

福島県只見町

登山& トレッキング Book



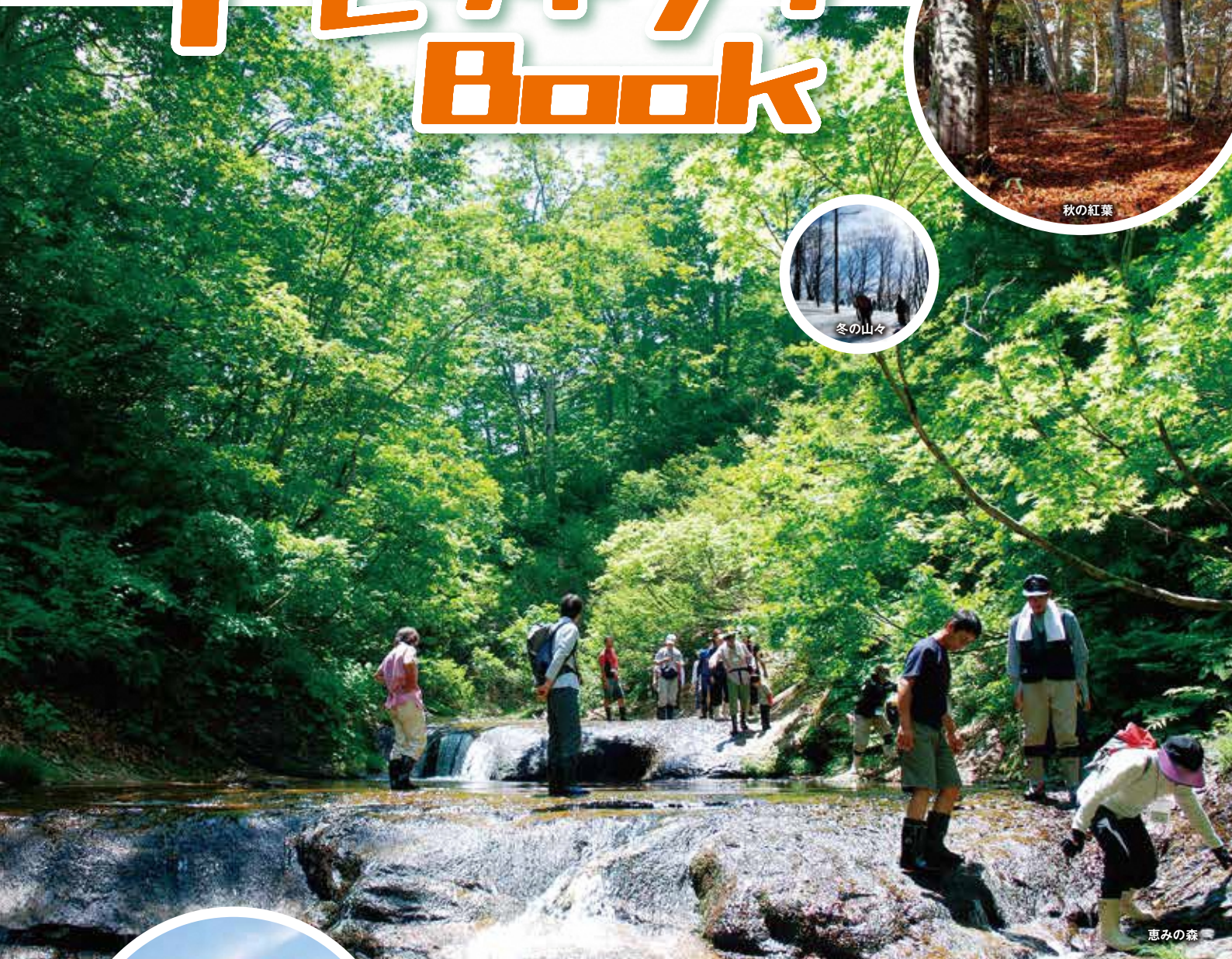
残雪と新緑



秋の紅葉



冬の山々



恵みの森



夏の浅草岳

山名／コース	難易度	所 要 時 間	適 期									
			4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1 癒しの森	初 級	往復 1 時間 30 分			5 月中旬～ 11 月中旬							
2 恵みの森	中 級	往復 3 時間 30 分			6 月上旬～ 11 月上旬							
3 要 害 山	中 級	往復 3 時間			山開き 5 月第 2 日曜～ 11 月中旬							
4 蒲 生 岳	上 級	往復 4 時間			山開き 6 月第 1 日曜～ 10 月下旬							
5 会津朝日岳	上 級	往復 9 時間			山開き 6 月第 2 日曜～ 10 月中旬							
6 浅 草 岳	上 級	往復 9 時間			山開き 6 月第 4 日曜～ 10 月中旬							
7 山神杉のブナ林	中 級	往復 3 時間 30 分			山開き 6 月第 4 日曜～ 11 月中旬							

