SHIGA KOGEN MAP

SHIGAKOGEN NAVIGATOR

遊歩道 お散歩気分で楽しく歩けるコース

1 横手山パノラマコース

全長／1.5km
所要時間／約1時間
標高差／307m

標高2,307mからのすばらしい眺めをご覧ください。晴れた日には北信五岳、北アルプス、浅間山、富士山まで一望できます。スカイレーターやリフトを乗り継ぎ、お気軽にアクセスできる雲上の空中散歩コースです。

満天ビューテラス 06-L

のぞき 05-L

2 サンシャイントレール・水無池コース

全長／3.9km
所要時間／約1時間30分
標高差／約100m

琵琶池を周回するコースは舗装されていて、車椅子でのご利用も可能です。（急勾配の箇所あり）蓮池にある自然保護センターで情報収集をしたり、一沼に足をのばすのもおすすめです。

森林セラピーロード

舗装された遊歩道 03-G

琵琶池 03-G

3 旭山登山コース

全長／約3.5km
所要時間／2時間
標高差／約100m

登山道が緩やかで整備状態も良く、比較的に簡単に登れるコースです。山頂には休憩できる東屋があり、秩父宮様の植樹、西には北信五岳、北アルプスが、東には志賀高原の山々や池を望むことができます。

一沼の隣にある旭山入口 03-H

旭山山頂 03-G

4 せせらぎコース

全長／1.8km
所要時間／約55分
標高差約／60m

小雑魚川に沿った木道の散策路。途中にいくつもの湿原があり、早春から湿性植物の花が咲く様子を楽しむことができます。イワナ原種保存地区でもあり、雑魚川の源流で泳ぐイワナたちも観察できます。

森林セラピーロード

一の瀬ダイヤモンド湿原 05-F

高天ヶ原湿原 05-G

5 シナノキコース

全長／2km
所要時間／約1時間30分
標高差／約70m

ゲレンデに囲まれた森の中に、長野県の天然記念物に指定されているシナノキの大木があります。国内最大級の規模を誇る大木で、樹齢推定800年、樹高約23m、根回りは約10m。一見の価値あり！植生が豊かなコースで、様々な花も楽しむことができます。

シナノキ 05-F

探勝歩道 自然観察や自然探勝を楽しむコース

6 池めぐりコース

全長／9.6km(硯川～大沼池入口)
所要時間／約3時間30分
標高差約／360m

大小様々な湖沼をめぐる、志賀高原を代表するトレッキングコース。眺望のすばらしい前山湿原から可憐な花が咲き競う渋池、四十八池湿原、神秘の輝きを見せる大沼池など、見どころ満載のコースです。

森林セラピーロード　大沼池 06-I

7 自然探勝コース

全長／4.1km
所要時間／約2時間
標高差約／160m

笠ヶ岳をバックに花々が咲き競う田ノ原湿原、木戸池や長池をはじめとした数々の池や原生林など、見どころが随所にあるコース。志賀高原の自然を手軽に堪能するのに最適なコースです。

森林セラピーロード　根上がり ゾウさんの木 06-I

8 奥志賀白樺苑路コース

全長／3.7km
所要時間／約1時間20分
標高差／約50m

白樺やブナの林で森林浴をしながら気軽に散策できる、遊歩道です。大沢のせせらぎを聞きながら橋を渡り、小鳥のさえずりのなか白樺池で折り返す、アップダウンの変化に富んだ植生豊かなコースです。

白樺とブナの森 06-B

森林セラピーロード　大沢 06-C

9 清水新道

全長／1.1km
所要時間／約35分
標高差約／40m

6 池めぐりコースと、7 自然探勝コースを結ぶコースです。大沼池入口駐車場からジャイアントスキー場を経由して、信州大学自然教育園方面へ。原生林の中、新たな自然との出会いをお楽しみください。

清水口からの原生林 04-H

10 大倉新道コース

全長／2.7km
所要時間／約1時間15分
標高差／約160m

昭和のはじめ、オークラ財閥（現ホテルオークラ）ご一家が発哺温泉に長期滞在された際に、発哺周辺での散策のために作られた遊歩道です。秩父宮同妃、三笠宮さまも岩菅山登山の際に歩かれました。植生豊かな遊歩道です。詳細マップやGPS必須。

ニリンソウの小径 05-G

11 まが玉の丘コース

全長／2.8km
所要時間／約2時間
標高差／約165m

信州大学自然教育園に隣接し、針葉樹林の木漏れ日が心地よい「まが玉の丘」を目指す遊歩道。長池湿原から巨石が点在する原生林のコース内を、志賀高原の自然を学びながら歩くことができます。

