

# 上高地冬期入山ルール

上高地は冬期気象条件が変わりやすく、**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。

※中の湯ゲートについては、12月中旬設置予定ですので、ご注意ください。

【中の湯ゲートトイレについてのお問い合わせ先：松本市山岳観光課 0263-94-2307】

- **湿原には踏み込まないでください。**

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でください。

- **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でください。

- **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でください。

## 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  
湿原内への踏み込みはおやめください

バスターミナル  
冬期トイレ

小梨平野営場

30分 1.1km

小梨平  
冬期トイレ

中の瀬冬期トイレ

15分 0.5km

河童橋

林間コース  
(自然研究路)は  
通行止です

60分  
2.0km

田代湿原  
湿原内への踏み込み  
はおやめください

大正池冬期トイレ

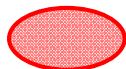
90分  
3.1km

上高地  
トンネル

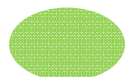
釜トンネル

中の湯ゲート前  
冬期トイレ  
(12月中旬設置予定)

### 凡例



雪崩・落石発生区間



湿原への立入禁止区域



小梨平野営場



冬期トイレ



通行止区間



歩道



車道

0 500 1000