ～

目次

山岳情報

槍・穂高連峰

後立山連峰

中央アルプス

南アルプス

八ヶ岳連峰

戸隠連峰、志賀高原

菅平・湯の丸高原、浅間連峰

御嶽山、奥秩父連峰

ロープの向こう側

# 槍・穂高連峰

## ア 積雪の状況

山 岳 ( 地 籍 )	年末年始の平年量 (m)
上高地、徳沢園一帯	0.5 ~ 1.0
岳沢、湊沢、槍沢 (雪崩多発)	2.0 ~ 3.0
西穂山荘一帯	1.0 ~ 1.5
穂高連峰稜線	0.5 ~ 1.5
槍ヶ岳、西岳一帯	0.5 ~ 1.5
燕岳、大天井岳一帯	0.5 ~ 1.5
蝶ヶ岳、常念岳一帯	0.5 ~ 1.5
乗鞍岳位ヶ原一帯	1.5 ~ 2.0

※ 雪庇は、例年岐阜県側からの強風により、稜線で長野県側に、横尾尾根は槍沢側に大きく張り出します。

## イ 雪崩の危険箇所

岳沢・湊沢・槍沢一帯、乗鞍岳位ヶ原一帯、横尾本谷、千丈沢、天上沢、大天井岳東斜面、一の沢、県道上高地公園線、県道中房線（宮城ゲート～中房温泉）

## ウ 迷いやすい場所

奥穂高岳山頂一帯、蝶ヶ岳山頂一帯、大天井岳一帯、中岳から大喰岳一帯、乗鞍岳一帯は、荒天の視界不良時は特に注意しましょう。

## エ 登山相談所の開設予定

- ・ 宮城ゲート前（予定） 12月28日 ~ 12月30日
- ・ 中の湯釜トンネル前 12月28日 ~ 12月31日

## オ 交通機関等

- バス
  - ・ 新島々駅～乗鞍高原
  - ・ 松本バスターミナル～岐阜県高山市
  - ・ 松本バスターミナル～（平湯乗換え）岐阜県新穂高
- タクシー  
地元の各タクシー会社に要確認
- 冬期閉鎖道路 ・ 県道上高地公園線
  - ※ 中ノ湯一帯は駐車厳禁（登山者車両は沢渡駐車場へ）
  - ・ 県道槍ヶ岳矢村線（中房線）宮城ゲート～中房温泉

アルピコ交通株式会社  
(0263-28-3111)

## カ その他

焼岳及び乗鞍岳は活火山で、令和3年11月1日現在、ともに気象庁が発表する「噴火警戒レベル1」「活火山であることに留意」となっています。警戒レベルは変更される場合があることから、必ず入山前に情報を確認して下さい。



# 後立山連峰

## ア 積雪の状況

山岳（地籍）	年末年始の平年量(m)
爺ヶ岳、鹿島槍ヶ岳	1.0 ~ 2.0
赤岩尾根、遠見尾根	1.0 ~ 1.5
五竜岳、唐松岳	1.0 ~ 2.0
八方池山荘	1.0 ~ 1.5
白馬岳	1.0 ~ 2.0
栂池スキー場柵の森	1.0 ~ 2.0

※雪庇は、例年富山県側からの強風により、稜線で長野県側に大きく張り出します。

## イ 雪崩の危険箇所

各沢筋（針ノ木雪渓、扇沢、カクネ里、唐松沢、鑓温泉、白馬大雪渓）

## ウ 迷いやすい場所

裏銀座コース、遠見尾根（地蔵の頭付近）、八方尾根（八方池山荘～丸山までの間）、**白馬大池一帯、天狗原一帯は、荒天の視界不良時は特に注意。**

## エ 登山相談所の開設予定（12月28日～31日）

- ・七倉登山相談所
- ・五竜ゴンドラ駅
- ・八方ゴンドラ駅
- ・栂池ゴンドラ駅
- ・爺ヶ岳東尾根登山口
- ・大谷原登山口

## オ 交通機関等

### ○ バスの運行

- ・ JR信濃大町駅～日向山 北アルプス交通とアルピコ交通の共同運行 (0261-22-0799) (0261-72-3155)
  - ・ JR白馬駅～栂池
  - ・ JR長野駅～八方
  - ・ JR長野駅～八方～栂池
  - ・ 八方～コルチナ
  - ・ 八方～岩岳
- アルピコ交通白馬営業所 (0261-72-3155)

ゴンドラリフト	白馬五竜スキー場	八方尾根スキー場	栂池スキー場
運行時間	8:15～16:30	8:00～15:20	8:00～16:30
問い合わせ先	0261-75-2101	0261-72-3280	0261-83-2255