5月中旬～11月中旬
6月上旬～11月上旬
山開き5月第2日曜～11月中旬
山開き6月第1日曜～10月下旬
山開き6月第2日曜～10月中旬
山開き6月第4日曜～10月中旬
山開き6月第4日曜～11月中旬

ゆるやかな森をのんびり往復する

1 布沢 癒しの森

ふざわ

いやしのもり

標高約 640m／初級

往復 1 時間 30 分

5月中旬～11月中旬



金山町と只見町の境界にあるトレッキングコースです。「松坂峠登山口」から「大岐の戸板山眺め」を往復します。車で標高600mまで上がることができる松坂峠は、新緑や紅葉の森林浴におすすめです。明るいコナラ林を歩きはじめると、すぐにスギの植林になり、ゆるやかに丘を登って下ると、「国界の大ブナ」が横たわる交流広場です。マザーツリーとして親しまれたブナの巨木ですが、平成25年春に老齢で倒れ、森林の変遷を観察する場所としてそのままにしています。倒木が朽ちる一方で、新しく差し込んだ光によって周囲の若木や下草が成長する様子がわかります。

コースは南西へ尾根をたどり、左手に若々しいブナの二次林を眺めながら、ミズナラやヤマモミジ、ブナの大木を過ぎると「勢子泣かせの峰」。熊の巻狩りをするときの沢の源頭で、戦国時代の古戦場でもあります。その先で視界が開けると「大岐の戸板山眺め」で、往路に戻ります。コースは大岐集落跡の



登山口へと続きますが、途中に不明瞭な場所があり上級向きです。



もり
森林の分校ふざわ TEL0241(71)9511
昭和57年に廃校になった明和小学校布沢分校の校舎を活用した体験宿泊施設です。「癒しの森」と「恵みの森」は携帯電話が通じないため、まずは「森林の分校ふざわ」でガイドと待ち合わせて、それぞれの登山口へ移動します。レンタル長靴(有料)あり。癒しの森、恵みの森のガイド予約(有料)も受付しています。



DATA 布沢 癒しの森

標高差 約 45m
年齢 保護者同伴で小学校低学年以上
携帯電話 登山口不可。「大岐の戸板山眺め」付近のみ通話可
アプローチ 国道 289 号の明和橋から県道 153 号を 5 km で森林の分校ふざわ。この先の分岐を左へ県道 352 号を 2.5 km で松坂峠登山口。只見町側は大型バスが往復できる。
駐車場 駐車スペースに大型 2 台、普通車 8 台
トイレ 駐車スペースに仮設トイレ
水場 なし
アドバイス 癒しの森は平坦な地形なので、登山道を外れると迷って戻れない。心配な人はガイド同行がおすすめ
服装・持ち物 長袖、長ズボン、運動靴。簡単なレインウェアがあるとよい。落枝の危険があるため、強風の際には入山をお控えください。



ブナはおおむね1年おきに開花して実を落とし、越冬して雪どけのころに実生が芽吹く

START



1 「森林の分校ふざわ」の先で県道が分岐し、右は「恵みの森」へ、左は「癒しの森」へ



3 登山口からスギの植林をゆるやかに登って下ると幹がねじれたブナの大木がある

2 県道352号(布沢・横田線)沿いの駐車スペースの正面に登山口がある※松坂峠登山口は倒木の危険のため、閉鎖



4 交流広場の「国界の大ブナ」が倒れ、開けた空から日差しが注ぎ、若木が成長している



5 交流広場から南西へ尾根をたどる。平坦な地形で迷いやすいところなので注意しよう

7 「大岐の戸板山眺め」に着く視界が開けて、対岸の新緑や紅葉を眺める。山頂ではないがここをゴールとして記念写真などを撮って往路に戻る



6 尾根が細くなると大きなヤマナシの木があつて秋に実が落ちる。癒しの森は樹種が多い



GOAL

ブナの森をめぐる沢歩き

2 布沢 恵みの森

ふざわ

めぐみのもり

標高約 610m / 中級
往復 3 時間 30 分
6月上旬～11月上旬



ブナの森を流れる清流を、長靴を履いてじゃぶじゃぶ歩くコースです。沢歩きなのでガイドの同行をおすすめします。登山口から道なりに100m進むと、6mほどの階段状の崖を下って大滝沢へ降ります。コースは左の上流へ、道標にしたがって沢を縫うように登山道を進みます。所々に深い淵があり、静かに近づくとイワナやヤマメが泳いでいます。(禁漁区) 巨岩と流木が沢を塞いでいる場所を右から迂回します。しばらくすると最初の見どころの「下ノ滝」が現れます。登山口から約1kmの地点で夏の水遊び場です。

