

## 北塩原村ルートの基本情報

ルート全体の距離：約 29.4km

### 曽原湖・小野川湖畔コース (約 18.7 km・約 7 時間)

二つの湖をめぐるロングコース。静かな集落とブナやミズナラの豊かな森を歩みます。落差 25m の小野川不動滝が豪快な水しぶきを上げて待っています。

難易度★★(登山初級～中級者、健脚者向け)

### 最寄りの交通機関・駐車場

裏磐梯ビジターセンター駐車場、裏磐梯サイトステーション駐車場、五色沼入口バス停、サイトステーション前バス停

### 五色沼・松原湖畔コース (約 10.7 km・約 3 時間)

五色沼や中瀬沼、松原湖など多彩な湖沼群をめぐるコース。五色沼は季節や天気、時間によって色彩の変化が楽しめます。磐梯山の噴火が生み出した風景も見所です。

難易度★(一般向け)

### トレイルオアシス

#### 五色沼入口観光プラザ (裏磐梯観光協会)

裏磐梯の旅の総合案内所。季節に合わせたおすすめアクティビティの紹介が充実しています。  
営業時間：9:00～17:00  
定休日：なし



### ちょっと一息



#### 裏磐梯サイトステーション

自然・文化体験プログラムやトレッキング情報の収集に便利。お土産売場やワーケーションスペースもあり。



#### 裏磐梯物産館

会津山塩や地酒のほか地元農産物も販売。軽食スペースでラーメンやソースカツ丼など名物グルメが食べられます。



#### 会津山塩

太古の海水を含む温泉水を煮詰めた会津山塩。まろやかな味わいを活かしたラーメンやスイーツが人気です。



#### 休暇村裏磐梯

森のカフェや温泉などの施設は宿泊者だけでなくも利用できます。VR映像でのアクティビティ紹介もあり。

## トレイルを楽しむための服装・持ち物

### 服装

- リュックサック
- トレッキングシューズ
- 上着 (休憩時や天気の急変時に便利)
- スポン (動きやすく速乾性素材のもの)
- シャツ (速乾性素材の半袖・長袖)
- ストック
- 帽子
- 手袋
- マスク

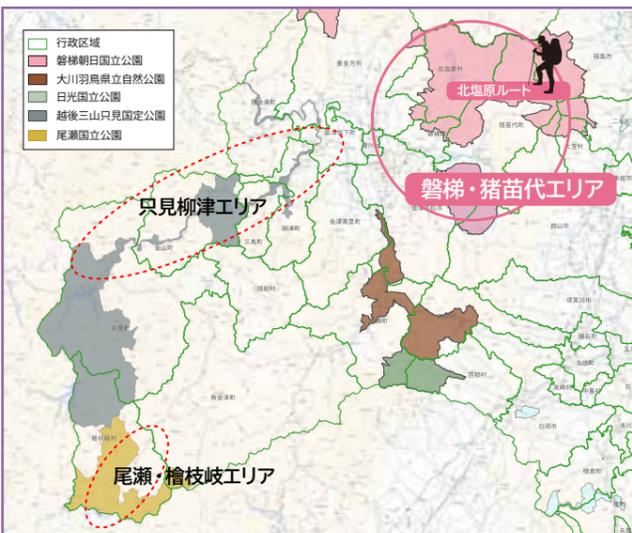
### 持ち物

- 飲料水
- 地図
- 携帯電話
- 時計
- クマよけ鈴
- タオルや手ぬぐい
- レインウェア
- 着替え
- 行動食 (チョコレートや飴、ビスケットなど)

現地に必要なものがなくて困ったり、荷物が多すぎて疲れやすくなることのないようしっかりと準備しましょう。



## ゆっくり、じっくり、歩いて旅する 会津トレイル



福島県西部に広がる会津地方は、広大な森林と変化に富んだ山や川、希少な動植物など、豊かな自然に恵まれています。また、農村には、自然と人の暮らしが織りなす里山の風景が残されています。

「会津トレイル」は、趣のある集落道や田園風景が広がる里山の道、かつての街道など、会津の自然や独自の文化、そこに暮らす人々の温かいもてなしを感じることができる「道」をつないでいます。ぜひ、歩くスピードで、豊かな会津を肌で感じてください。

### 磐梯・猪苗代エリア 訪れる自然公園：磐梯朝日国立公園

磐梯山や大小の湖沼が織りなす美しい景観が見所です。南麓の表磐梯では、「会津富士」とも賞される穏やかな山容や天を映す猪苗代湖、そして古くからの街並みと田園風景が楽しめます。北麓の裏磐梯は、荒々しい爆裂火口と多彩な湖沼群が屈指の自然美を形成しています。

