

# 万座温泉・本白根山周辺

Manza ONSEN & Mt. Motoshirane AREA

## 高山温泉郷と 高山植物の宝庫に魅了

万座温泉は標高1800mの原生林に囲まれた高山温泉郷で、春には高山植物が咲き、夏には木々の緑がいつそう輝き、また、秋の紅葉も山々を美しく色づかせます。そんな万座・白根の魅力を体験できる非常に気持ちのよいトレッキングコースです。また、この周辺は火山ガスが発生している場所があります。火山ガスは目に見えなくて大変危険です。コース以外には絶対立ち入らないでください。

### 万座お参りコース

難易度 ★☆☆  
歩行時間 約55分



### 牛池(かたらいの森)ハイキングコース

難易度 ★☆☆  
歩行時間 約30分



### 主な山

もとしらねさん  
本白根山 標高2171m

### 本白根山の活動状況

現在の噴火警戒レベルと  
規制状況



### 御飯岳、土鍋山コース

難易度 ★★☆☆  
歩行時間 約5時間35分



### 本白根山探勝コース

難易度 ★★☆☆  
歩行時間 約4時間20分



### 本白根山石津口コース

難易度 ★★☆☆  
歩行時間 約4時間10分



### 『熊四郎岩窟・稲綱宮』

弥生式土器が出土した遺跡で、昔、猟師が寝泊まりした場所でもあります。稲綱宮は万座の守り神で熊四郎岩窟の中に祀られています。



### 『本白根山コマクサ群生』

美しい花と、他の植物が生育できないような厳しい環境に生育することから「高山植物の女王」と呼ばれています。花の名は花の形が馬(駒)の顔に似ていることに由来します。本白根山のコマクサ群生は7月上旬～中旬が見頃です。

### 『万座温泉空吹』

活火山の噴気活動が間近に見られるのが、万座名物の「空吹」です。これは昔の噴火口跡で、草一本生えていない岩場から、白色の水蒸気が立ち昇っています。地面からしみこんだ雨水や地下水が、噴火口跡から水蒸気となって、硫化水素ガスと共に吹き出しています。空吹の付近は硫黄臭が強く、立ち入り禁止となっていますのでご注意ください。



### 『牛池』

原生林に囲まれモウセンゴケ等の草花が密生する美しい池です。昔、温泉にきた人が牛を繋いでおいた場所だったところからこの名前が付いたと言われています。秋は紅葉のスポットとなります。

### 熊に注意



婦恋村はツキノワグマやイノシシの生息地です。複数で話しながら歩いたり、熊よけ鈴やラジオ等の音で、こちらが存在を知らせましょう。また、朝、夕方は熊が活発に行動する危険な時間帯ですので注意が必要です。熊の痕跡を見つけたら、興味本位の行動は慎み、その場から引き返しましょう。