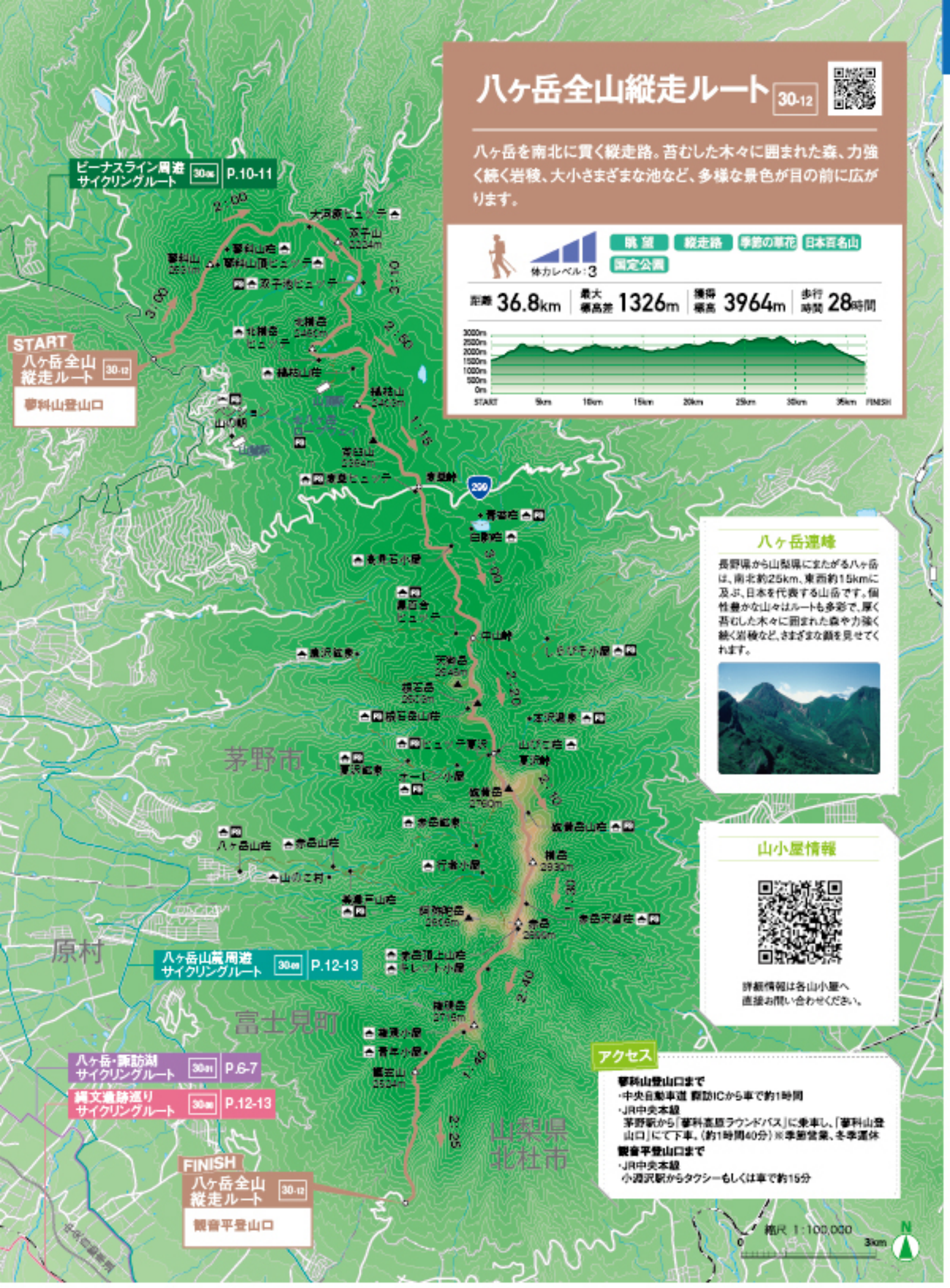

八ヶ岳全山縦走ルート 30-12

八ヶ岳を南北に貫く縦走路。苔むした木々に囲まれた森、力強く続く岩稜、大小さまざまな池など、多様な景色が目の前に広がります。

体力レベル：3

眺望　縦走路　季節の草花　日本百名山　国定公園

距離 36.8km　最大標高差 1326m　獲得標高 3964m　歩行時間 28時間

八ヶ岳連峰

長野県から山梨県にまたがる八ヶ岳は、南北約25km、東西約15kmに及ぶ、日本を代表する山岳です。個性豊かな山々はルートも多彩で、厚く苔むした木々に囲まれた森や力強く続く岩稜など、さまざまな顔を見せてくれます。