滝を右から登ると、滑らかな沢床がどこまでも続くようになり、水流を歩きます。根曲がりしたブナの根もとに「手前ノ清水」という湧き水があり、デコ岩を過ぎて「奥ノ清水」があると終点の「中ノ滝」です。登山口から約2.1km、往路を戻ります。戻



る途中、「デコ岩」から先に尾根へ上がる道もありますが、最後が崩れているので注意が必要です。恵みの森は標高差の少ない快適な沢ですが、山奥にある自然のままの沢です。増水の判断が難しく、携帯電話が通じないエリアなので、慎重に入渓しましょう。

恵みの森の沢は全面禁漁区です。

「⇨順路」の道しるべ

コース中のまちがえやすい場所に「順路」の道しるべを設置しています。沢を歩いていて岸辺の道にあがる場所を見落としやすいので、注意してみてください。



START



1 森林の分校ふざわから車で10分。県道153号の舗装終点に駐車スペースと登山口がある



2 歩き始めてすぐに布沢川を渡って階段を上ると小さな広場がある



4 何度か沢を渡りながら沢沿いの道を上流へ向かって進む



3 階段状に削ってある崖を下って大滝沢に下りる。帰りに通り過ぎないように注意



5 大岩が沢をふさいでいる場所。左の岸に削った足場を進む



6 下ノ滝は幅広い2段の滝で、夏は水遊びができる。滝の右側に足場が削ってある



DATA 布沢 恵みの森

標高差 約 460m

年齢 保護者同伴で小学校中学年以上

携帯電話 最終集落以降は通話不可

アプローチ 国道 289 号の明和橋から県道 153 号を 5 km で森林の分校ふざわ。この先の分岐を右へ 6 km で恵みの森登山口。中型・大型バスは通行不可

駐車場 駐車スペースにマイクロバス 1 台、普通車 5 台

トイレ 駐車スペースに仮設トイレ

水場 手前ノ清水、奥ノ清水の2カ所
アドバイス 7 月下旬～8 月中旬は只見町の水辺にイヨシロオビアブが大発生する。砂地で育つため、岩盤の発達した恵みの森は少ないが県道は多い。車の排気ガスに集まるため、事前に身支度を済ませてすみやかに沢へ進むとよい

服装・持ち物 靴底のすべりにくい長靴やウォータースーツ。自然のなかでは肌を露出しない。泳ぐときも T シャツや靴下着用。濡れによる低体温症に備えてリュックにレインウエア必携。車内に帰りの着替えと靴を準備。長靴レンタルあり



エンアンサイ



タニウツギ

9 「手前ノ清水」「奥ノ清水」の2カ所で、岩の割れ目から水が湧いている

10 沢が二俣に分れて2つの滝が架かると終点の中ノ滝だ

GOAL



3 只見四名山 要害山

ただみよんめいさん

ようがいさん

標高 705m／中級

往復 3 時間

山開き 5月第2日曜～11月中旬



山頂のテレビ塔が目印の里山ですが、雪食地形や日本海側植生など、只見町の自然をコンパクトに凝縮した登りごたえのある山です。細い尾根にはキタゴヨウという松が並び、雪崩で削られた急斜面にミヤマナラが生え、ゆるやかな山頂稜線はブナが覆っています。イワウチワ、ユキツバキ、ヒメサユリなど、人気の花が時期を追って咲きます。

要害山の登山道は2コースあり、「宮ノ沢登山口」は滝神社の境内から堰堤を渡って尾根を登ります。みなみおねとざんぐち「南尾根登山口」は三石神社と只見スキー場の間にある尾根を登ります。どちらも尾根扱いなので雪が消える時期が早く、5月に山開きがができることが魅力です。周囲はまだ真っ白な山々に囲まれ、低山と



は思えぬ眺望です。とくに山開き当日は、例年、山頂のブナ林に残雪があり、根開きや芽吹き、数年に1度の開花を観察できます。山終いは11月中旬で、ほかの山より遅くまで登ることができます。

山名の「要害」は地形が険しく敵の攻撃を防ぐ場所という意味です。戦国時代に水久保城という山城が築かれ、伊達政宗軍との攻防でも落ちなかった名城だといわれます。いまは木々に視界が遮られていますが、たしかに伊南川、只見川、六十里越、八十里越を見通す好立地です。