（天候による最終時間変更や、積雪状況による運行中止の場合あり）

## カ その他

後立山連峰では、登山者や山スキーヤー等が**強風や吹雪の中で道に迷ったり、低体温症となる遭難**が発生しています。

また、バックカントリースキーは雪崩の危険があります。

# 後立山連峰

凡例

- 営業山小屋
- 冬期避難小屋  
(本年度開設なし)

この山域では冬型の気圧配置となった場合には吹雪など大荒れとなり、悪天候が長期間続く場合があるので注意

毎年、山スキー等によるゲレンデ外滑走による雪崩事故が発生しているので注意

八峰キレットは、クライミングが必要な危険ルートで注意

スキー、スノーボードで滑走中、立木衝突多発、また悪天候時に迷いやすいので要注意

雪崩に要注意

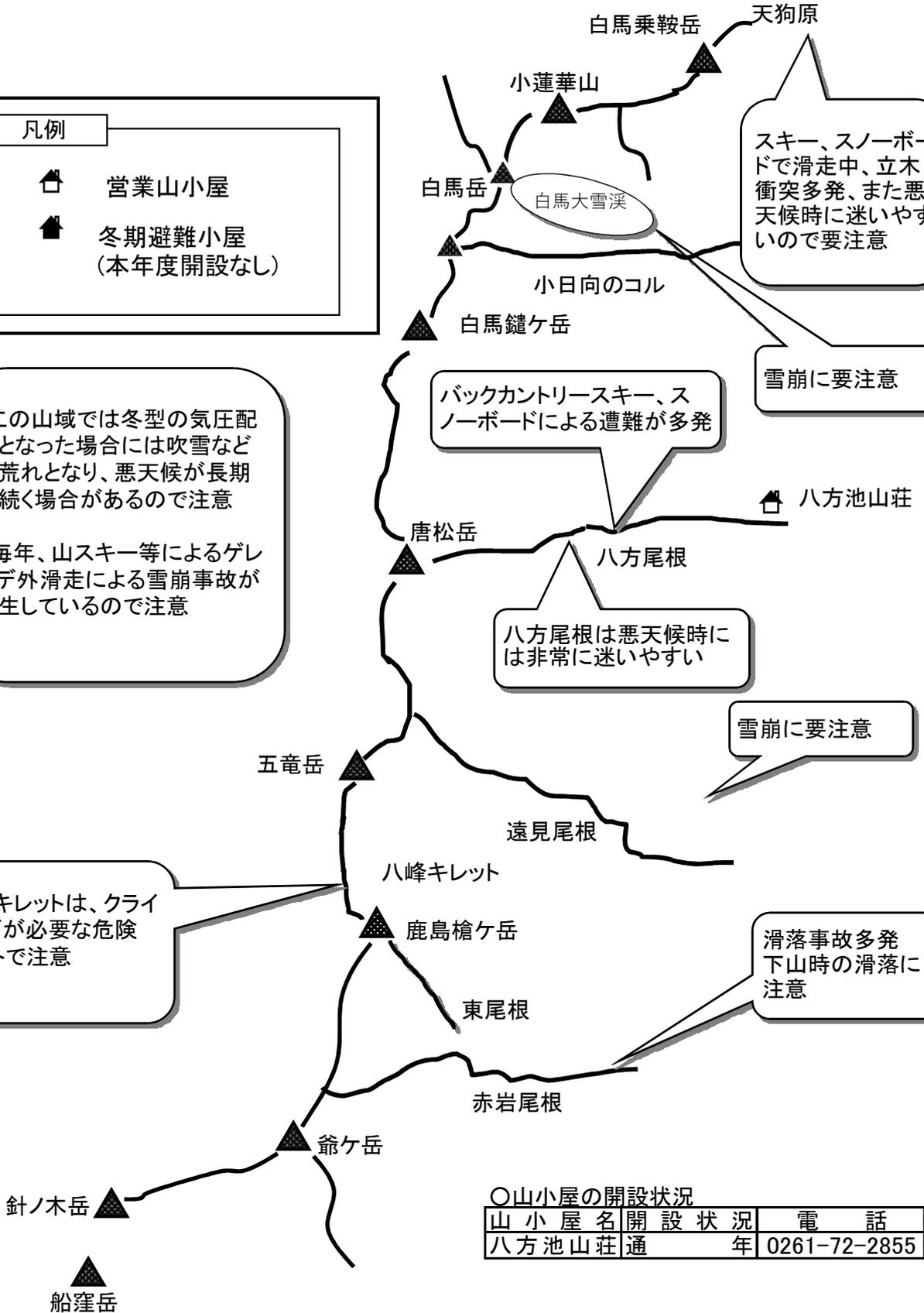
バックカントリースキー、スノーボードによる遭難が多発

八方池山荘

八方尾根は悪天候時には非常に迷いやすい

雪崩に要注意

滑落事故多発  
下山時の滑落に注意



## ○山小屋の開設状況

山小屋名	開設状況	電話
八方池山荘	通年	0261-72-2855

# 中央アルプス

## ア 積雪の状況

山 岳 ( 地 籍 )	年末年始の平年量 (m)
千畳敷カール一帯	1.0 ~ 1.5
稜線付近	0.3 ~ 1.0
木曾駒ヶ岳一帯	0.3 ~ 1.0

## イ 雪崩の危険箇所

千畳敷カール及び各沢筋。特に千畳敷カール内では、過去に何度も雪崩遭難が発生しています。