山小屋情報

詳細情報は各山小屋へ直接お問い合わせください。

アクセス

夢科山登山口まで
- 中央自動車道 諏訪ICから車で約1時間
- JR中央本線
  茅野駅から「夢科高原ラウンドバス」に乗車し、「夢科山登山口」にて下車。（約1時間40分）※季節営業、冬季運休

観音平登山口まで
- JR中央本線
  小淵沢駅からタクシーもしくは車で約15分

※登山の際は等高線から地形の読図ができる登山用地図を別途お持ちください。

情報コーナー　無料駐車場　バイクラック　空気入れ　工具　トイレ　給水所

ジャパンエコトラック八ヶ岳・諏訪湖 観光情報

八ヶ岳・諏訪湖エリアの温泉・温浴施設一覧

2024年3月での情報です。

【岡谷市】

ロマネット
☎0266-27-6080
定休日：火曜（祝日除く）　入浴料：大人 540円、小人 280円

諏訪湖ハイツ
☎0266-24-2290
定休日：水曜　入浴料：中学生以上 420円、小学生 220円

【下諏訪町】

且過（かんが）の湯
☎0266-26-7520
定休日：年中無休　入浴料：大人 280円、小人 140円

遊泉ハウス児湯（こゆ）
☎0266-28-0823
定休日：年中無休　入浴料：大人 280円、小人 140円

新湯
☎0266-26-7332
定休日：年中無休　入浴料：大人 280円、小人 140円

菅野（すがの）温泉
☎0266-27-1078
定休日：年中無休　入浴料：大人 280円、小人 140円

矢木温泉
☎0266-28-3232（土田旅館）
定休日：年中無休　入浴料：大人 280円、小人 140円

湖畔の湯
☎0266-28-0054
定休日：月曜（祝日除く）　入浴料：大人 320円、小人 150円

高浜健康温泉センター ゆたん歩
☎0266-26-2626
定休日：火曜（祝日除く）　入浴料：大人 400円、小人 200円

【諏訪市】

片倉館
☎0266-52-0604
定休日：第2・4火曜　入浴料：大人 750円、小人 450円

すわっこランド
☎0266-54-2626
定休日：木曜　入浴料：大人 630円、小人 300円

湯小路 いきいき元気館
☎0266-54-7711
定休日：第3月曜、12/29~1/3　入浴料：大人 310円、小人 150円

【茅野市】

尖石温泉 縄文の湯
☎0266-71-6080
定休日：木曜　入浴料：大人 600円、小人 300円

河原温泉 河原の湯
☎0266-79-6162
定休日：木曜　入浴料：大人 600円、小人 300円

金沢温泉 金鶏の湯
☎0266-82-1503
定休日：水曜　入浴料：大人 600円、小人 300円

米沢温泉 塩壺の湯
☎0266-71-1656
定休日：水曜　入浴料：大人 600円、小人 300円

玉宮温泉 望岳の湯
☎0266-82-8833
定休日：金曜　入浴料：大人 600円、小人 300円

アクアランド茅野
☎0266-73-1890
定休日：火曜　入浴料：大人 600円、小人 300円

湯川温泉 河童の湯
☎0266-77-2929
定休日：木曜　入浴料：大人 400円、小人 300円

音無の湯
☎0266-77-3939
定休日：火曜　入浴料：大人 800円、小人 450円

小斉の湯
☎0266-67-2121
入浴料：大人 700円、小人 400円

夢科温泉 共同浴場
☎0266-67-2100
定休日：年中無休　入浴料：大人 600円、小人 300円

【富士見町】

つたの湯（道の駅）
☎0266-61-8222
定休日：火曜（祝日除く）　入浴料：大人 700円、小人 500円

ゆーとろん 水神の湯
☎0266-62-6060
定休日：不定休（事前問合せ）　入浴料：大人 950円、小人 750円

ホテル八峯苑 鹿の湯
☎0266-66-2131
定休日：不定休（事前問合せ）　入浴料：大人900円～、小人700円～

【原村】

もみの湯（樅の木荘）
☎0266-74-2911
定休日：第3火曜（3、7、8、10月は無休）　入浴料：大人650円、小人300円

八ヶ岳・諏訪湖エリアでのおすすめの過ごし方

アクティビティ

サイクリングやトレッキング、パドルスポーツなど、さまざまなアクティビティを満喫。

地元のグルメ

うなぎや高原野菜など、八ヶ岳・諏訪湖エリアがはぐくむご当地グルメを楽しむ。

散策・観光

諏訪湖周辺や八ヶ岳の高原エリアの観光スポットをゆっくり散策。

日帰りコース

温泉ですっきり

宿泊コース

旅館でゆったり

自転車店　コンビニエンスストア　スーパーマーケット　宿泊　飲食店　カフェ　軽食・テイクアウト　温泉・温浴施設　Wi-Fi　キャンプ場　山小屋　FS モンベルフレンドショップ