三石神社と百合平

要害山の中腹には縁結びで知られる三石神社と6月上旬にヒメサユリが咲く百合平があり、南尾根登山口から寄り道できます。



只見駅のすぐ裏山が要害山。紅葉の見ごろは10月末

START



1 宮ノ沢登山口は滝神社の境内から小さな堰堤を渡る

2 急傾斜の宮ノ沢登山口から登って南尾根へ下る人が多い



3 1時間ほど登るとブナの森に覆われ、山頂はもうすぐ



4 テレビ塔が建つ山頂は味気ないが、伊南川と只見川が合流する町並みや会津朝日岳を望む

5 テレビ塔の裏から北へ作業道を歩くとブナ林が広がる



GOAL



8 南尾根登山口は撤去した第2リフト跡を下って三石神社の参道わきにする



7 山頂に戻って南へ尾根を下る。キタゴヨウとシャクナゲの林、ブナとユキツバキの森、浅草岳眺めや田子倉ダム展望などバラエティに富んだコース

6

例年、山開きの5月第2日曜は残雪と新緑のよい季節



DATA 只見四名山 要害山

標高差 約325m

年齢 保護者同伴で小学校低学年以上

携帯電話 通話可能

アプローチ JR只見線只見駅。国道252号の只見町役場前信号に入る

駐車場 只見駅前広場に大型バス3台、普通車20台

トイレ 只見駅と役場前の公衆トイレ

水場 登山道なし。駅前に自販機あり

アドバイス 山頂のテレビ塔から北側に進むとブナ林が広がる。さらに北尾根に作業道が続いてスキの植林から只見高校の裏へ下るが、5月下旬は雪渓が不安定で上級向き

服装・持ち物 登山道は傾斜がきつく滑りやすい。靴底の凹凸がしっかりした運動靴や登山靴がおすすめ。レインウェア、飲料水 500ml～1ℓ



4 只見四名山 蒲生岳

ただみよんめいざん

がもうだけ

標高 828m／上級

往復 4 時間

山開き 6 月第 1 日曜～ 10 月下旬



故・田部井淳子さんが「会津のマッターホルン」と称した、とがった岩山で、高度感のある岩場が連続します。足元には、箱庭のように只見川沿いの集落や只見線、田子倉ダムを見渡し、山頂は会津と越後の山々が360度広がります。

蒲生岳の登山道は、集落の人たちが登山客の安全を考えて岩を削って足場を作り、クサリやロープを設置して道を拓きました。毎年、雪崩で切れるクサリを直し、落石や倒木を片付けて山開きをおこないます。急峻な蒲生岳は、落雪が登山道を直撃するため、山開きは遅く6月第1日曜です。この頃はヒメサユリやイワカガミの花が見ごろです。

蒲生岳は崩落しやすく、自然災害により、平成17年中越地震で宮原登山口が、平成23年新潟福島豪雨で小蒲生沢登山口が閉鎖されています。現在は「久保登山口」が唯一の登山口で、国道252号沿いの「集会施設雪の里」から会津蒲生駅の踏切を渡り、畑を右折した「蒲生かたくり公園」にあります。水路を

渡ると道は左右に分かれ、左は危険な「北壁コース」で、普通は右の南尾根コースをたどります。小さなブナの丘をぬけると急な登りが始まり、どんどん高度を稼いで「夫婦松」を過ぎ、岩場を登ると分岐です。左は直登が続く「西側岩壁ルート」で、右はトラバースが多い「鼻毛通しルート」です。岩場の直登を下ることは難しいので、左の「西側岩壁ルート」を登って、右の「鼻毛通しルート」を下ります。初めて蒲生岳に登る人で不安な場合は「鼻毛通しルート」を往復する人もいます。蒲生岳は登りよりも下りの方が難しいので、常に下山のことを考えながら登るようにしましょう。



ナナカマド



ヤマツツジ



DATA 只見四名山 蒲生岳

標高差 約 468m

年齢 保護者同伴で小学校高学年以上

携帯電話 通話可能

アプローチ JR只見線会津蒲生駅。国道252号の蒲生集会施設「雪の里」駐車場

駐車場 大型バス2台、普通車43台

トイレ 集会施設「雪の里」さわやかトイレ利用

水場 登山道なし。駐車場に自販機あり

アドバイス 夏は日射病対策で早朝 5～6 時出発。秋の早朝は岩が冷えて指先がかじかむので 8 時～9 時出発がおすすめ。所要時間は個人差が大きく、団体など渋滞する場合は 5 時間以上必要

服装・持ち物 重厚な登山靴より、靴底が滑りにくい軽い登山靴が登りやすい。レインウェア、手袋、飲料水 1～2ℓ、軽食

●北壁コース

南尾根コースでも十分にスリルがありますが、山頂の北側に命知らずの岩場が連続する「北壁コース」があり、絶対に滑落できません。現在は整備がされていないため、お子さまや初心者の方にはおススメしていません。下る（登る）際にはガイドが必須です。



