















本栖湖アクティビティセンター **赤池** さん

アクティビティを満喫できる 最高のロケーション

「ここで遊んだら他では遊べない」と言われる ほど湖水がきれいな本栖湖。雄大な富士山を 間近に感じながら多彩なアクティビティを楽し めるのも魅力です。レンタルやスクールも豊富 なので気軽に遊びに来てください。



「本栖ブルー」に癒される 富士五湖随一の アクティビティスポット

本栖湖周辺エリアは、富士山を眺めながらアウトドアが楽しめる富士五湖随一のアクティビティスポット。 思う存分遊びつくして、「本栖ブルー」に輝く湖と手つかずの大自然を満喫しよう。 日本有数の観光地でありながら自然のままに保護されてきた本栖湖は、世界文化遺産の構成資産にして日本屈指の深さと透明度を誇る神秘の湖。清らかな水と富士山の眺望を求めて多くの人が集まる、富士五湖随一のアクティビティスポットでもある。

最近の注目はサップ。湖水が澄んでいるから天空を歩いているかのような感覚が味わえる。波のない穏やかな時間はカヌーやカヤックで湖上

を散歩し、風が出てきたらウインドサーフィンで水面を疾走するのもいい。湖畔にテントを張ってのキャンプも抜群のロケーション。周囲の山へのトレッキングも、本栖湖ならではの楽しみ方がある。アウトドアに精通したスタッフが常駐し、ツアーやレンタル等のサービスも豊富な本栖湖アクティビティセンターを利用するのもおすすめだ。





04·Outdoor Minobu



SUP

自由気ままに湖を行く 水上アクティビティの新定番



サップ(スタンドアップパドルボード)は、水に浮かべた大きめのサーフボードのような板に立ち乗りし、パドルを漕いで移動するウォータースポーツ。初めてでも短時間で乗りこ

なすことができ、まるで水上を歩い ているかのような不思議な感覚が味 わえる上、少し練習すればステップ ターンなどのちょっとした技も体得 できるとあって人気が高い。





とにかく気持ちがいい。風が無ければ対岸まで30分ほどで漕いでいけるし、疲れたらボードの上で座って休めばいい。湖の真ん中でゆったりと漂いながら、ぼんやり空を見上げて流れる雲を眺めたり読書やお昼寝をしたりして過ごすのもステキだ。不自由なはずの水の上を自由に動き、思うがままに過ごせるサップを、ぜひ体験してみよう。

透明度の高い本栖湖でのサップは



本栖湖アクティビティセンターでは、安全講習や基礎的な動作、 ちょっとした技までをインストラクターが丁寧に教える体験教室 を開催している。受講すればサップがもっと楽しくなる。

ココロとカラダをととのえるSUPヨガ

最近人気のサップヨガ。日光や風、水しぶきを感じながら身体を動かす爽快感に加え、揺れるボードの上だからいつも以上に集中でき、無我の境地で心と体を整えることができるのも魅力だ。





大自然と一体になれる 絶景湖畔キャンプ



手つかずの自然が残る本栖湖は、 絶好のキャンプスポット。湖畔には いくつものキャンプ場があり、各々 のスタイルでアウトドアライフが楽 しめる。

富士山を見ながらキャンプをしたいなら湖の北側を選ぶといい。刻一刻と変わりゆく空と湖の色…。いつまでも眺めていたい美しい富士山と湖の姿がそこにある。大自然の息吹を存分に感じたいなら森の中にある

キャンプ場がいい。風に揺れる樹々のざわめき、時折聞こえる動物の鳴き声。木漏れ日と野鳥の鳴き声で目覚める朝なんて最高だ。夜が更けたら天を見上げてみよう。漆黒の闇に

瞬く満点の星もまた忘れられない思 い出になるはずだ。

本栖湖は、生命力にあふれた自然 の宝庫。マイナスイオンをチャージ して、心も体も元気になろう。







ソロキャンプにもおすすめ

一人の時間を楽しむには湖岸がおすすめ。湖上から吹き寄せる爽 やかな風、煌めく湖面、すべてを独り占めできる。刻々と変わる 富士山と湖の風景を楽しみながら、好きなことをして過ごそう。

