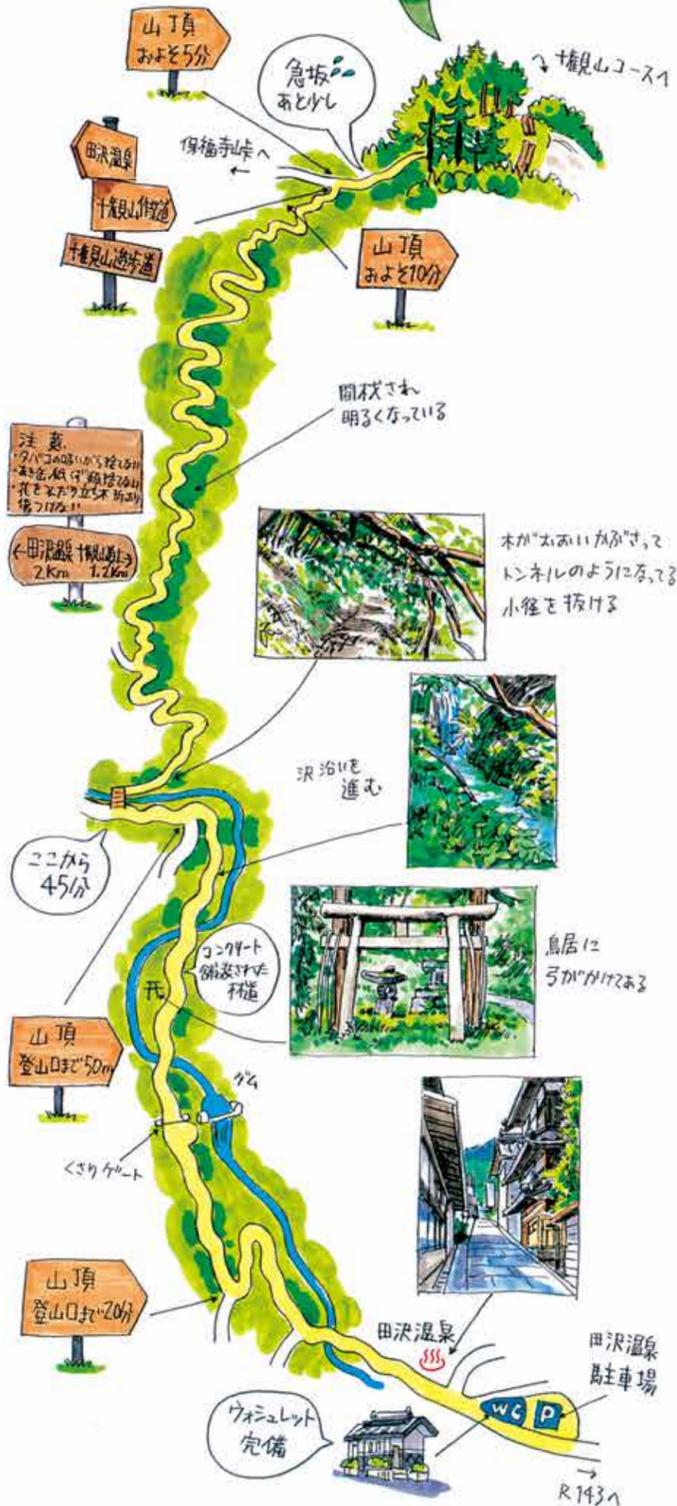


じっかんざん
十観山
— 湯川コース —
標高 1,284m

登り: 1時間30分
下り: 1時間20分



林をぬけると
絶景が!



じっかんざん
十観山
— 十観山コース —
標高 1,284m

登り: 1時間
下り: 50分



トレッキングのあとは温泉を楽しもう

山歩きの心地よい疲れには、温泉が最高!

田沢温泉	沓掛温泉
富士屋 0268-49-3111	満山荘 0268-49-2002
ますや旅館 0268-49-2001	かなふや旅館 0268-49-2004
和泉家旅館 0268-49-2017	

日帰り温泉施設

田沢温泉 有乳湯	0268-49-0052	くつろぎの湯	0268-49-1000
沓掛温泉 小倉乃湯	0268-49-1126		

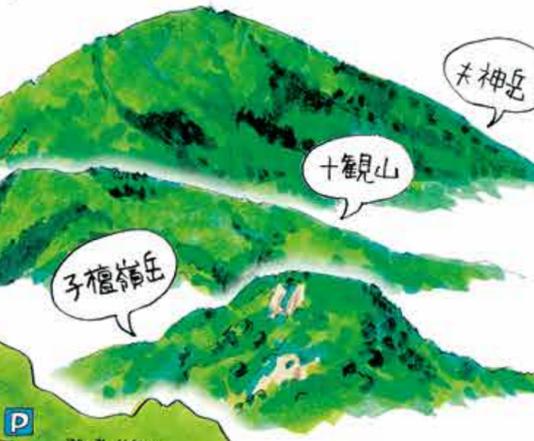
マナーを守ってください

1. 止め山には立ち入らない(里山には所有者があり、山菜・キノコ山になっています)
2. ゴミは出さない、必ず持ち帰る
3. 草花木(高山植物を含む)を取ったり、折ったりしない
4. 熊よけのため、鈴やラジオなど音の出る物を身につける
5. トレッキングに相応しい服装と足こしらえをする

登山者用トイレは冬期(11月中旬~4月中旬)閉鎖しています。



信州
青木村
トレッキングマップ



青木村へのアクセス

車で
上信越自動車道・上田菅平IC.
より国道143号にて30分
中央道・長野自動車道・麻績IC.
より県道12号にて30分



〒386-1601 長野県小県郡青木村田沢111
TEL 0268-49-0111 FAX 0268-49-3670
ホームページアドレス <http://www.vill.aoki.nagano.jp>
メールアドレス webmaster@vill.aoki.nagano.jp

お問い合わせ先
青木村役場



杉林と雑木林の境を行く



岩と赤テープを目印に行く



登り終えたら左側へ
※保福寺峠側から登った場合

