上高地・大正池と明神池水曜ウォーク

2016.08.24 13km ゆったり5km＋自由散策

参加者の皆様へ

- 無断で単独行動をとらないようにしてください。
- 主催者は、歩行中の事故について傷害保険に加入している他は応急措置以外の責任は負いません。
- スタート前には必ずトイレを済ませてください。
- 植物は採取厳禁です。
- 体調が悪くなったら遠慮せずに役員に連絡願います。

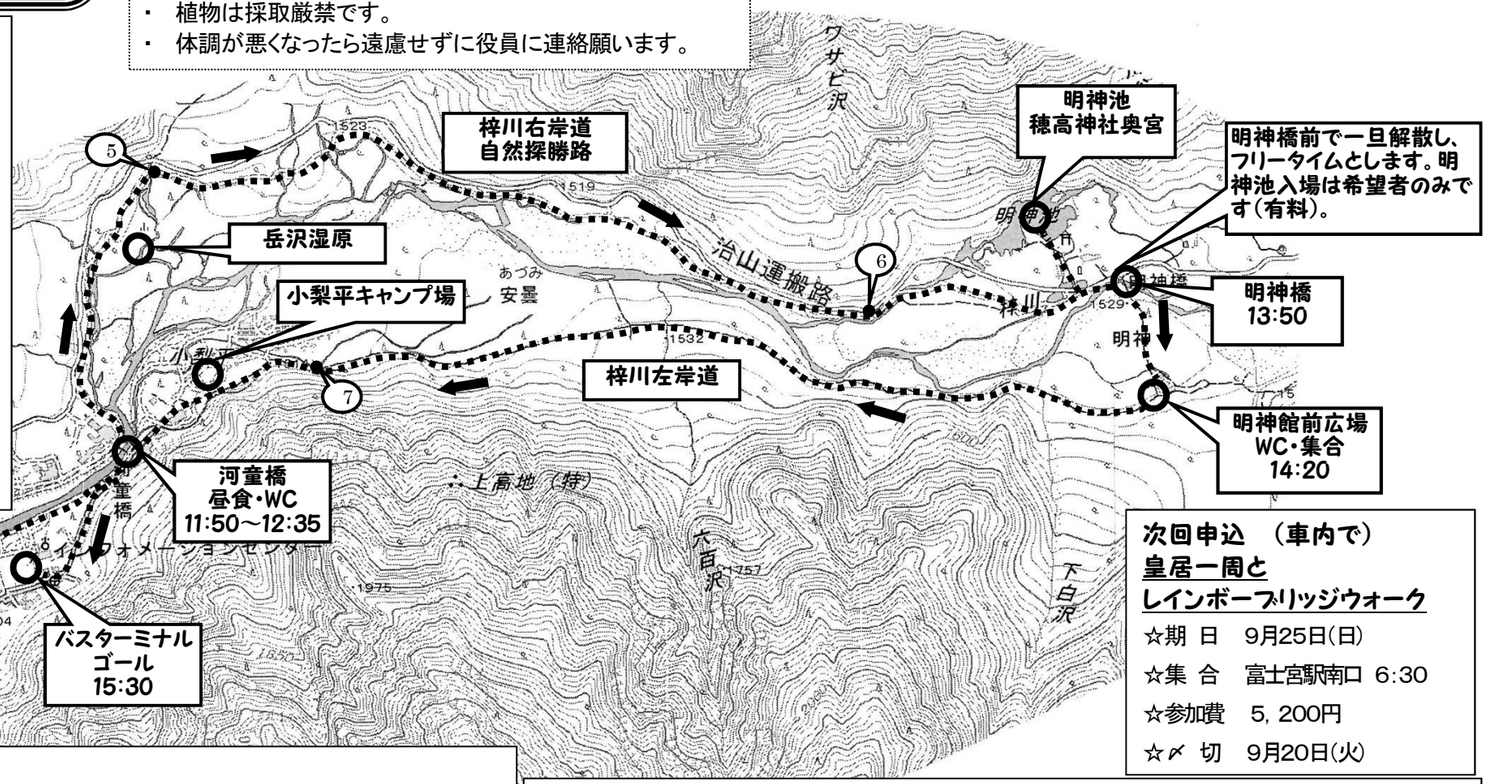
緊急時連絡
増田　敏幸　080-2612-4825
宇佐美武幸　090-7025-9607

