

いけ たいら  
湯の丸高原 池の平湿原

Ikenotaira Wet Land

上信越高原国立公園

湯の丸高峰林道

遊歩道

遊歩道(木道)

歩行時間の目安地点

**湯の丸高原ビジターセンター**  
Tel.0268-62-4333

**入館無料** 開館/9:00~16:00  
期間/5月上旬~11月中旬  
定休日/水曜日

湯の丸の四季などのご案内をしています。  
ぜひ、お立ち寄りください。

湯の丸高原 地蔵峠 高峰高原  
至奈良原温泉・東御市

お問い合わせは上記まで

至車坂峠  
to Kurumazaka Pass  
高峰高原  
Takamine Highland  
浅間山  
Mt.Asama yama

至東麓ノ登山  
to Mt.Higashi Kagonoto yama

至地蔵峠  
to Jizo Pass

2.8km  
至地蔵峠  
to Jizo Pass

おとぎの森  
Otoginomori forest

忠治の隠岩広場  
Chuji no kakureiwa resting area

鉢巻山  
Mt.Hachimakiyama

グリーン広場  
Green hiroba resting area  
2,008m

村界の丘  
Sonkai-no oka hill  
2,113m

雷の丘  
Kaminari no oka hill  
2,108m

雲上の丘広場  
Unjo no oka hill  
2,110m

ピグミーの森  
Ryugmy no mori forest

見晴岳  
Mt.Miharashidake  
2,095m

三方コマクサ園  
Sanbo Komakusa fields

三方ヶ峰  
Mt.Sanbogamine  
2,040m

見晴コマクサ園  
Miharashi Komakusa fields

三方見晴歩道  
Sanbo Miharashi hodo trail

アキノキリンソウ  
ハナショウブ  
アヤメ・ウメバチソウ  
マツムシソウ群生

ハナショウブ  
アヤメ、ウメバチソウ  
群生

池の平湿原  
Ikenotaira Wet Land

池の平インフォメーションセンター・避難所  
Ikenotaira information center

池の平駐車場  
普通車

大型車



**【池の平三方歩道通行止め】**  
木道設置工事のため  
9/19(火)~今シーズンいっぱい

湯の丸高峰林道

開通期間は、5月上旬~11月中旬です。  
(その他の期間は閉鎖となります。気象条件により変更する場合があります。)  
開通時間は午前7時~午後5時です。  
時間に気をつけて通行してください。  
(時間外は地蔵峠側・車坂峠側ともにゲートが閉まります。)

池の平駐車場(有料)

池の平駐車場は5月~10月まで有料です。  
普通車(1台) 600円  
中型車(1台) 2,500円  
大型車(1台) 3,500円  
二輪車(1台) 200円

森林利用者協力金

(湯の丸高峰レクリエーションの森協議会)

- ハイキング、登山の皆さんから協力金(大人50円/小人20円)をいただいています。
- 池の平駐車場料金には協力金が含まれています。
- 公衆トイレ利用の際には募金をいただいています。
- これらの協力金・募金は、湯の丸高峰の施設整備や環境美化、保全に使われます。

入山のきまりとマナー

- ゴミは、持ち帰りましょう。
- 犬や猫等のペットの入山は、ご遠慮ください。
- 池の平には、飲料水はありません。
- 遊歩道以外への立ち入りはしないでください。
- 高山植物・昆虫の採取は禁止されています。
- トイレは駐車場のみです。

ガイド付き  
トレッキングツアー  
詳細はこちら



※池の平湿原は、場所にもよりますが、NTTドコモ、au、ソフトバンクの3社とも通信できます。

2.5km  
至地蔵峠  
to Jizo Pass

70分

90分

40分

30分

15分

30分

20分

20分

東歩道  
Higashi hodo nature trail

放開口  
Hotoiguchi

湯の丸高原

池の平

長野県