## 会津トレイルのルール

### トレイルを歩くときはマナーを守り、安全第一で利用してください。

- 安全管理は自己責任が基本です。決して無理をしないようにしましょう。
- 事前に距離や時間、交通機関などを把握し、余裕のある計画を立てましょう。
- 交通ルールを守り、事故に注意しましょう。
- 自然道では落石や倒木、土砂崩れ等にご注意しましょう。また、天候が悪い時や積雪期は歩行を控えましょう。
- 動植物を持ち帰ったり、傷つけたりないようにしましょう。
- ゴミは必ず持ち帰りましょう。
- コース外の森や田畑、民家の敷地などには入らないようにしましょう。また、施設の損壊に注意しましょう。
- 他のハイカーや地元の方に配慮した行動を心掛けましょう。
- キャンプやたき火は、決められた場所で行いましょう。
- クマやハチなどの野生動物に注意。クマよけ鈴を携帯しましょう。

緊急時の救助要請 警察 110 救急車 119



問い合わせ先

### 五色沼入口観光プラザ(裏磐梯観光協会)

〒969-2701 福島県耶麻郡北塩原村大字松原字剣ヶ峯 1093-1055  
TEL.0241-32-2349  
FAX.0241-32-3333

発行：福島県

生活環境部 自然保護課  
〒960-8670 福島県福島市杉妻町 2-16  
Tel : 024-521-7251 Fax : 024-521-7927



## 会津トレイル

# 北塩原村ルート

## 磐梯・猪苗代エリア

### 裏磐梯の湖沼群と清流の滝をめぐる旅



## 磐梯山の荒々しい姿を眺め、多彩な湖沼群や清らかな名瀑を楽しむ

北塩原村は、福島県を代表する名山である磐梯山の北麓、裏磐梯に位置します。かつての大規模な噴火がもたらした荒々しい山の表情や風光明媚な湖沼群、清らかな水を豪快に落とす名瀑など、豊かな自然が織りなす変化に富んだ美しい風景に囲まれています。

松原湖などの湖畔を中心にペンションやキャンプ場が営まれ、豊かな自然を満喫できるトレッキングやカヌー、サイクリング、冬のワカサギ釣りやスキーなど四季折々の体験を求めて多くの人々が訪れています。

また、戦国時代の蘆名氏、伊達氏ゆかりの街道や柏木城などの山城跡が残され、先人の歴史の歩みを後世に伝えています。



### 五色沼湖沼群

毘沙門沼、るり沼、青沼など数種の沼が集まる湖沼群。エメラルドグリーンやコバルトブルーなど、色鮮やかに輝くことから「神秘的湖沼」と呼ばれています。



### ワカサギ釣り

冬のワカサギ釣りで有名な松原湖。1月中旬からは、氷結した湖で氷上釣りが楽しめます。一面の銀世界の絶景とワカサギ料理を味わおう。



### 大山祇神社の鳥居

会津米沢街道の宿場町「松原宿」は 1888 年の磐梯山噴火により松原湖の湖底に沈み込んだ。宿の大山祇神社の鳥居が湖畔に残り、神秘的な佇まいを見せています。

磐梯・猪苗代エリア

# 北塩原村ルート

裏磐梯の湖沼群と清流の滝をめぐる旅

## 磐梯山

磐梯・猪苗代エリアには「北塩原村ルート」以外にも魅力的な登山道や探勝路がたくさんあります。「北塩原村ルート」を満喫した後は、「猪苗代町ルート」へと足を延ばしてみてください。その他の登山道や探勝路についての詳しい情報は、裏磐梯ビジターセンターのHPをご覧ください。