— 登山道
- - - 超上級コース
— 一般道路

START & GOAL



1 国道 252 号沿いの蒲生集会施設「雪の里」の駐車場から出発



2 畑を横切り、水路を渡って、分岐を右へ進んで小さな丘に上がる



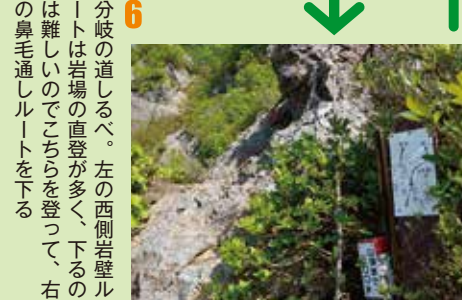
3 急登にひと汗かくと、視界が開ける



4 足場を削ってあるので登りやすいが、下りで難渋する人が多い



5 岩場と松尾根が交互に現れる。松の根は濡れていると滑りやすい



6 分岐の道しるべ。左の西側岩壁ルートは岩場の直登が多く、下るのは難しいのでこちらを登って、右の鼻毛通しルートを下る



7 西側岩壁ルートは、岩場を横切って凹角を直登するが、登りきるまで油断しないこと



8 家族松を過ぎると次に岩壁に鉄杭を打った直登が現れる。足を置く場所をイメージしながら登ろう



11 高度感のある岩場をトラバースすると分岐はもうすぐ



9 蒲生岳山頂は 360 度のパノラマ。登山記録ノートに感想を書いてみよう



10 鼻毛通しルートの下りも岩場が連続して気が抜けない

5 只見四名山 会津朝日岳

ただみよんめいざん

あいづあさひだけ

標高 1624m／上級

往復 9 時間

山開き 6 月第 2 日曜～ 10 月中旬



尾瀬の北側に広がる駒・朝日山群は、開発から逃れた静かな山域で、その北端に唯一拓かれた会津朝日岳は、岳人の憧れとして日本二百名山に選ばれています。

「赤倉沢登山口」は山深くにあり、国道から車で 10 km 入った溪谷の釣り堀「いわなの里」から 100m 程奥です。沢沿いに 1 時間ほど登ると「三吉ミチギ」という水場があり、長い九十九折を登ると「人見ノ松」で視界が開け、「叶ノ高手」のクロベの巨木から、大きく下ると「熊ノ平」です。鞍部は強風が遮られて積雪も深く、豊かな高木の森が広がっています。避難小屋のわきからパイウチノ高手まで登り、小幽沢カッチから城壁のような山頂稜線がそびえます。

例年、山開きの 6 月第 2 日曜はまだ雪壁で、早朝や雨天は雪が固く、ピッケルやアイゼンが必要です。

7 月に入って雪が消えると、雪崩で磨かれた岩場の直登となり、浮石が多く、岩登り経験が欲しいところです。頂上にでると反対側は切れ落ちた断崖で足がすくみず。三角点はさらに右へ、細い岩稜を進むと東雲山岳会の山座同定盤があります。毛猛山、越後三山、平ヶ岳、燐ヶ岳、日光連山、那須連山、飯豊連峰を望みます。

いわなの里

TEL090-2603-6162

赤倉沢登山口は釣り堀「いわなの里」の奥にあります。大自然に囲まれ清冽な水で育ったイワナ釣りが体験できます。炭火焼き、から揚げ、刺身で食べるイワナは美味しいこと間違いなしです。

営業時間 8:30～16:00



DATA

只見四名山 - 会津朝日岳

標高差 約 1084m + 登り返し 110m = 1194m

年齢 登山経験が必要

携帯電話 赤倉沢登山口は不可。人見ノ松から叶ノ高手で通話可

アプローチ 国道 289 号の萬歳橋から黒谷川沿いに約 10 km。白沢林道は中型・大型バス不可。「いわなの里」から登山口へは悪路

駐車場 赤倉沢登山口に 15 台。マイクロバスは事前にいわなの里に連絡して乗降させてもらい、宿や只見駅前広場などに駐車する

トイレ いわなの里に仮設トイレ設置

水場 登山口から 1 時間の三吉ミチギ。避難小屋周辺は水場が遠く、濁水する。残雪期は沢窪で取水できる

アドバイス 6 月第 2 日曜に山開きするが、山頂直下は雪壁になっていて、ピッケルや 10 本爪アイゼンが必要。熊ノ平避難小屋は緊急用でトイレや水場はない

服装・持ち物 地図、コンパス、レインウエア、飲料水 2 ～ 3 ℓ、食糧。緊急時に必要なヘッドライト、ツェルト、薬など
※初心者は登山教室やガイドツアーに参加しましょう