コース

往路（バス）　富士宮駅南口＝＝甲府南IC＝＝双葉SA（WC）＝＝松本 IC
6:00　6:20～35
＝＝道の駅「風穴の里」（WC）＝＝大正池バス停（WC）
9:20～35　10:20～30

ウォーク　大正池バス停（スタート）・・・中千丈沢（体操）・・・田代池・・・自然研究路・・・田代橋・・・
10:30　10:45～55　11:05　11:25
河童橋（昼食・WC）・・・岳沢湿原・・・梓川右岸道・・・明神橋（明神池は希望者）・・・
11:50～12:35　13:50
明神館前（WC）・・・梓川左岸道・・・小梨平キャンプ場（WC）・・・河童橋
14:20　15:00～10　15:20
・・・バスターミナル（ゴール）　＊ゆったりは昼食後フリー散策です。
15:30

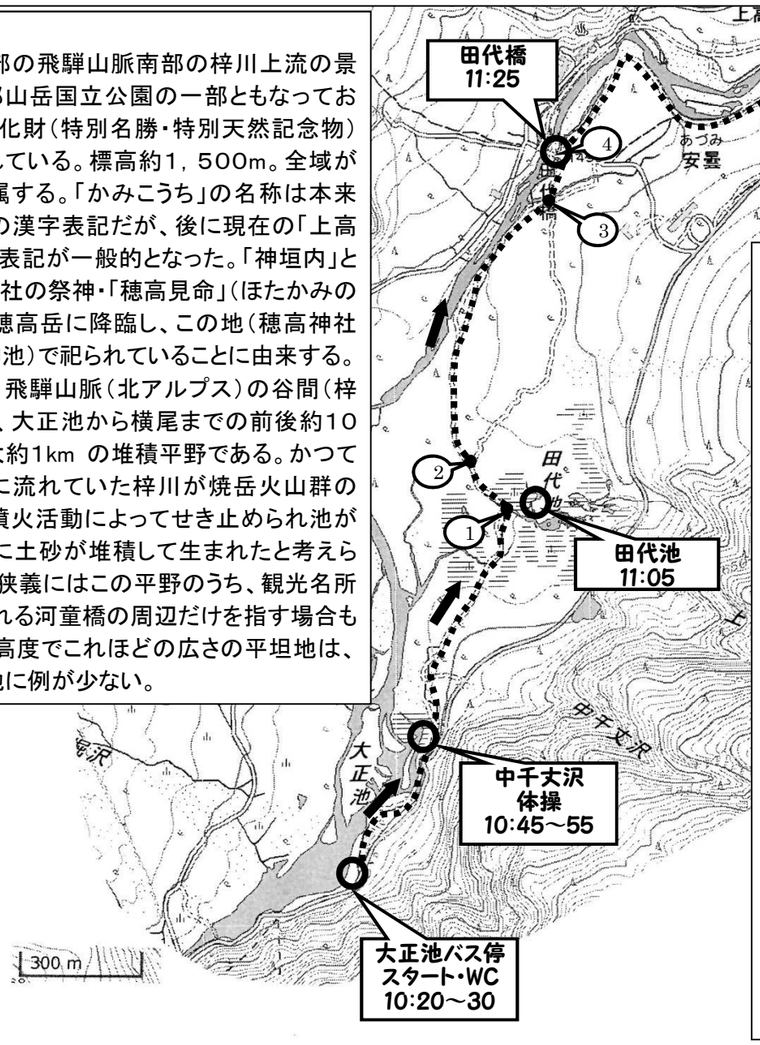
復路(バス)　バスターミナル＝＝松本IC＝＝諏訪湖SA（WC）＝＝甲府南 IC・・・富士宮駅南口
15:30　17:20～40　19:30



次回申込　（車内で）
皇居一周と
レインボーブリッジウォーク
☆期　日　9月25日(日)
☆集　合　富士宮駅南口 6:30
☆参加費　5，200円
☆〆　切　9月20日(火)