## ウ スリップの危険箇所

**宝剣岳一帯（滑落の危険性大!!）**。木曾駒ヶ岳往復は中岳の木曾側トラバースルートは通行しないで稜線ルートを通ること。空木岳北稜（木曾殿越からの登り）空木岳池山ルート（迷い尾根、大地獄、小地獄）。

仙涯嶺、濁沢大峰～檜尾岳間の岩場、檜尾根

※ 宝剣岳、木曾駒ヶ岳は、滑落する危険が高いためピッケル、アイゼン、ザイルを必ず携行するとともにそれらの取扱いに習熟しておきましょう。

## エ 迷いやすい場所・コース

池山ルートの迷い尾根。檜尾根（赤沢の頭付近）。宝剣岳～木曾駒ヶ岳、越百山付近は、荒天で視界不良時は特に注意しましょう。

## オ 新型コロナウイルス感染拡大防止のため、慎重な行動を

新型コロナウイルス感染症対策の必要性があることから、遭難救助について平常時より時間がかかる。登山者は登山の際には慎重な行動を。

## カ 登山相談所の開設予定（年末年始）

菅の台バスセンター

※12月18日、19日、25日、26日、29日～1月5日（相談員2名対応）

## キ 交通機関等

### ○ バスの運行

・ JR駒ヶ根駅～しらび平 中央アルプス観光 (0265-83-3107)

・ JR木曾福島～大原公民館 おんたけ交通 (0264-22-2444)

### ○ ロープウェイ（通年）しらび平～千畳敷 (9時～16時)

中央アルプス観光 (0265-83-3107)

### ○ マイカー規制

・ 県道駒ヶ岳公園線は、黒川平（新太田切発電所ゲート）～しらび平までマイカー通行禁止です。菅の台の駐車場（有料）に駐車し路線バスを利用して下さい。（新型コロナウイルス感染対策のため、乗車人数制限等あり。要確認）