SUPやカヤックで湖に漕ぎ出そう

せっかくだから、ウォータースポーツも楽しもう。サップやカヤックで岸から湖へと漕ぎだせば、陸とは違った世界が見えてくる。さあ冒険に出発だ。

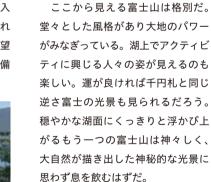




TREKKING 千円札の富士山 トレッキング



富士山と聞き、千円札の裏側にある絵を思い浮かべる人もいるだろう。 あれは本栖湖から見た富士山で、写 真家岡田紅陽の代表作「湖畔の春」が 元絵になっている。撮影地の中ノ倉 峠を訪ねるといい。本栖湖畔を走る 県道709号沿いにある登山口から入 り、整備された道をジグザグと登れ ば30分ほどで頂上に到着する。展望 デッキは広く階段状のベンチも整備



されていてゆっくり眺望を楽しめる。







写真家岡田紅陽が愛した中ノ倉からの富士

富士山に魅了され40万枚もの写真を撮った岡田紅陽。本栖湖にも 度々訪れ富士山の撮影に明け暮れたという。中ノ倉峠の展望台で は、彼が愛した本栖湖の富士山を見ることができる。

逆さ富士に出会えるチャンス

逆さ富士は、雲の無い快晴で風が無く、湖面が波立っていないときに浮かび上がることが多い。気温が低い時期、早朝から午前中にかけての時間帯が比較的条件が整いやすい。







CANOE, KAYAK

カヌー・カヤック



富士山を眺めながら湖上散歩

カヌーやカヤックなら、風が少ない早朝から午前中に かけてがいい。富士山に向かって進むのは想像以上にワ クワクするし、夜明け前に一人漕ぎ出し湖上で朝焼けの 富士山を眺めるのもステキだ。逆さ富士にも会えるかも しれない。水面をすぐ近くに感じながら滑るように行く 自由気ままな湖上散歩。病みつきになる楽しさだ。



WINDSURFING

ウインドサーフィン



ウインドサーフィンのメッカで風になる

風を受けて水上を滑走するウインドサーフィン。上級 者ともなれば時速50km以上の速度が出せ、帆を巧みに操 つりジャンプや旋回、波乗りもできるスポーツだ。本栖 湖は別名「風の湖」とも呼ばれるウインドサーフィンの メッカ。特に夏場の午後は良い風が吹くので、チャレン ジしてみては?

本栖湖でアクティビティを楽しむなら



もとすこあくてぃびてぃせんたー

本柄湖アクティビティセンター

インストラクターが常駐し、体験教室やガイ ドツアーなど、多彩なプログラムを提供して いる。道具やウェアのレンタルも有。

☎080-8746-8622

★ 身延町中ノ倉2926

⑤ 9:00~17:00(問合せ受付)



こうあんきゃんぷじょう

浩庵キャンプ場

本栖湖畔の北岸、富士山と湖が正面にある絶 好のシチュエーションを誇るキャンプサイト。 キッチン&水洗トイレ付のキャビンも有。

☎0556-38-0117

♠ 身延町中ノ倉2926

© IN/8:00·OUT/10:00 (受付は8:00~20:00)

