尾瀬

尾瀬への入山ルート

難易度 ★～★★★ 低 高

Ⓐ 鳩待峠ルート 入山★ 下山★★
尾瀬ヶ原まで整備された道を緩やかに下っていく歩きやすいコース。途中何度か川を渡るなど、自然を充分に満喫できる。

Ⓑ 大清水ルート 入山★★★ 下山★★★
大清水から三平峠を越えて尾瀬沼に出るコース。3コース中一番標高差があり距離も長い。このコースの魅力は渓流と森林

Ⓒ 沼山峠ルート 入山★ 下山★
尾瀬沼湖畔へ片道約1時間の人気のある登山口。それほどきつい登りもなく美しい大江湿原に出ることができる。

Ⓓ 御池ルート 入山★★ 下山★★
燧ヶ岳北面の燧裏林道を通り尾瀬ヶ原へ出るコース。美しいブナ林を通り三条の滝、平滑の滝に行くことができる

尾瀬ヶ原コース

水道	トイレ
山の鼻キャンプ場	山の鼻
鳩待山荘前	鳩待峠
弥四郎清水	下田代キャンプ場
第二長蔵小屋脇	竜宮小屋公衆トイレ
下田代キャンプ場	
竜宮小屋裏	

① 研究見本園
湿原の様々な姿を凝縮したような場所です。見本園といっても実際は人の手の加わっていない尾瀬の自然の一部です。大回りコースは40分くらい、小回りコースは20分くらいの散策にはもってこいのコース！

② 上田代の湿原
この周辺の池塘では多くの浮島が見られ、水生植物が可憐な花をつけます。中田代から上田代にかけての燧ケ岳や至仏山の眺めがおすすめです！

③ 中田代
尾瀬ヶ原の中でも多くの種類の花が咲くと言われる場所です。雪解けと共に水芭蕉やリュウキンカ、続いてヒメシャクナゲなどの可憐な花。夏にはニッコウキスゲが咲き誇ります。

④ 竜宮～ヨッピ吊橋
竜宮は尾瀬ヶ原のほかの場所よりも雪解けが早く花も早く咲きます。ヨッピ吊橋が近くなると、大小の池塘が点在し、人も少なく、静かに尾瀬を楽しめます!!

至仏山コース

⑥ 山の鼻～至仏山
眼下に尾瀬ヶ原の雄大な湿原を見ることができ、登山道沿いにもさまざまな高山植物が咲き誇るため、人気の高い場所です。標高差８００ｍをまっすぐ登る健脚向きのコース。

⑦ 至仏山～小至仏山
至仏山頂から小至仏山付近までは岩稜の間で高山植物が可憐に咲き乱れます。初夏の頃には尾瀬で発見され名前が付けられたオゼソウなども多く見られます。

滝めぐりコース

⑧ 三条の滝
展望台に向かって10分ほど急な登山道や階段を下ります。爆音が鳴り響き、優しく静かな尾瀬のイメージは吹き飛びます。岩肌に囲まれて荒々しく流れる三条の滝は鮮烈な印象として残ります。

⑨ 平滑の滝
大きな一枚岩をゆるやかに流れる平滑ノ滝が展望台から望めます。平滑の滝～三条の滝間はブナ林の中を抜け、時折、清冽な沢を渡る変化に富んだコースです。新緑の時期も紅葉の頃もおすすめです！

⑤ 鳩待峠～富士見峠
標高差370mをゆっくり登る変化に富んだパノラマコース。横田代やアヤメ平の湿原は尾瀬ヶ原よりも標高が高い場所に位置しているので見頃を過ぎた花も見ることが可能。なだらかに傾斜した湿原は尾瀬ヶ原とはまた違った雰囲気。「天井の楽園」と呼ばれるアヤメ平から眺望の良い尾根を少し歩くと富士見峠に到着です。

会津駒ケ岳コース

登山口から会津駒ケ岳山頂まで約3.5時間の行程です。山頂から中門岳まではなだらかな稜線をゆっくり下る約１時間のコース。四季折々の湿原や点在する池塘、雄大な山々の景観を楽しめます。

尾瀬沼コース

水道	トイレ
長蔵小屋前	沼山峠
沼尻休憩所	尾瀬沼東岸
尾瀬沼休憩所	沼尻
	三平下に公衆トイレ

⑩ 大江湿原
花の宝庫！雪解けと共に水芭蕉が咲き、アヤメやレンゲツツジに続き、7月にはワタスゲ、夏にはニッコウキスゲの群落が湿原一体に咲きます。秋の黄金色の草紅葉もまた違った趣でおすすめです。

⑪ 尾瀬沼ビジターセンター
模型やスライドを使って尾瀬の歴史や、湿原に咲く花、生き物、野鳥などを紹介しています。尾瀬沼越しの燧ケ岳の眺めは最高です！

⑫ 浅湖湿原
大江湿原ほど広くはないが、多くの花が見られるポイントです。

⑬ 三平下広場
大きな広場とベンチがあります。ココからの燧ヶ岳を眺めは絵葉書のような光景です。三平下から尾瀬沼までは早稲ッ沢湿原からの燧ヶ岳や、大江湿原の箱庭的な風景など、尾瀬沼の魅力が満載のコースです。

※WCはトイレです。
Pは有料駐車場です。（七入のみ無料）
休は無料休憩所です。
売は売店です。そば・うどん等の軽食を食べることができます。
※地図上の区間所要時間はあくまで目安です。

尾瀬は２０００ｍ級の山々に囲まれた山岳地帯です！お出かけ前に全体の行程を確認し、山にふさわしい装備で入山しましょう!!

5月上旬：5月の連休の頃、尾瀬はまだ冬の装い。例年残雪がかなり残っていることが多く、それなりの装備が必要です。

5月中旬：雪解け。木道がところどころ顔を出すようになります。表面は雪に覆われていますが、下は空洞になっていることもあり『踏み抜き』に注意が必要です。

6月上旬：水芭蕉のシーズン。尾瀬は大勢の登山客で 賑わいます。同じ頃に咲くリュウキンカの黄色い花も魅力的です。

7月上旬：ワタスゲのシーズン。６月に黄色い小さな花を咲かせ、７月になると 果穂になり、湿原は白い綿毛で埋まります。

7月下旬：ニッコウキスゲのシーズン。尾瀬が最も華やかなのはこのシーズン！ワタスゲの白い綿毛に続き、黄色のニッコウキスゲの花で湿原が埋まります。

8月：ニッコウキスゲが咲き始める時期から8月の下旬ころになると、日中は日差が強くなりますが、朝夕は上着がないと寒いほどになります。晴れた日の午後には夕立になることが多くなります。

9月：草紅葉のシーズン。9月に入ると湿原の草の先端からオレンジ色になり、湿原全体が金色に光っているよう。

10月：紅葉のシーズン。9月も下旬になると草紅葉のオレンジ色が茶色に変わり、今度は山の木々が色を変えます。尾瀬周辺のブナ林の紅葉は見事です。