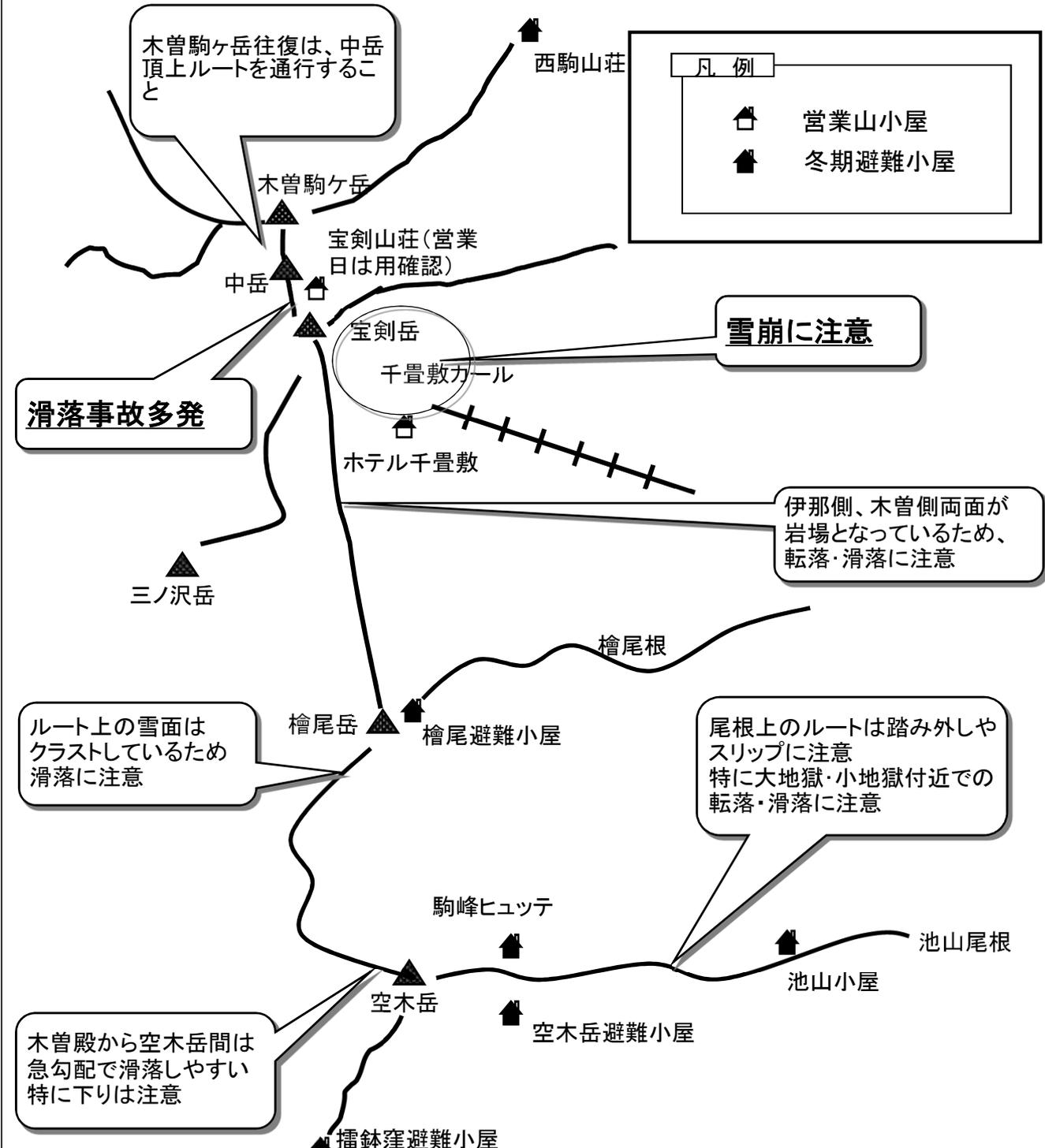
・ 池山林道（空木岳登山路）は、林道内における落石や小崩落の危険があり、安全を確保することが困難なため、一般車両は通行止め。

（問合せ先：駒ヶ根市役所商工観光課 0265-96-7724）

・ 宮田高原～寺沢林道は、冬季期間中一般車両について通行止め。

（問合せ先：宮田村役場産業振興推進室 0265-85-5864）

# 中央アルプス



**凡例**

- 営業山小屋
- 冬期避難小屋

滑落事故多発

雪崩に注意

伊那側、木曾側両面が岩場となっているため、転落・滑落に注意

ルート上の雪面はクラストしているため滑落に注意

尾根上のルートは踏み外しやすスリップに注意  
特に大地獄・小地獄付近での転落・滑落に注意

木曾殿から空木岳間は急勾配で滑落しやすい特に下りは注意

越百小屋  
避難小屋(営業なし)

年末年始の山小屋営業状況・冬期間避難スペース確保、利用可能な山小屋

山小屋名	開設期間	電話番号	山小屋名	開設期間	電話番号
ホテル千畳敷	通年営業	0265-83-5201	檜尾避難小屋	通年解放	0265-96-7724
宝剣山荘	〈営業予定〉 ・年末年始12/29~1/3 ・11月からの毎週末(3月末まで)【要予約】	090-5507-6345	池山小屋	通年解放	0265-96-7724
西駒山荘	避難スペース有り	090-2660-0244	駒峰ヒュッテ	避難スペース有り	090-4755-2108
大樽避難小屋	通年解放	0265-78-4111	空木平避難小屋	通年解放	0265-96-7724
伊勢滝避難小屋	通年解放	0265-85-5864	木曾殿山荘	避難スペース有り	090-5638-8193
			摺鉢窪避難小屋	通年解放	0265-86-3111
			越百小屋	避難スペース有り	090-7699-9337

※ 積雪の状況等により、利用不可能になる小屋有り  
 ※ 摺鉢窪避難小屋は、小屋の壁の損壊により利用困難な状況あり。

# 南アルプス

## ア 積雪の状況

山 岳 ( 地 籍 )	年末年始の平年量 (m)
甲斐駒ヶ岳	0.5 ~ 1.5
仙丈ヶ岳	1.0 ~ 1.5
北沢峠	0.3 ~ 1.0
塩見岳	1.0 ~ 1.5
駒津峰	0.5 ~ 1.0
赤石岳～上河内岳	1.0 ~ 1.5

※雪庇は、例年甲斐駒ヶ岳、仙丈ヶ岳、駒津峰などでは山梨県側へ、塩見岳や荒川岳では長野県側へ、小赤石岳では静岡県側へそれぞれ張り出します。荒天時はマイナス20度、風速20m以上になります。