困無休 III https://kouan-motosuko.com/



もとすこいこいのもりきゃんぷじょう

本栖湖いこいの森キャンプ場

本栖湖の南西岸にあり、デイキャンプからア ウトドア泊まで楽しめる100人収容の大規模 キャンプ場。

☎0556-38-0559

♠ 身延町釜額2035

⑤ 本館・バンガロー・テントサイトIN/13:00・OUT/10:00 デイキャンプIN/10:00·OUT/17:00

困 12月~3月 III http://www.motosuko.jp/













みのぶ自然の里

大自然に囲まれた体験型宿泊施設

身延町の豊富な自然を活かした体験プログ ラムが満喫できる宿泊施設。

四季折々の自然に囲まれたロケーションや 満天の星空など静かな癒しの時間だけでな く、ピザ作りなどの「アウトドアクッキング」 や自然に触れる「農業体験」をはじめ、「ワー ケーション」、「ヘルスツーリズム」など、いつ もの旅館やホテルとは違う様々な過ごし方で 滞在を楽しめる。もちろん日帰り利用も可 能。大切な人や家族、グループ・団体問わず 楽しく宿泊できるのが魅力。

また、本館から車で3分の場所には、森の 中にあるキャンプサイトがあり、広々とした スペースでプライベート感溢れる静かなキャ ンプを楽しむことができる。本館の大浴場や トイレも利用可能なため、初心者にもおすす めだ。

☎0556-42-3181

♠ 身延町平須238-1 困不定休 P40台(無料) III https://minobunosato.jp/

富士川クラフトパーク[カヌー場]

公園内のカヌーポンドで 気軽にカヌー体験

公式競技も行われる本格的なカヌーポンドで カヌー体験を実施している。楽しめるのは1人 乗りのポロカヌーと3人乗りのカナディアンカ ヌー。スタッフの指導のもと初心者でもすぐに 乗れるようになるので挑戦してみては?

☎0556-62-5545

♠ 身延町下山1597

① 4月1日~11月30日の9:00~17:00(最終受付16:00)

困 12月1日~3月31日 期間中以外は水曜休み

m https://www.kirienomori.jp/



10.Outdoor Minobu Outdoor Minobu·11





身延山

山梨百名山 標高1,153m/初級者向き/所要時間:約5時間40分



身延山より望む富士山

ACCESS 登山口までのアクセス

JR身延線「身延駅」からバス約15分、タクシー約10分 ●最寄りIC:下部温泉早川IC



四季の花とブッポウソウの鳴き声

緑豊かな信仰の道を歩く

日蓮宗総本山久遠寺の山号としても知られる身延山は、 身延町と早川町の境に位置する自然豊かな山。参詣者のために整備された参道が登山道となっていて、初心者も安心 して登山が楽しめる。

COURSE GUIDE

登山道入口は本堂の左裏手にあるが、三門からのスタートがおすすめ。壮大な門をくぐると、目の前に現れる菩提梯。287段の石段を登り、大伽藍への参拝を済ませてから登山道へ入る。

中間点の三光堂までは、緩やかに蛇行する舗装道路。 全山で60万本といわれる杉木立の中を、ブッポウソウの 鳴き声や四季折々の草花を楽しみながら歩いていると、 爽快な気分になってくる。三光堂で釈尊像や双輪塔の見 学をしながらひと休みしたら、山頂を目指そう。

山頂の奥之院思親閣は、日蓮聖人が故郷の房州小湊を望み、父母を思った場所。名だたる名峰を従えた雄大な富士山から、遠く駿河湾まで、見事な眺望が広がる。









「開京会社」標高1,989m/中級者向き/所要時間:約8時間30分

※日帰りでは難しい



ACCESS 登山口までのアクセス

JR身延線「身延駅」から角瀬まで バス約40分、角瀬から羽衣まで タクシー約10分 または、IR身延線「下部温泉駅 | からタクシーで羽衣まで約30分

●最寄りIC:下部温泉早川IC

COURSE GUIDE

登山道は、手入れが行き届いて いて歩きやすいが、登りがいもあ る。杉木立の中に続く道を、杉の根 を踏み、石段を登り、1丁ごとにあ る石灯籠を辿りながらジグザグに 進んでいく。休憩は、途中にある4 か所の宿坊でとるといい。