START & GOAL



1 赤倉沢登山口から赤倉沢を渡る橋は、毎年、山開き前に設置される



2 沢沿いに 1 時間ほど登ると最後の水場



3 叶ノ高手の大クロベは年々、枯れてきている

4 いったん下った鞍部は遅くまで雪が残り、花の種類が豊富



6 熊ノ平の避難小屋は緊急用のためトイレや水場はない



5 熊ノ平から会津朝日岳の山頂を望む



7 例年、山開きの 6 月第 2 日曜は急傾斜の雪壁になる

●小幽沢カッチ

カッチとは沢の源頭を意味します。ルート取りは沢窪ぞいに直登して、灌木づたいに右へ斜上して、トラロープ沿いに直登します。



8 雪が消えると滑りやすい岩場が現れて浮石が多く要注意



9 稜線にでてから右へ、せまい岩稜を進むと山頂がある



PEAK

10 東雲山岳会の山座同定盤が山頂の目印

6 只見四名山 浅草岳

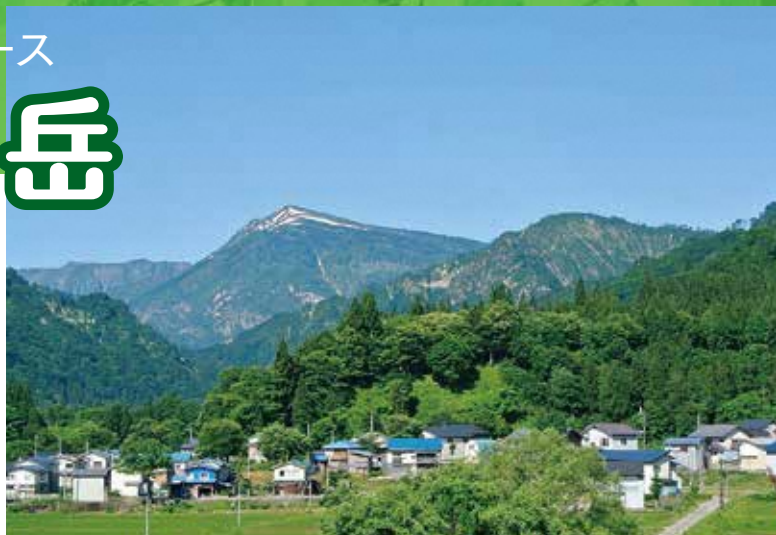
ただみよんめいざん

あさくさだけ

標高 1585m／上級

往復 9 時間

山開き 6 月第 4 日曜～ 10 月中旬



越後山脈のほぼ中央、福島県と新潟県の県境に構え、只見町のあちこちから優美な山容を望むことができる存在感のある山です。170 万年前のとても古い成層火山のため、北西側はきれいに山裾を広げていますが、南東側は断崖絶壁という非対称な地形です。

登山口は魚沼市に 3 カ所、只見町に 2 カ所あり、最短は魚沼市の「ネズモチ平登山口」です。只見町側の「只見沢登山口」と「入叶津登山口」は標高差があり健脚向きですが、只見沢から入叶津へ縦走すると浅草岳の魅力を満喫できます。

「只見沢登山口」は J R 只見線田子倉駅が最寄駅でしたが平成 23 年に廃駅になり、マイカーやタクシーを利用します。序盤はうっそうとした森が続きますが、中盤は眺めのよい稜線歩きになり田子倉湖や鬼ヶ面山の断崖を望みます。山開きのころは、花の宝庫で高度を上げるごとに花の種類が変わっていきま

す。終盤は足場の悪い九十九折が長く、シラネアオイやヒメサユリが現れるとようやく山頂です。

山頂は三叉路になっているので下山する方向に注意しながら「入叶津登山口」へ下ります。視界が開けて天狗ノ庭と呼ばれる大草原が広がり、湿原に敷かれた木道をたどります。やがてチシマザサに覆われるようになると、平成 22 年に撤去した避難小屋の手前で、道は 90 度右へ折れて沢窪を下り小三本沢を横切ります。雪渓が残っている時期は、木道が見えず、小屋跡にも目印がないため、下り過ぎに要注意です。

「すだれノ上」から「沼ノ平分岐」を経て平石山まではブナの巨木が続きます。平石山からの下りは薄暗い急な九十九折で、雪崩で磨かれた岩や平石が滑りやすい難所です。慎重に下って「山神杉」の分岐に着けば、あとは歩きやすい登山道を下ります。