## イ 雪崩の危険箇所

鋸岳第1高点～第2高点の間の下部、甲斐駒ヶ岳六方石～摩利支天、仙丈ヶ岳大平山荘～藪沢新道、仙丈ヶ岳五合目～馬の背の間は、雪崩・スリップの危険性が特に高いため立入らないこと。荒川岳頂上付近及び中腹南面、大聖寺平直下、塩見岳天狗岩周辺、赤石岳西稜、百間平付近大沢岳頂上付近、兎岳東南稜、上河内岳頂上付近も要注意です。

## ウ 迷いやすい場所

各頂上付近、稜線では積雪により登山道が判然としないため、荒天で視界不良時には特に注意しましょう。

甲斐駒ヶ岳一帯、仙丈ヶ岳一帯、塩見岳一帯、荒川小屋～大聖寺平～赤石岳小渋広河原への下山分岐、面平、三吉平一帯の荒天時は要注意。

## エ 登山相談所の開設予定（年末年始）

戸台河原駐車場、戸台河原登山道は市道通行止めにより登山相談所の開設無し。

## オ 交通機関

○バスの運行（問い合わせ先）

- |                       |                       |
|-----------------------|-----------------------|
| ・ JR伊那北駅～伊那里方面        | JRバス関東 (0265-73-7171) |
| ・ JR伊那大島駅～大鹿村鹿塩・大河原行き | 伊那バス (0265-72-5111)   |
| ・ JR平岡駅～和田、上村         | 信南交通 (0265-24-0009)   |
| ・ JR飯田駅～上村、和田かぐらの湯    | 信南交通 (0265-24-0009)   |