やがて緩やかな登りになり道幅 も広がって、50丁目の敬慎院に到 着。遥拝所(展望台)から眺める富 士山の姿は素晴らしく、春秋のお 彼岸頃にはダイヤモンド富士を拝 むこともできる。ここから三角点の ある山頂までは約1時間。

山頂からの富士山は絶景

春秋の彼岸にはダイヤモンド富士も

七面山は、法華経と身延山の守護神"七面大明神"が祀られ ている信仰の山で、2つの登山道のうち、最短ルートが早川 町羽衣地区からの遥拝路(表参道)。登山道の入口がある羽 衣橋の対岸には、江戸時代に七面山の女人禁制を解いたと 伝わる徳川家康の側室「お万の方」の銅像と、身を清めたと される「白糸の滝」がある。





山梨百名山 標高1,918m/中級者向き/所要時間:約4時間



八紘嶺より望む富士山

ACCESS 登山口までのアクセス

JR身延線「身延駅」からタクシー約70分 ●最寄りIC:身延山IC

※冬期封鎖等で林道が通行止めになることがあるので要注意

緩やかで歩きやすい稜線で楽しむ

駿河湾や富士山の見事な眺望

身延町大城の西奥にそびえる八紘嶺。県境に位置する大 きな山だが、身延町と静岡の梅ヶ島温泉を結ぶ林道豊岡 梅ヶ島線を利用すれば、楽に日帰りが可能。登山道の入口 がある安倍峠一帯は、「山梨の森林百選」に指定されてい て、オオイタヤメイゲツの純林をはじめ、さまざまな原生林 が立ち並ぶ美しい森が広がる。

COURSE GUIDE

登山道は全体的に緩やかで、手入れもされているので 歩きやすい。駐車場の北端にある登山口からルートに入 り、自然林の中を歩く。足元には、クルマユリやヤマイワカ ガミ、キンレイカといった可憐な草花の姿も見ることがで きる。しばらく行くと富士見台に到着するので、雄大な富 士山を眺めながらひと休みしよう。

ここからは県境の稜線が登山道になっていて、キラキラ と輝く駿河湾の眺望や、富士山の眺望を楽しみながら、山 頂を目指す。小笹の中にある明るい山頂は、七面山と山伏 への分岐点にもなっていて、東に富士山、北西には笊ケ岳 や赤石岳を望むことができる。



14.Outdoor Minobu 15.Outdoor Minobu





富士見山

[山梨百名山] 標高1,640m/中級者向き/所要時間:約5時間30分



富士見山頂上の眺望

ACCESS 登山口までのアクセス

JR身延線「甲斐岩間駅」からタクシー約20分 最寄りIC:中富IC

平須から登り堂平へ下る周回コース

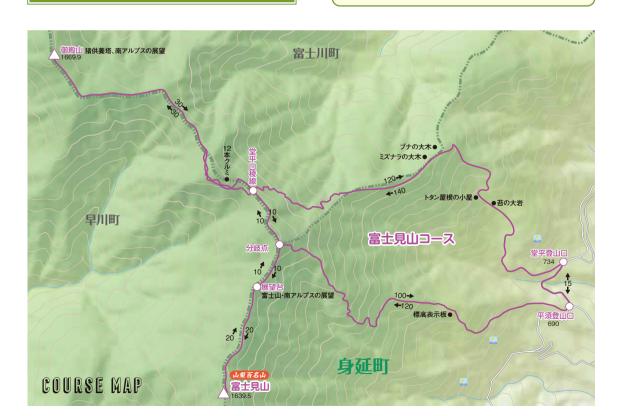
富士の絶景と箱庭の風景

富士見山は、その名の通り富士山の眺望が素晴らしく、例年2月8日~12日と11月1日~3日頃にダイヤモンド富士が見える名所でもある。おすすめは、平須か堂平の登山口から登り、周回するコースで、余裕があれば北に尾根続きの御殿山を往復すれば、さらに充実した山歩きになる。