上高地

長野県西部の飛騨山脈南部の梓川上流の景勝地。中部山岳国立公園の一部ともなっており、国の文化財（特別名勝・特別天然記念物）に指定されている。標高約1，500m。全域が松本市に属する。「かみこうち」の名称は本来「神垣内」の漢字表記だが、後に現在の「上高地」の漢字表記が一般的となった。「神垣内」とは、穂高神社の祭神・「穂高見命」（ほたかみのみこと）が穂高岳に降臨し、この地（穂高神社奥宮と明神池）で祀られていることに由来する。上高地は、飛騨山脈（北アルプス）の谷間（梓川）にある、大正池から横尾までの前後約10km、幅最大約1km の堆積平野である。かつて岐阜県側に流れていた梓川が焼岳火山群の白谷山の噴火活動によってせき止められ池が生じ、そこに土砂が堆積して生まれたと考えられている。狭義にはこの平野のうち、観光名所として知られる河童橋の周辺だけを指す場合もある。この高度でこれほどの広さの平坦地は、日本では他に例が少ない。



大正池

活火山である焼岳が 1915 年に噴火し、泥流によって梓川が堰き止められて形成された。池にある立ち枯れの木々の景観は、1928 年に「上高地」が史蹟名勝天然記念物保存法による「名勝及ビ天然記念物」に指定される際の理由の一つとなった。

田代池

隣接する大正池とともに、大正時代に焼岳 の噴火により流れ出た溶岩が梓川左岸の支流である千丈沢をせき止めたことでできた浅い池であり、周囲は湿原になっている。六百山や霞沢岳からの伏流水が湧き出ている。

河童橋

1891 年（明治 24 年）に初めて橋が架けられた。全長 37m、幅 3.1m、長さ 36.6m のカラマツ製の橋。標高約 1,500m に位置する。この橋から穂高岳、焼岳などの山々を望むことができる。上高地を象徴するシンボルの一つである。橋は過去に 4 回架け替えられており、現在は 5 代目。

明神池

上高地の奥の穂高神社奥宮境内にあり、神域となっている。なお、「かみこうち（現在の漢字表記は「上高地」だが、本来は「神垣内」）」の地名は、穂高神社とその祭神である穂高見命（ほたかみのみこと）の地であることに由来する。池はひょうたん型で一の池と二の池に分かれており、湖面へ映る木々が美しい。明神岳で土砂崩れが起き、梓川支流の沢がふさがれてできた。かつては三の池もあったが、土砂災害により消えてしまった。

コースの概要

上高地は観光客でいっぱいです。単独行動をとるなどしてはぐれないようにしてください。

大正池バス停で下車しますが、バス停には広場はないのですみやかに降りてください。トイレに寄った後、15分ほど歩き、**中千丈沢**の河原で体操をします。**大正池**越しに見える山は**焼岳**です。そこから10分ほど歩き、右折すると**田代池**に到着、池を見たらすぐにUターンし**田代橋**に向かいます。途中、林間コースと梓川コースに分かれますが、左側の梓川コースを歩きます。**田代橋**は渡らずに、清流の**梓川**沿いをしばらく行くと**河童橋**、ここで昼食になります。**河童橋**の向こうに見えるのは**奥穂高岳**です。ここのトイレはチップトイレですので、100円程度の協力金を料金箱に入れましょう。昼食後は**梓川**右岸の**自然探勝路**を歩き、**明神池**を目指します。途中、野生の猿を見かけるかもしれませんが、声をかけたり、えさを与えたりしないでください。**河童橋**から10分ほどのところにある**岳沢（だけさわ）湿原**の木道は歩きやすいですが、風景に気をとられて足を踏み外さないように注意しましょう。**明神橋**に到着後はフリータイムにします。**明神池**に入るためには300円の入場料が必要です（個人負担）。集合は**明神橋**を渡ったところにある**明神館**前広場です。時間に遅れないようにしましょう。ここのトイレは無料ですが**明神池**のトイレはチップトイレです。**明神橋、明神館**からは**明神岳五峰**がよく見えます。休憩後は**梓川左岸道**を**河童橋**まで戻りますが、**小梨平キャンプ場**でトイレ（無料）休憩します。2か所のトイレの内、最初のトイレにはペーパーがありませんので要注意。バスターミナルではトイレに寄りませんので、ここで済ますようにしてください。**小梨平キャンプ場**を過ぎると、すぐに**河童橋**、そしてバスターミナルに到着です。
ゆったりコースは**河童橋**での昼食後はフリー散策です。**岳沢湿原**あたりを散策するのもいいですね。
上高地は観光客が多く、計画した時間では行動できない可能性があります。通常より遅い帰着時間になっていますが、さらに遅れることもあることをご承知おきください。