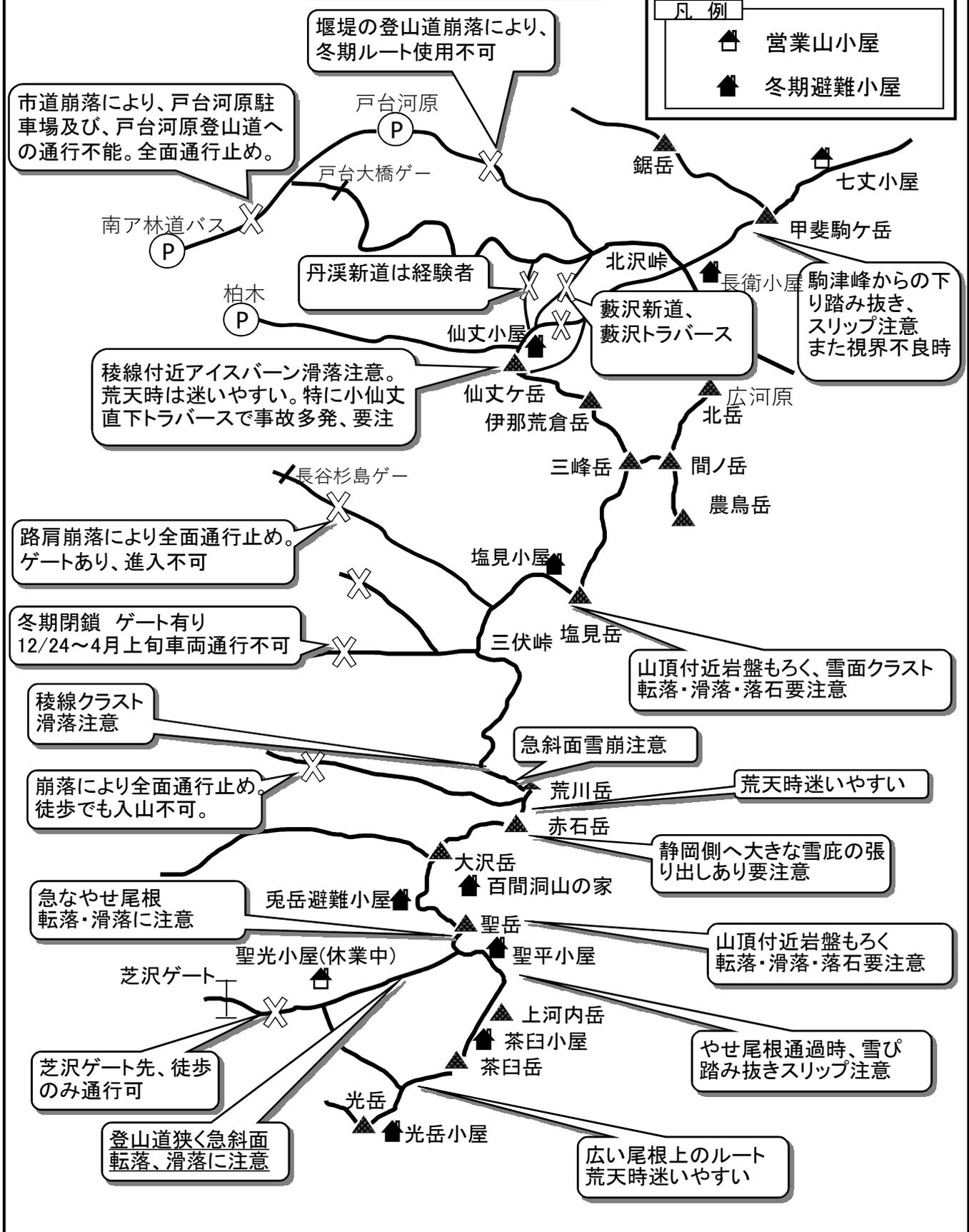
## カ その他

- ・ 大沢岳登山口に通じる林道は通行止めです。
- ・ しらびそ峠方面道路は、冬期間閉鎖されます。（4月中旬まで）
- ・ 北又渡から易老渡、便ヶ島方面は歩行者のみ通行可能です。
- ・ 市道通行止めにより戸台河原駐車場及び北沢峠・鋸岳登山口へ至る戸台河原登山道は使用不能です。
- ・ 鳥倉登山口に通じる林道は、冬期閉鎖されます。（12月24日～4月下旬）

# 南アルプス

凡例

- 営業山小屋
- 冬期避難小屋



# 八ヶ岳連峰

## ア 積雪の状況

山 岳	年末年始の平年量(m)
赤岳鉱泉一帯	0.3～0.8
南八ヶ岳稜線	0.2～0.5
北八ヶ岳一帯	0.5～1.0

※ 雪庇は例年、硫黄岳～赤岳間や東天狗岳の稜線で佐久側（東側）に張り出します。

## イ 雪崩の危険箇所

横岳一帯（アイスクライミング対象の沢筋）、天狗岳の佐久側、阿弥陀岳～中岳周辺の各沢筋、大天狗～小天狗までの県界尾根

※ 過去には、阿弥陀岳直下及び中山尾根上部の各沢筋や、赤岩の頭付近の斜面において雪崩による遭難が発生しています。特に降雪後や気温上昇時には表層雪崩の危険性が高くなるので慎重に行動してください。

## ウ スリップの危険箇所

南八ヶ岳の各頂上及び稜線一帯、天狗岳周辺、北横岳～双子池、將軍平～蓼科山頂

## エ 登山相談所の開設予定(年末年始)

- ・ 美濃戸口、奥蓼科
- ・ 稲子湯唐沢橋

## オ 交通機関等

- バスの運行 ※バスの運行状況について事前に必ず運行状況をご確認ください。
  - ・ JR茅野駅～美濃戸口 アルピコ交通(株)茅野駅前案内所
  - ・ JR茅野駅～奥蓼科 (0266-72-2151)
- 北八ヶ岳ロープウェイ [通年運行9時～16時] (0266-67-2009)
- 国道299号線の一部は4月下旬まで通行止めです。