DATA 只見四名山 浅草岳

標高差 只見沢登山口約 1065m、入叶津登山口約 1145m

年齢 登山経験が必要

携帯電話 只見沢登山口は不可。田子倉眺めから山頂を越えて沼ノ平分岐まで通話可。入叶津登山口は可

アプローチ 只見沢登山口は国道 252 号を田子倉レイクビューから約 5km。田子倉休憩所の手前に登山口に入る道があるが、大型バスは田子倉休憩所に駐車。入叶津登山口は国道 252 号から叶津川沿いに国道 289 号を約 4km。

大型バス通行可

駐車場 只見沢登山口は普通車 50 台、田子倉休憩所に大型バス 2 台。入叶津登山口は大型バス 1 台、普通車 8 台

トイレ 只見沢登山口は田子倉休憩所の公衆トイレを利用。入叶津登山口は仮設トイレ設置

水場 只見沢登山口から 1 時間の大久保沢。入叶津登山口の清水、1 時間登った栃ノ木清水。小三本沢に雪渓があれば木道から沢の水をくむ

アドバイス 只見沢登山口、入叶津登山

口ともに公共交通機関がなく事前にタクシー会社や宿泊施設と相談して送迎を依頼する。只見沢登山口から入叶津登山口まで約 20 km、小型タクシー約 7,000 円

服装・持ち物 地図、コンパス、レインウェア、飲料水 2～3 ℓ、食糧。緊急時に必要なヘッドライト、ツェルト、薬など

※初心者は登山教室やガイドツアーに参加して登りましょう

※浅草岳の詳しい登山地図は書店で販売している
昭文社発行「山と高原地図・越後三山」に収録されています

START



1 只見沢登山口から只見沢沿いにしばらくはぬかるみが多い



2 幽ノ倉沢の仮橋は毎年、山開き前に設置される。橋を渡ると幽ノ倉沢から離れて沢窪沿いに登山道が続く



3 大久保沢の清水からブナの九十九折を登って視界が開けると田子倉眺め



4 夏まで雪渓の残る鬼ヶ面の断崖が対岸にそびえる



5 剣ヶ峰を越えた先に幹が割れたブナの立木がある。強風による落枝事故に注意



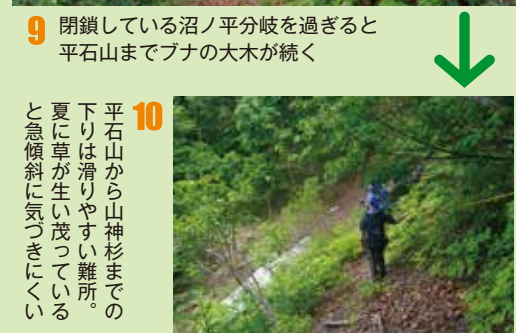
6 浅草岳山頂は三叉路になっているので下山する方向に注意



7 池塘が並ぶ湿原をぬけると大草原が広がる



8 登山道は撤去された避難小屋跡から直角に小三本沢を渡るが、雪渓に覆われていると迷いやすいので要注意



9 閉鎖している沼ノ平分岐を過ぎると平石山までブナの大木が続く



10 平石山から山神杉までの下りは滑りやすい難所。夏に草が生い茂っていると急傾斜に気づきにくい



11 入叶津登山口が見えてからわずかな下りが滑りやすい

GOAL



新潟県との県境に位置する浅草岳はブナ林の下草にユキツバキが生える。ブナの若葉とユキツバキの濃い緑色のコントラストが魅力



7 浅草岳山神杉のブナ林

あさくさだけ

さんじんすぎのぶなりん

標高 766m／中級
往復 3時間 30分
山開き6月第4日曜～11月中旬

浅草岳の「入叶津登山口」から登山道を登り、山神杉を過ぎると、広大なブナの天然林が見られます。雪崩が頻発する明るい草地と、安定したブナの森が交互に現れるので、地形と植生の解説を聞きながら登ると興味が深まります。江戸時代の「八十里越」と重なる歴史の道でもあり、いまま地元集落の人たちが利用する生活の道でもあります。

DATA 浅草岳 山神杉のブナ林

年齢 保護者同伴で小学校中学年以上
標高差 約330m
アドバイス ガイド同行の場合は3時間30分行動できれば初心者可
服装・持ち物 動きやすい服装、レインウェア、飲料水 500ml、軽食

ガイドと待ち合わせ 入叶津登山口

携帯電話 入叶津登山口と叶津川眺めのみ通話可
アプローチ 国道252号から叶津川沿いに国道289号を約4km。大型バス通行可
駐車場 大型バス1台、普通車8台 トイレ 仮設トイレ設置
水場 登山口の清水、1時間登った栃ノ木清水の2カ所