COURSE GUIDE

平須登山口は、石段から始まる。杉とヒノキの木立の中に続く登山道はよく整備されていて歩きやすいが、登山口から山頂までの標高差は約950mもあり、進むほどに傾斜も増していくので覚悟して登ろう。

しばらく歩くと周囲が急に明るくなる。この辺りから道が平坦になり、木々もミズナラやブナに変わって、気持ちの良い山歩きが楽しめる。鎖の固定された枯れた小沢を慎重に渡り、ジグザグの急登を登って、岩のある展望台へ。富士山や南アルブスの見事な眺望に加え、富士山と富士川、点在する山間の集落が、まるで箱庭のように見えるのもおもしろい。





戯ヶ岳

「原言」が 標高1,279m/初級者向き/所要時間:約3時間30分



蛾ヶ岳より望む富士山

ACCESS 登山口までのアクセス

JR身延線「甲斐岩間駅」からタクシー約30分 最寄りIC: 六郷IC



静かで趣あるトレッキングコース

山頂で日本有数の名峰を見渡す

甲府盆地の南端に位置する蛾ケ岳は、どっしりとした姿から南の鎮(しずめ)と称される山。市川三郷町にある四尾連湖からの登山道もあるが、身延町の峰山集落から登るコースも静かで趣がある。

COURSE GUIDE

登山口を出発し、しばらく歩くと、天狗岩分岐に着く。蛾 ケ岳への登山道は左だが、余裕があれば右側に進み、天 狗岩に寄り道してみよう。富士山の見事な眺望が楽しめ るはずだ。

本道に戻り、しばらく歩くと分岐点。ここにある一本松からは富士山の展望がある。さらに歩くと山頂へと続く分岐点がある。坂が急で踏跡も少ない右側の直登コースは難易度が高いので、初心者には、西肩峠を経由する比較的緩やかな左の道がおすすめ。ここにはまるで昇り竜のような赤松の大木がある。西肩峠を過ぎると山頂までは急峻な坂道が400mほど続くので、もうひと頑張り。頂上は恰好の展望台になっていて、富士山、南アルプス、八ヶ岳、奥秩父の山々の眺望が楽しめる。



16∙Outdoor Minobu





三方分山

[1]製百名(1) 標高1,422m/中級者向き/所要時間:約3時間30分



三方分山より望む富士山

ACCESS 登山口までのアクセス

JR身延線「下部温泉駅」からタクシー約40分 最寄りIC:下部温泉早川IC・中富IC

※冬期封鎖等で林道が通行止めになることがあるので要注意



悠々と浮かび上がる「子抱き富士」

まるで山を三等分するかのように、山頂から均等に三方向に向かって張り出している大きな尾根が、かつてあった3村(八坂、精進、古関)の境界線になっていたことから、この山名になったと言われている。

COURSE GUIDE

林道入山口から少し登ると、精進湖・四尾連湖古道の 看板がある。確認したら少し下り、沢を渡って登り返すと、 町の天然記念物になっているミズナラの大木がある。さら に進んで三ツ沢峠へ。三ツ沢峠には赤松の大木と山の神 の祠がある。

ここからは緩やかな傾斜道。南に進むと、小一時間でトリノ山の稜線に出て、さらに30分で登頂だ。山頂からは、精進湖の上に、富士山が大室山を抱きかかえているように見える「子抱き富士」が眺められる。

帰途は、トリノ山の稜線をヌケド峠まで進み、左の林道 に入って新八坂峠へ向かうが、余裕があれば、そのまま進 み釈迦ケ岳まで足を伸ばしてみよう。富士山、八ヶ岳、甲 府盆地の眺望が楽しめる。





