



# 上高地ウォーキングマップ

★ごみはすてないでホテル、各家庭まで持ち帰りましょう。



## ウェストンレリーフ Weston Relief

著書「日本アルプスの登山と探検」で日本アルプスを世界に紹介した英国宣教師ウォルター・ウェストン。6月第1日曜日ウェストン祭がおこなわれる。大正2年8月来館。

## 岳沢登山口

岳沢雪渓へ登り2時間40分、下り1時間40分の行程である。

## 小梨平 Konashidaira

ビジターセンターがあり、動植物、気象のほか、山岳写真などが展示されている。また、自然観察会、映画などの催しをおこなっている。(入場無料) キャンプ場指定地。

## 明神池 Myojin-Ike (Pond)

原生林の中に、一の池、二の池があり、池畔には穂高神社の奥宮がある。10月8日にお舟祭がおこなわれる。

## 河童橋 Kappa-Bashi (Bridge)

「上高地河童橋名月十三夜」萩原井泉水橋上からの穂高連峰、焼岳の眺めがすばらしい。芥川龍之介は河童橋をヒントに昭和2年風刺小説「河童」を書いた。明治42年来館。

## 田代橋 Tashiro-Bashi (Bridge)

平成11年4月、木造の橋に改修。「立ち向ふ穂高が嶽に夕日さしわきのぼる雲はいゆきかへらふ」若山牧水 大正10年来館。

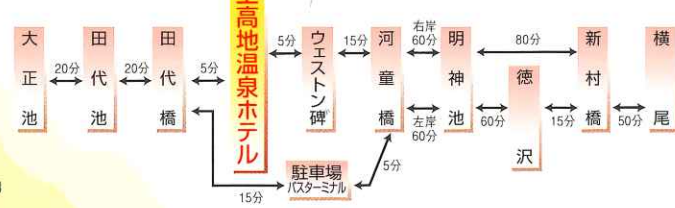
## 田代池 Tashiro-Ike (Pond) (田代池附近)

原生林の中にポッカーリと明けた池は浅く、湿原となっている。サギスケ、レンゲツツジの花が彩りをえる。「田代沼水にうかみて消ゆかにも白く細かく咲きてある花」窪田空穂 大正2年8月来館。

## 大正池 Taisyo-Ike (Pond)

大正4年6月6日、焼岳の大噴火によって梓川がせきとめられてできた池。「あしびきの高山のまに立ちがれし木々々と水の中に立つ」斎藤茂吉 昭和8年来館。

## 行程表コースタイム



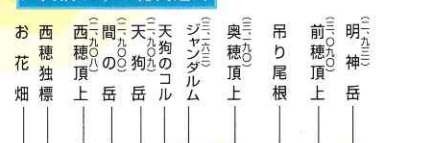
## 西穂高岳、焼岳登山口

西穂高岳へ5時間30分(下り3時間20分) 焼岳(展望台迄)へ3時間(下り2時間)で行ける。

## 焼岳 Yake-Dake (Mountain)

標高2455m。(活火山) 昭和12年の芥川賞作家、尾崎一雄は登山をもとに名作「焼ヶ岳」を書いた。昭和10年代、幾度も来館。「火の山の裾に夏帽振別れ」高浜虚子 昭和6年来館。

## 田代橋よりの穂高連峰



## 徳本峠登山口

島々宿より高村光太郎・智恵子は徒歩、幸田露伴は馬で徳本峠を越えて当館へ泊まった。「白雲のおりある谷に駒鳥の鳴く音遠に朝のしづけさ」島本赤彦も馬で徳本峠を越えた。明治42年7月来館。登山口より峠へ登り2時間、下り1時間30分。

## 中郡山岳国立公園(北アルプス) 上高地温泉ホテル

明治19年創業 自家源泉かけ流し 源泉3つ所有  
〒390-1516 長野県松本市安曇上高地 TEL0263-95-2311 FAX0263-95-2639  
■冬期事務所(11月下旬~4月中旬)  
〒390-1401 長野県松本市波田10250-13 TEL0263-50-5201 FAX0263-50-5202  
URL <http://www.kamikouchi-onsen-spa.com/> mail [info@kamikouchi-onsen-spa.com](mailto:info@kamikouchi-onsen-spa.com)

営業期間 4/25~11/14  
外来入浴(露天風呂・樽風呂有り) 7:00~9:00・12:30~15:00  
■通年マイカー規制の為、沢渡又は平湯の駐車場(有料)より公共交通機関で約30分。帝国ホテル前下車約7分。