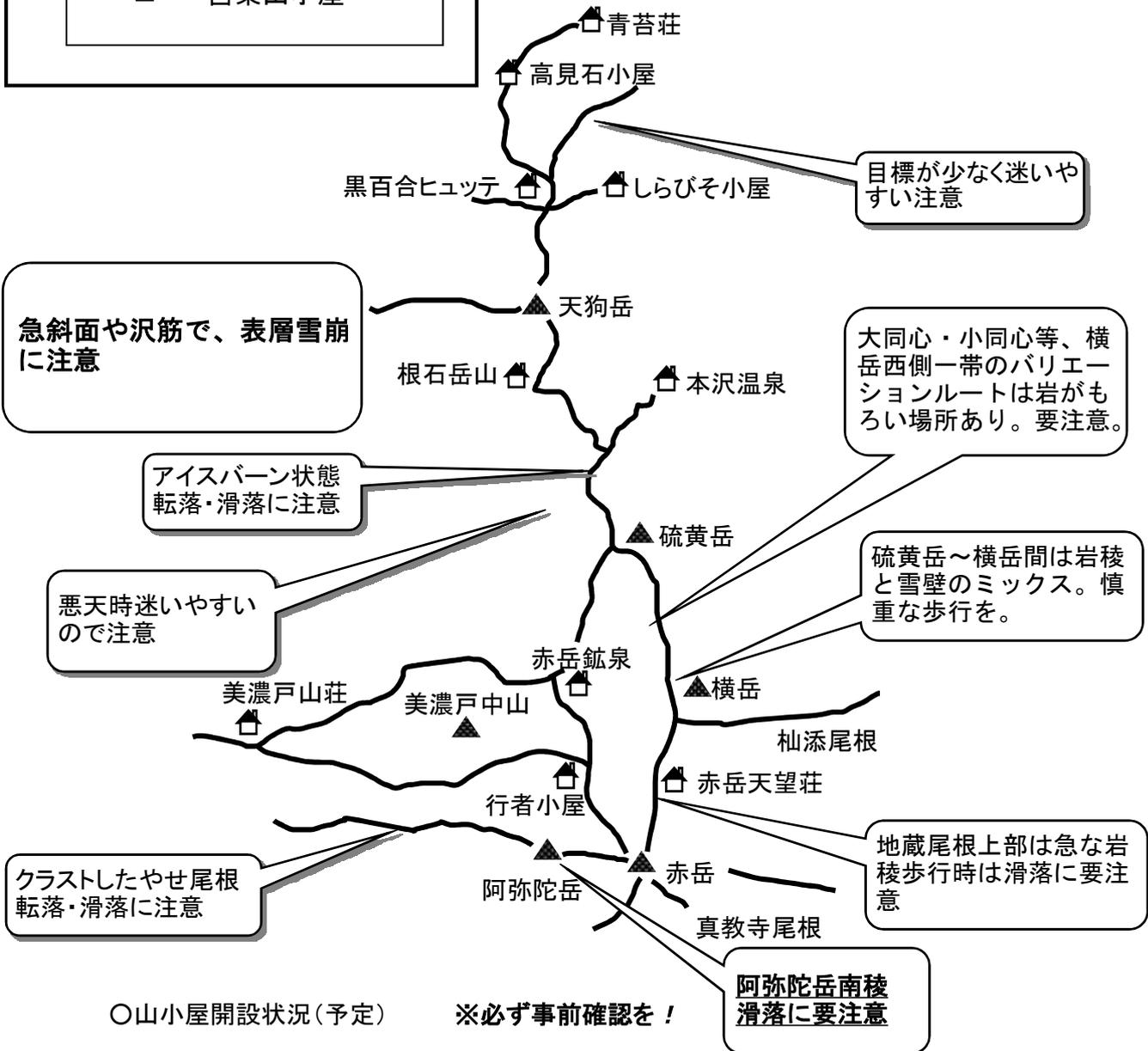
## カ その他

- 八ヶ岳連峰はアプローチが容易なことから、冬山の入門コースとして人気がありますが、稜線付近は西風が強く、凍結した斜面や岩場が連続します。確実な技術としっかりとした冬山装備が必要です。
- 毎年、バリエーションルートでの滑落遭難が発生しています。自分の実力に見合ったルート選択を心がけてください。
- アイスクライミングの際は確実な支点構築や氷の強度確認等、安全確保を徹底してください。
- 不用意に他の登山者のトレースを辿ったことによる道迷い遭難が多発しています。地図等でこまめに現在地を確認して下さい。

# 八ヶ岳連峰

凡例

 営業山小屋



山小屋名	開設状況	電話	山小屋名	開設状況	電話
北横岳ヒュッテ	※コロナウィルス感染防止のため、多くの山小屋が変則営業しています。事前に必ず営業状況をご確認ください。	090-7710-2889	赤岳鉱泉	※コロナウィルス感染防止のため、多くの山小屋が変則営業しています。事前に必ず営業状況をご確認ください。	090-4824-9986
縞枯山荘		0266-67-5100	行者小屋		090-4740-3808
麦草ヒュッテ		090-7426-0036	本沢温泉		090-3140-7312
青苔荘		090-1423-2725	唐沢鉱泉		0266-76-2525
高見石小屋		0467-87-0549	赤岳天望荘		0266-58-7220
稲子湯		0267-93-2262	夏沢鉱泉		090-4158-4545
しらびそ小屋		0267-96-2165	根石岳山荘		090-4158-4544
黒百合ヒュッテ		0266-72-3613			

# 戸隠連峰

## ア 積雪の状況

山 岳	年末年始の平年量 (m)
戸 隠 山	1.0 ~ 1.5
西 岳	1.0 ~ 1.5
高 妻 山	1.5 ~ 2.5
黒 姫 山	1.5 ~ 2.5

## イ 雪崩・スリップ等の危険箇所

- 西岳、戸隠山一帯
- 高妻山八丁ダルミから上部
- 九頭龍山手前、一不動付近は裾花川方面に、西岳P1の下りは鬼無里方面（P2、P3方面）に迷いやすいので注意しましょう。
- 黒姫山、佐渡山付近ではバックカントリスキー中の道迷い遭難が発生している所以視界不良時等は注意が必要です。

## ウ バスの運行（問い合わせ先）

長野バスターミナル～長野駅～戸隠スキー場

アルピコ交通 (026-254-6000)