りゅう が たけ

竜ヶ岳

山梨百名山 標高1,485m/初級者向き/所要時間:約3時間30分



竜ヶ岳山頂とダイヤモンド富士

ACCESS 登山口までのアクセス

富士急行線「河口湖駅」から本栖入口までバス約45分、バス停からキャンプ場まで徒歩約20分または富士急行線「河口湖駅」からタクシー約30分最寄りIC:河口湖IC・下部温泉早川IC

山頂に広がる圧巻の大パノラマ

元旦のダイヤモンド富士も必見

比較的手軽に登れることから、1年を通して初心者にも爽快なトレッキングが楽しめる山。年末年始にかけてダイヤモンド富士が見えることから人気がある。

COURSE GUIDE

整備された登山道はなだらかな登り道で、天気の良い日には、樹々の間から本栖湖が垣間見える。しばらく登ると見晴台に到着。本栖湖に住んでいた竜を供養したという石仏があり、東屋もあるので、眺望を楽しみながらひと休みするといい。休憩の後は、再び登山道へ。よく整備されていて歩きやすく、季節の草花を愛でたりしながらのトレッキングがとても楽しい。

山頂の広場にはベンチがあり、ゆっくりと休憩が取れる。富士山、南アルプス、駿河湾と、360度に広がる大パノラマは圧巻だ。下りは、分岐点で左へ進み、季節ごとに装いを変える美しい自然林で、マイナスイオンをチャージしょう。

また、このルートとは別に、浩庵テント村の本栖湖畔から登り、端足峠を経て竜ヶ岳山頂へと到るルートもある。



19∙Outdoor Minobu





毛無山

[山梨百名山] 標高1,964m/中・上級者向き/所要時間:約6時間



毛無山

ACCESS 登山口までのアクセス

JR身延線「下部温泉駅」からタクシー約15分 最寄りIC:下部温泉早川IC

かつての金山の山頂で

お花畑と絵葉書のような風景に出会う

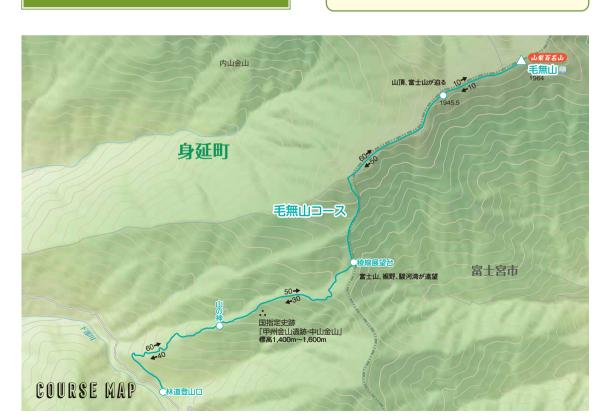
静岡県との県境に位置する毛無山は、県内では数少ない 一等三角点を持つ大きな山。江戸時代には、相当量の金が 採掘された金山でもあった。

COURSE GUIDE

スタート地点は、湯之奥猪之頭林道登山口。最初は階段状、続いて平坦なコースになり、その後は木々が鬱蒼と茂ったジグザグの登山道をひたすら登る。約1時間で山の神に到着。七面山や笊ケ岳の眺望が楽しめる。ここから少し登った先が、「甲州金山遺跡・中山金山」で、女郎屋敷跡、大名屋敷跡などの看板がある。発掘物は下部温泉駅近くにある「湯之奥金山博物館」に展示されているので、興味のある人は立ち寄るのもいい。

しばらく歩くと県境尾根に出るので、木々の枝越しに七 面山や赤石岳を眺めながら山頂を目指そう。

ー等三角点がある明るい山頂にはお花畑が広がっていて、夏にはヤマユリが見事。富士山を中心に、雄大な山々と駿河湾が織り成す風景は、まるで絵葉書のように美しく、時間によってさまざまな表情を見せてくれる。