ふたご岩 04-I

12 峠の三十三観音コース

全長／6km
所要時間／下り約2時間30分
　　上り約3時間30分
標高差／約620m

渋温泉～草津温泉を結ぶ旧草津街道に、道しるべのようにたたずむ三十三観音。それぞれに、ご利益、ご詠歌があり身も心も癒してくれます。

第三番　番外観音 01-G

第三十一番　一沼 03-H

登山道 200名山の岩菅山、300名山の笠ヶ岳・横手山。志賀高原を代表する山々に登る健脚者向けのコース

13 志賀山登山 モデルコース

全長／12.6km(硯川～大沼池入口)
所要時間／約5時間30分
標高差／約300m

神秘的な輝きを見せる大沼池を裏志賀山山頂から見下ろす人気のコースです。途中現れる数々の池や、四十八池湿原の眺めも素晴らしい。

裏志賀山より大沼池を望む 05-I

14 焼額山登山 モデルコース

全長／7km
所要時間／約3時間
標高差／約400m

スキー場からの眺望を楽しみながら登ります。山頂部のオオシラビソの林に立ち入ると、そこには不思議な美しさを見せる「稚児池」が。秋には眼前に迫る岩菅山の山並みの紅葉や高層湿原の草紅葉も楽しめます。

稚児池 05-D

15 岩菅山登山 モデルコース

全長／9.5km
所要時間／約6時間30分
標高差／約700m

リフトかゴンドラで東館山へ。そこから寺小屋峰を目指して進みます。ゲレンデから原生林を抜けると眺望が抜群な稜線道に出ます。ノッキリから急なガレ場を含む登山道を克服すると、日本200名山の岩菅山（2,295m）に到着します。携帯トイレブース有り。非常時のみご利用ください。

岩菅山登山には登山計画書の提出が必要です。（ながの電子申請サービス）

アライタ沢 06-F

岩菅山 08-G

16 笠ヶ岳登山 モデルコース

全長／7km
所要時間／約4時間
標高差／約350m

峠の茶屋から千島笹の中を登って行くと、シャクナゲやイワカガミなどの高山植物が咲く登山道に無数の岩塊が現れます。岩場を登りきると、木々に囲まれた静かな山頂に辿り着きます。

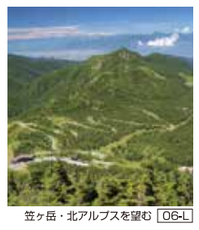
笠ヶ岳直下から山頂を望む 03-K

急な坂には階段が設置 03-K

17 鉢山・横手山 モデルコース

全長／6.5km
所要時間／約3時間
標高差／約625m

前山サマーリフトを降りると、目指す鉢山から横手山を見ることができます。千島笹、シラビソの林を抜けて、鉢山山頂から横手山中腹あたりまで行くと、眺望が開けてきます。山頂からの絶景をお楽しみください。


笠ヶ岳・北アルプスを望む 06-L

18 赤石山登山 モデルコース

全長／11.5km
所要時間／所要約6時間
標高差／約550m

志賀高原のほぼ中心に位置し、赤石山頂の岩場から志賀高原の象徴「大沼池」を見下ろし志賀高原全体を一望できます。東館山や鉢山などの登山道と繋がり、距離の長いトレイルコースを設定することもできます。

登山道から見上げる岩峰 07-I

山頂へ向かうガレ地 大沼池が望める 07-I

紅葉情報

標高差により長期間紅葉が楽しめる県内屈指の名所です。

蓮池付近道路案内

凡例

各コースの所要時間は目安で、個人差があります。
尚、休憩時間は含まれていません。

- 遊歩道（初級／ファミリー向けコース）
- 探勝歩道（中級／一般向けコース）
- 登山道（上級／健脚向けコース）

インフォメーション / トイレ / 駐車場/駐車スペース / バス停 / 警察官駐在所 / 郵便局（ATM） / リフト / ゴンドラ / スカイレーター / ビューポイント / 温泉 / テニスコート / SUP / 釣り / ボート / キャンプ場 / 禁猟区 / 避難小屋 / ミズバショウ群生地 / ワタスゲ群生地 / ヤナギラン群生地 / レンゲツツジ群生地 / ニッコウキスゲ群生地 / F-0 飲食店 / S-0 ショップ ※反対面のEat·Buyを参照

500m 0 500m 1000m 1500m

THE GEOART(登録商標第5140363号)©Hokkaido Chizu Co., Ltd. Agency/Artbank