## エ その他

- 戸隠は、標高が低くアプローチは短いが、気象条件は北アルプスと変わらないので、天候や積雪状況をよく見極めて入山しましょう。

# 志賀高原

## ア 積雪の状況

年末年始は、平年 1.0 m 前後

## イ 雪崩の危険箇所

岩菅山ノッキリ付近、笠岳松尾根、横手山横吊付近で発生が予想されます。

## ウ 迷いやすい場所

- 焼額山スキー場～竜王ツアーコース、渋峠～山田牧場ツアーコース、寺子屋・一の瀬付近は、視界不良時は特に注意
- 横手山（ガラン沢方面）の立入禁止区域に迷い込みやすいので注意しましょう。

## エ バスの運行（問い合わせ先）

・長野電鉄湯田中駅 ～ 硯川・奥志賀

長電バス (0269-33-2563)

## 菅平・湯の丸高原

### ア 積雪の状況

根子岳、四阿山一帯で、年末年始は平年0.5～1.0m

湯ノ丸山、烏帽子岳で、年末年始は平年0.3～0.5m

雪庇は、例年根子岳、四阿山とも北西側へ、烏帽子岳は北東側へ張り出します。

### イ 危険箇所

根子岳～四阿山縦走コース、烏帽子岳付近はスリップしやすいので注意。

湯ノ丸山頂～角間峠、烏帽子岳山頂～真田方面、四阿山頂～群馬県パルコール嬬恋スキー場と菅平高原・四阿高原方面は迷いやすいので要注意。

### ウ 登山相談の開設予定

- ・菅平高原国際リゾートセンター (通年) (0268-74-2003)
- ・湯の丸高原ホテル (通年) (0268-62-0376)
- ・ロッジ花紋 (通年) (0268-64-3377)

### エ バスの運行 (問い合わせ先)

- ・JR上田駅～菅平高原 上田バス (0268-34-6602)
  - ・しなの鉄道小諸駅～湯の丸高原 千曲バス (0267-22-2100)
- (運行日の確認を)

## 浅間連峰

### ア 浅間山の登山規制

浅間山の「噴火警戒レベル1 (活火山であることに留意)」で、火口から概ね500m、前掛山山頂までの登山が可能です (令和3年11月22日現在)。

噴火警戒レベルは変更になる場合があるので、必ず入山前に最新の情報を確認してください。

### イ 積雪情報 (年末年始の平均積雪量)

黒斑山頂付近 : 0.5～1.0m

火山館・湯の平分岐付近 : 0.5～1.0m

### ウ 登山口までのアクセス

- ・黒斑コース、火山館コースともに冬期も登山口まで車でいくことができます。標高2000m付近の着雪状況は、ライブカメラで確認いただけます。

- ・JR佐久平駅～しなの鉄道小諸駅～ASAMA2000 JRバス (0267-22-0588)



詳しくは、小諸市役所 (0267-22-1700) へお問い合わせください。

## 御嶽山

### ア 御嶽山の登山規制

御嶽山には噴火予報（噴火警戒レベル1、活火山であることに留意）が発表されています。

火口から概ね1km以内については、立入禁止です。

規制の区間

- ・二ノ池荘、二ノ池ヒュッテより（お鉢めぐり経由剣ヶ峰方面）の通行不可
- ・横道十字路より上部（剣ヶ峰方面、王滝頂上方面）の通行不可
- ・女人堂から三ノ池方面への登山道は状況により通行不可
- ・王滝口（令和3年11月5日からは田の原駐車場で立入規制）

規制エリアは変更になる場合があることから、**必ず入山前に情報を確認してください。**

詳しくは、

木曾町役場（0264-22-3000）

王滝村役場（0264-48-2001）

へお問い合わせ下さい。

## 奥秩父連峰

### ア 積雪の状況

奥秩父連峰一帯の頂上及び稜線で、年末年始は平年0.3～0.6m

### イ 危険箇所（迷いやすい場所）

金峰山小屋下方の樹林帯は、登山道が積雪で埋まると迷いやすいです。

### ウ バスの運行

JR信濃川上駅～梓山・川端下 川上村営バス(0267-97-2121)

### ※活火山とは...

火山噴火予知連絡会は、活火山を「概ね過去1万年以内に噴火した火山及び現在活発な噴火活動のある火山」を定義しています。

日本には、110の活火山（平成25年3月現在）があり、そのうち長野県内及び近隣には10の活火山があります。

- 長野県内の火山  
浅間山、御嶽山、焼岳、乗鞍岳、アカダナ山、横岳
- 近隣の火山  
草津白根山、新潟焼山、妙高山、弥陀ヶ原