三石山

「原面を「原面」では、「原面



三石山より望む富士山

ACCESS 登山口までのアクセス

JR身延線「身延駅」からタクシー約10分 最寄りIC: 身延山IC



道程での眺望と稜線歩きが楽しい

山里の人々が守る、信仰の山

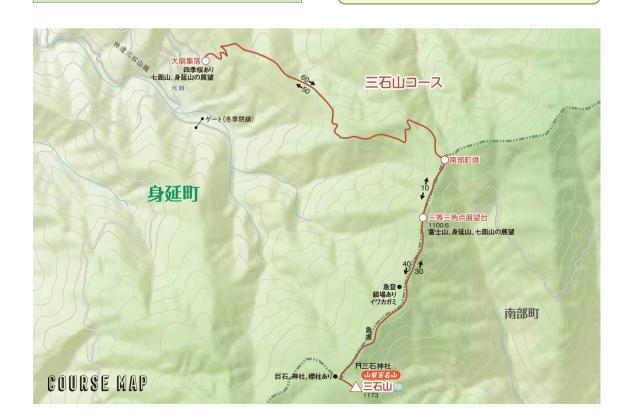
身延町大崩地区は、深い谷合いにある小さな集落で、三石山への登山口は、その集落の一番上の家の庭先にある。 目印は、登山口右側に立つ四季桜。

COURSE GUIDE

段々に連なる茶畑の中を北へ登り、スズタケに覆われた椿草里との分岐を右に進む。ここからは、南部町との町境尾根。10分ほどで三等三角点のある展望台に着くので、ひと休みして富士山や南アルプス、七面山、身延山などの眺望を存分に楽しもう。

さらに、この先しばらくは、眺望が楽しい稜線歩き。次第に小さな上り下りを繰り返すようになり、岩も増えていくので、足元に注意して進もう。鎖2本とロープー本が備えられた急登な鎖場を越えれば、比較的なだらかな道が続く。

間もなく社殿に到着。西隣に、山の名の由来ともなった 三つの巨岩がある。麓の大崩集落では、古くからこの巨岩 を信仰の対象として、大切に祀ってきたという。山頂は、社 殿の背後。自然林に囲まれて眺望はあまり期待できない が、静けさのなか、心落ち着くひとときが過ごせそう。



20∙Outdoor Minobu







標高1,605m/中級者向き/ 所要時間:約2時間40分

富士山を眺めながら

のんびり尾根歩き

COURSE GUIDE

スタートは、湯之奥猪之頭林道の最高点にあるトンネル の北口。踏み跡を辿りながら低木の中、沢状の道を歩き、笹 原を抜けて稜線へ。端正な富士山が姿を現し、朝霧高原や 駿河湾も光って見える。背後には南アルプス。ぜひ振り返っ て眺めて欲しい。眺望を楽しみながらしばらく歩き、急坂を 登ると山頂だ。一息ついたら来た道を戻ろう。トンネル北口 への分岐を左に進むと、約5分で猪之頭峠。左のトンネル南 口へ続く道は、苔むした岩が美しい。一方、右手は熊森山へ の登山道なので、余裕があれば足を延ばしてみよう。



ACCESS 登山口までのアクセス

JR身延線「下部温泉駅」からタクシー約30分 最寄りIC:下部温泉早川IC



ACCESS 登山口までのアクセス

JR身延線「下部温泉駅」からタクシー約40分 最寄りIC: 六郷IC・下部温泉早川IC





大平山



眺望を愛でながらの

所要時間:約5時間40分

標高1,188m/初級者向き/

爽快トレッキング

COURSE GUIDE

大八坂林道口は、標高900m。雑木林の中にあり、富士山 も望める気持ちの良い場所だ。平坦な登山道は歩きやす く、樹々の間から見え隠れする富士山や三方分山、毛無山 の眺望を楽しみながら、爽快なトレッキングができる。