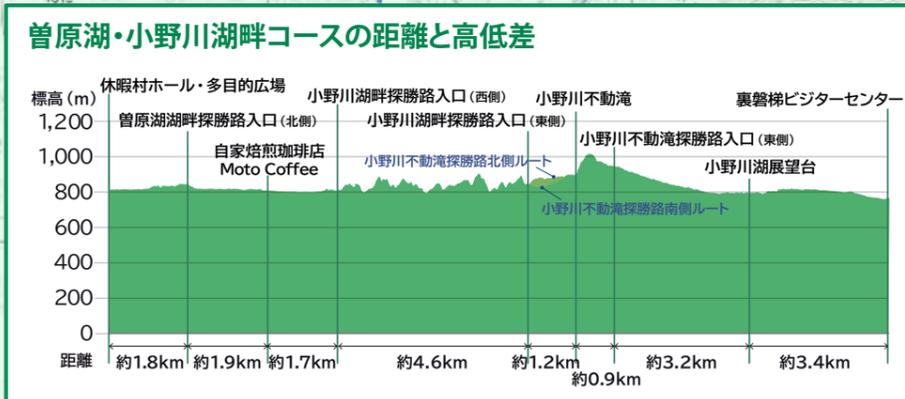
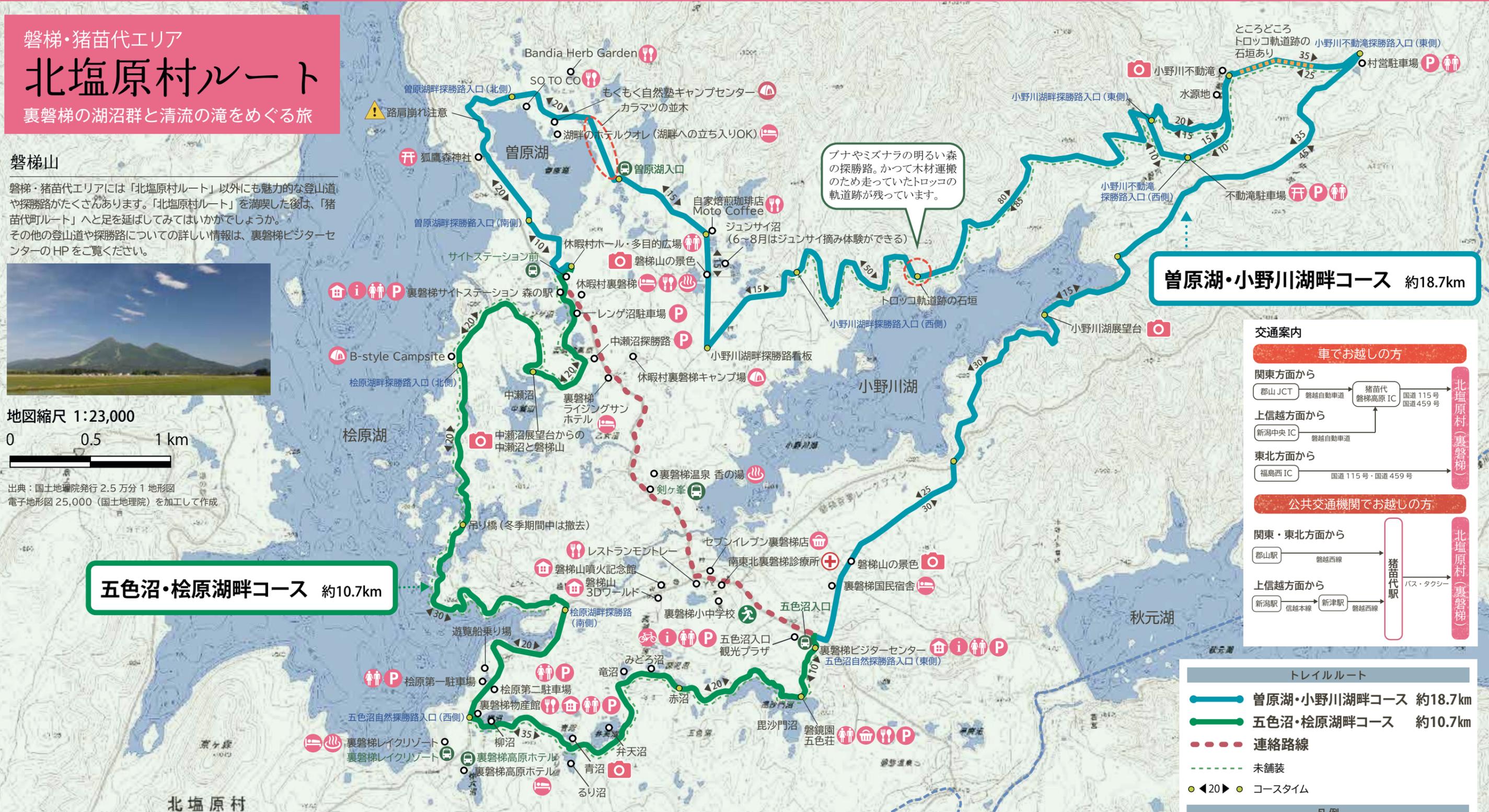
地図縮尺 1:23,000

0 0.5 1 km

出典：国土地理院発行 2.5 万分 1 地形図  
電子地形図 25,000 (国土地理院) を加工して作成

## 五色沼・桧原湖畔コース 約10.7km

## 曾原湖・小野川湖畔コース 約18.7km



### 交通案内

#### 車でお越しの方

関東方面から  
郡山JCT → 磐越自動車道 → 猪苗代 磐梯高原IC → 国道115号 国道459号 → 北塩原村(裏磐梯)

上信越方面から  
新潟中央IC → 磐越自動車道 → 猪苗代 磐梯高原IC → 国道115号 国道459号 → 北塩原村(裏磐梯)

東北方面から  
福島西IC → 国道115号・国道459号 → 北塩原村(裏磐梯)

#### 公共交通機関でお越しの方

関東・東北方面から  
郡山駅 → 磐越西線 → 猪苗代駅 → バス・タクシー → 北塩原村(裏磐梯)

上信越方面から  
新潟駅 → 信越本線 → 新津駅 → 磐越西線 → 猪苗代駅 → バス・タクシー → 北塩原村(裏磐梯)

### トレイルルート

- 曾原湖・小野川湖畔コース 約18.7km
- 五色沼・桧原湖畔コース 約10.7km
- 連絡路線
- 未舗装
- コースタイム

### 凡例

- ビューポイント
- 入浴施設
- 寺社
- 展示施設
- 買い物
- 観光案内所
- トイレ
- 食事
- レンタサイクルステーション
- 宿泊
- 駐車場
- キャンプ場
- バス停
- 行政区域
- 自然公園地域
- 要注意ポイント
- 公設病院
- 市町村指定避難場所