

# 信州 鹿嶺高原

# 散策MAP

鹿嶺高原キャンプ場  
長野県伊那市長谷非持三八一七の二  
電話 0265(48)2701



入笠山～鹿嶺高原  
トレッキングコース

入笠山～鹿嶺高原  
トレッキングコース



1 : 10000

仙丈ヶ岳・東駒ヶ岳をはじめ中央アルプス、入笠山を一望する。また、信州サンセットポイント100選に選ばれた夕焼けや伊那市方面の夜景もすばらしい！

コメツガ、ウランロモミなどの針葉樹林に囲まれている

一帯30～40分のコースからは四方の展望のほか季節の花々が咲き、自然も十分に満喫できる

美和湖や長谷の集落を見下ろすポイント

### 施設利用案内

**◆キャンプサイト**

- 入場料/日帰り250円、テント持込泊500円
- キャビン/6人用8,000円 ■貸テント/6人用3,000円
- 貸シュラフ/300円
- シャワー施設/4分間100円

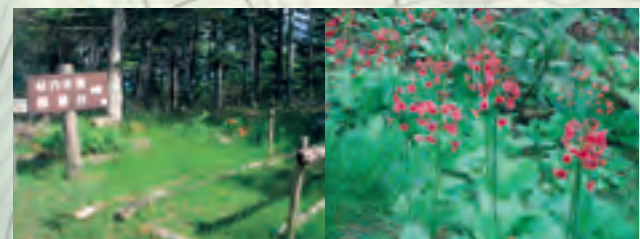
**◆雷鳥荘**

- 宿泊料/(自炊のみ) 大人1泊 2,500円  
子供 1,000円  
(小学生以下3才以上)
- 使用料/1人 500円
- チェックイン/PM2:00～PM6:00
- チェックアウト/AM10:00

鹿嶺高原をご利用になる方は、雷鳥荘にて受付をして下さい。



- 地図凡例**
- 遊歩道 --- トレッキングコース
  - その他の歩道
  - コースタイムの区切り
  - ▲ 宿泊施設
  - P 駐車場
  - WC トイレ
  - ★ コース中に見られる花



北星平から展望台への遊歩道      クリンソウ

長野県  
伊那市長谷

伊那市、中央アルプス方面



伊那市長谷広域

長野県  
伊那市長谷

1 : 10000

お問い合わせ・お申込み(予約)

7月～8月 鹿嶺高原・雷鳥荘 TEL・FAX 0265-98-2701

9月～6月 (財)伊那市振興公社 東部支所  
TEL 0265-94-2239

伊那市役所長谷総合支所、雷鳥荘まで

# 眺望360度、 標高1800メートル。

アルプスの峰々と満天の星が輝くハイランド  
眼前にたおやかな仙丈ヶ岳と鋭くそびえる東駒ヶ岳や鋸岳、そして中央、北アルプスが一望できる「アルプスの大展望台」。伊那市役所長谷総合支所から12km、標高1800mの高原は真夏でも18℃の快適さ。キャンプサイトや宿泊施設が完備された屈指の山岳リゾート地。



展望台から遠望する中央アルプスの山並み。右から西駒ヶ岳から空木岳、南駒ヶ岳とつづく。前景樹林内にキャンプ場がある。



鋸岳・東駒ヶ岳

## ●北星平キャンプ場

高原の北側は北星平といわれ、針葉樹のコメツガやウラジロモミに囲まれたテントサイトになっていて、炊事場やトイレが点在する。宿泊施設雷鳥荘までの遊歩道は森林浴が楽しめる。



360度の景観が得られる展望台へ



展望台から見える山並みを示す方位盤



鹿嶺高原開発経緯記念碑

## 北 星 平 キャンプ場



樹林の美しい北星平

## 月 見 平 キャンプ場



ぼんてん岩遊歩道

## ●展望と植生

鹿嶺高原は大展望地。遊歩道各所や2箇所設けられた展望台から雪をいただく南・中央・北の各アルプスの峰々、伊那市街の夕景と満点の星空など、胸のすく眺めが得られる。また、遊歩道沿いは花の宝庫。初夏から秋にかけてマイヅルソウ、ペニバナイチヤクソウなどをはじめ多くの亜高山帯の花々が咲く。



れんげつじの咲くキャンプサイト



鹿嶺高原の中心、雷鳥荘



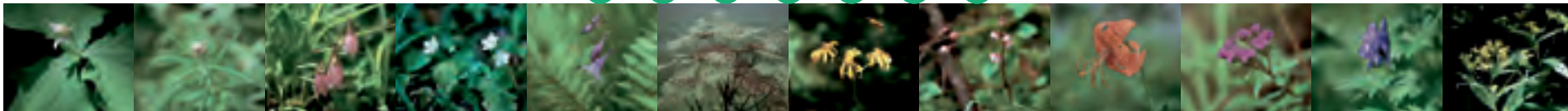
鹿嶺高原の入り口に立つ、やまびこ銅像

## DATA

- ◆交通/伊那市長谷総合支所から車で30分、12km
- ◆期間/7月上旬～8月下旬
- ◆予約開始/毎年4月より電話にて
- ◆受付/現地雷鳥荘

期間中は林間研修等開催され、団体客が多く入ります。期間以外の時期でも使用できますが、管理人が常駐せず、水道設備等使用できない場合もありますので、必ず伊那市振興公社東部支所へお問い合わせください。

## 鹿 嶺 高 原 の 花 々



- |   |   |   |   |  |  |  |   |  |  |   |  |
|---|---|---|---|--|--|--|---|--|--|---|--|
| <p><b>シロバナエンレイソウ</b><br/>[ユリ科]6～7月<br/>高山帯の湿った林床に生える。高さ7～15cm</p> | <p><b>ヤマハハコ</b><br/>[キク科]6～7月<br/>高山帯の日当たりのよい乾燥した草地に生える</p> | <p><b>ホタルブクロ</b><br/>[キキョウ科]6～7月<br/>山野に生える多年草。名はホタルを入れて遊ぶ事</p> | <p><b>ハンゴンソウ</b><br/>[キク科]7～8月<br/>1～2mになる大型の多年草。花はキオンに似る</p> | <p><b>コバギボウシ</b><br/>[ユリ科]6～7月<br/>日の当たる湿地に生える。花は横または下向き</p> | <p><b>シシウド</b><br/>[セリ科]7～8月<br/>斜面や日当たりのよい湿った地に生える多年草</p> | <p><b>マルバダケブキ</b><br/>[キク科]7～8月<br/>葉がフキ(蓆)に似る。1mになる大型の多年草</p> | <p><b>ペニバナイチヤクソウ</b><br/>[イチヤクソウ科]7～8月<br/>深山に群生する。濃い桃色の花を多数つける</p> | <p><b>コオニユリ</b><br/>[ユリ科]7～8月<br/>日当たりのよい湿地に生え、オニユリより小ぶり</p> | <p><b>シナノナデシコ</b><br/>[ナデシコ科]7～8月<br/>山地の河原、深山の高原などに生える日本特産種</p> | <p><b>ヤマトリカブト</b><br/>[キンポウゲ科]9～10月<br/>山地の林に生える多年草。高さは80～150cm</p> | <p><b>アキノキリンソウ</b><br/>[キク科]9～10月<br/>日当たりのよい山地に、よく見られる多年草</p> |
|---|---|---|---|--|--|--|---|--|--|---|--|