豪雪が育んだ自然と生活・文化を守り、活かす

只見ユネスコエコパーク

Tadami Biosphere Reserve

平成26年6月、只見町全域と檜枝岐村の一部地域は、人と自然との共生を実現する国際的モデル地域として、ユネスコMAB(人間と生物圏)計画における生物圏保存地域(ユネスコエコパーク)に登録されました。域内では、人と自然との共生を図るため、保護すべき自然環境が対象となり、原則立ち入り禁止(登山道のみ利用可)の「核心地域」、人間活動から核心地域を守る「緩衝地域」、持続可能な社会経済活動を行う居住区「移行地域」に土地利用区分(ゾーニング)されています。

只見ユネスコエコパークの核心地域、緩衝地域では次の行為は関連法令等により禁止されています。

- ・登山道以外への立ち入り
- ・山野草や山菜、キノコなどの採取
- ・昆虫、動物の捕獲等
- ・植物の損傷
- ・ゴミのポイ捨て
- ・ペットの持ち込み
- ・焚き火



ルールを守って、環境に優しい登山を楽しみましょう。皆様のご理解とご協力をお願いいたします。

核心地域・緩衝地域は、保護・保全地区です。

土地利用区分	核心地域 3,557 ha	緩衝地域 A 8,380 ha	緩衝地域 B 42,953 ha	移行地域 23,142 ha
対象地域	● 森林生態系保護地域の「保存地区」(重複する越後三山只見国定公園の「特別保護地区」と「特別地域」の一部を含む)	● 越後三山只見国定公園の「特別保護地区」(重複する森林生態系保護地区の「保全利用地区」の一部を含む)	● 核心地域、緩衝地域 A 以外の国有林 ● 核心地域に隣接する「町有林」「財産区有林」	● 核心地域、緩衝地域以外の山林原野、農耕地、住居地



只見町のガイドは、ユネスコエコパークの町として、只見町の自然を守りながら只見町の魅力を楽しく安全に伝えます。森歩き、まちなか基本ガイドコース等お気軽にお問い合わせください。只見町には雪食地形をはじめとした豪雪地帯を代表する豊かな自然環境が残っています。また、雪国で培われた伝統や生活の知恵など数多くの魅力があります。ガイドと共に只見町を楽しみましょう。ガイドの手配は下記問い合わせ先（只見町インフォメーションセンター）までお問い合わせください。

【スズメバチ】 夏から秋に巣に近づく攻撃されます。キイロスズメバチは木の枝など高い場所に、オオスズメバチは朽木や地面に巣を作ります。ハチ毒アレルギーのある人はアナフィラキシーショックによる死亡事故が年間 30 件ほどあるので病院でアドレナリン自己注射薬などを処方してもらいましょう。**【マムシ】** 春と秋は日当たりがよい尾根で、夏は水辺の草むらで過ごしています。丸い銭型模様のある太く短いヘビで、おとなしいのですが知らずに踏んでかまれる事故があります。**【ツキノワグマ】** 山に限らず只見町全域が生息圏です。春の子連れ熊は気が荒いです。秋は栗の木などに登って実を食べています。**【ウルシ】** 体質によってヤマウルシやツタウルシにかぶれる人がいます。自然のなかでは長袖長ズボンが安心です。

緊急時

- 救助要請 / 警察 110 救急車 119
- 病院 / 只見町朝日診療所 Tel. 0241(84)2221
- 薬局 / あいあい薬局只見店 Tel. 0241(84)7055

交通機関

- タクシー / 只見観光タクシー Tel. 0241(82)2202
- 朝日タクシー Tel. 0241(84)2235
- 只見エスネットレンタカー Tel. 090(8928)8916
- 鉄道情報 / J R 東日本お問い合わせセンター Tel. 050(2016)1600
- 会津鉄道 会津田島駅 Tel. 0241(62)0065

ガイド手配・宿泊予約・観光案内

只見町インフォメーションセンター

Tel. 0241(82)5250 Fax. 0241(82)5810
〒968-0421 福島県南会津郡只見町大字只見字雨堤1018-1
webサイト <https://www.tadami-net.com>
営業時間 9:00~17:00



●登山計画書

登山計画書は安全登山の基本です。家族や友人にも計画を伝えておきましょう
〈登山届（計画書）提出先〉
福島県警察本部地域部「総合運用指令課」
〒960-8686 福島市杉妻町2番16号
Tel.024(522)2151 Fax.024(521)6480
メール fp-tiiki_anzen@police.pref.fukushima.jp
只見町では各登山口に登山ポストを設置しています