1時間ほどで地蔵峠に。樹齢500年の大栂と、根元に祀ら れた小さな六角地蔵、新緑の頃には白く清楚なヒトリシズ カ、秋にはムラサキシキブの実が彩を添えている。ここから 約30分で山頂。眺望が開け、富士山や三方分山、雨ケ岳、毛 無山の展望が楽しめる。





雨ヶ岳より望む富士山

標高1,772m/中級者向き/ 所要時間:約4時間30分

四季の風景と

雄大な富士山

COURSE GUIDE

本栖湖畔の遊歩道から登山道へ。木漏れ日が差し込む 木立、樹々の間に本栖湖が浮かび上がる、神秘的な風景が 楽しめる。端足峠で富士山を眺めたら、右に進もう。春には ヤマザクラが可憐に咲き、秋にはナナカマドなどの紅葉が 色鮮やかに広がる自然林の中を歩くことができる。

急坂を登り切った先が、笹原が広がる山頂。すそ野を広 げた富士山が、雄大で美しい。ゆっくりと絶景を楽しんだら 来た道を戻り、余裕があれば端足峠から竜ヶ岳を縦走する コースへ。富士山のパノラマが堪能できる。



ACCESS 登山口までのアクセス

富士急行線「河口湖駅」からタクシー約35分 または「河口湖駅」から本栖入口までバス45分、 バス停から登山口まで徒歩1時間 最寄りIC:河口湖IC・下部温泉早川IC

快適な登川を楽しむためのポイント

登山を楽しむためには、事前の準備や心構えが必要です。 是非このポイントをチェックしてから出かけよう。





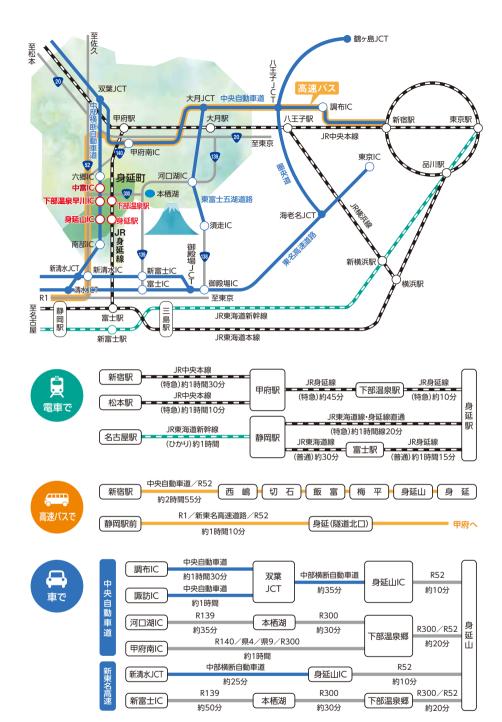
雨具・ヘッドランプ・防寒着・ 地図・コンパスなどの装備は 最低限揃えよう!!



持ち物チェック (基本的な装備・持ち物の一例)

□登山靴・トレッキング	シューズ □ザック (リ	ュック) □ヘッドランブ	′ □レインウェア [□地図 □コンパス	□腕時計
□飲料水 □行動食	□非常食 □日焼け山	ぬ □ティッシュペーハ	(一 □薬類 □ビニ	ニール袋 □手ぬぐい	ハ・タオル
□ライター □エマー:	ジェンシーシート 口登	登山計画書 □携帯電話	・スマートフォン	健康保険証のコピー	・・免許証

23 · Outdoor Minobu 22.Outdoor Minobu







お問い合わせ

●身延町役場観光課

☎ 0556-62-1116 **፫**Δ፯ 0556-62-1118

URL https://www.town.minobu.lg.jp/

●身延山観光協会

URL http://www.minobu.info/

●下部観光協会

☎ 0556-20-3001 **FAX** 0556-36-1870

URL http://www.shimobe.info/

●身延町商工会

URL http://minobu-shokokai.jp