ライチョウの聖地・乗鞍天空巡礼

満喫！乗鞍おすすめルート

高山市内からお越しの場合

ほおのき平、平湯から乗鞍山頂(畳平)行バスに乗車→『大黒岳登山口』下車

●大黒岳頂上で展望を楽しみ、高山植物、ライチョウ観察を満喫

コマクサの群生、ライチョウ観察が楽しめます。(7月上旬～)休憩後、県境広場へ下山、富士見岳頂上へ。その後、富士見岳頂上から肩ノ小屋正面へと下り、専用道路へ下山、エコーラインを眼下に真っ直ぐ進むと肩ノ小屋に到着。十分な休憩と最終のトイレをすませよう。

●サミットを目指して、片道約1時間の登山スタート！

肩ノ小屋方面の剣ヶ峰登山口から火山岩のザレた道をゆっくり50分程登ると蚕玉岳頂上。その後、頂上手前の分岐を左手に取ると頂上小屋に数分で到着。小屋前からは剣ヶ峰頂上、北アルプス、八ヶ岳連峰、天気の塩梅では富士山も確認できます。

小屋で十分な休息後、サミットアタック！頂上で乗鞍を満喫してゆっくり下山。
余力があれば摩利支天岳に立ち寄り別角度の乗鞍の景色を楽しむのもオススメ。

●お花畑(花の盛期なら1周60分)を経由し、のんびりと乗鞍バスターミナル(畳平)へ。

専用道路を下り気味に畳平方面に進み不消ヶ池を過ぎると、左手にお花畑経由で畳平に行く木の階段が見えてきます。

●魔王岳頂上に立ち、本日登頂したピークを展望！

バスを下車する際は一気に体感温度が下がります。また、標高差1,000m前後、歩行なら3～4時間を45分程で登って気圧が3分の2の高山帯から行動開始です。お越しの際はくれぐれも体調管理、服装などの装備に十分な配慮をお願い致します。

乗鞍岳は全域がツキノワグマの生息地です。クマに存在を知らせるクマ鈴などの装備、クマを見ても慌てず、騒がず静かに距離を取り行動してください。

ライチョウ観察の際は、静かに見守って下さい。足元にいる！場合もあります。

松本市内からお越しの場合

乗鞍高原観光センターから乗鞍山頂(畳平)行バスに乗車→肩の小屋口』下車

●肩ノ小屋への登山道で高山植物とライチョウ観察を満喫。まずはサミットへ！

剣ヶ峰頂上を一番にアタックした後、摩利支天岳に寄り、富士見岳、大黒岳、魔王岳に登頂。お花畑を一周。

乗鞍高原観光センターから乗鞍山頂(畳平)行バスに乗車→標高日本一のバス停で下車

●一気に富士見岳から始めるもよし、ゆっくり大黒岳から始めるもよし！

…おすすめご来光鑑賞ポイント

至松本市内
肩ノ小屋口
大雪渓
剣ヶ峰 3,026m
乗鞍頂上小屋 2,996m
蚕玉岳 2,979m
登:50分 降:30分
登:30分 降:25分
最終トイレ
10分
富士見岳 2,817m
登:20分 降:15分
摩利支天岳 2,873m (旧コロナ観測所)
標高日本一のバス停(降車専用) (名称:標高2,716m)
15分
10分
お花畑(1周約30分)
5分
BUS TERMINAL
大黒岳 2,712m
登:20分 降:15分
登:15分 降:10分
大黒岳登山口 (降車専用)
5分
鶴ヶ池
乗鞍バスターミナル(畳平) / 標高日本一のバス乗場
◀至高山市内
魔王岳 2,763m