

# 湯俣温泉

噴湯丘  
晴嵐荘から徒歩15分。両岸や川床に熱湯の噴出孔が数多くみられ、85℃を超える熱湯が噴出しています。1922年に国の天然記念物に指定されています。

湯俣温泉  
高瀬渓谷最深の温泉。晴嵐荘は、北アルプス裏銀座コースの登山基地として、登山者やキャンパーに愛されています。



## 噴湯丘

名無遊難小屋  
湯俣温泉まで約3.5km

濁沢の滝  
ブナ立て尾根を登り始める右側奥にある滝。

高瀬ダム  
堤高 176m、堤体積 1,159万m<sup>3</sup>の規模で、日本有数のロックフィルダムです。ダムの材料は、大部分が湖水に埋没した部分から採取した岩盤、砂れきを利用して造られました。堤高は黒部ダムに次いで日本第2位であり、2005年、ダム湖100選にも選ばれています。

## 高瀬ダム紅葉



仙人岩

## 七倉ダム

七倉ダム  
自然の石を積んだロックフィルダムです。エメラルドグリーン of 湖水と新緑・紅葉の共演が素晴らしい。七倉は船建岳や北葛岳方面への登山基地です。



# 高瀬渓谷

これより先マイカー通行止め

## 七倉温泉

七倉ゲート～高瀬ダム間は、特定のタクシーで行くことができます。タクシーで約15分、徒歩だと約1時間30分かかります。



薬師堂

温宿かじか  
仙人閣

## 葛温泉

これより先冬期通行止め

大町ダム  
信濃川水系高瀬川に位置し、1969年8月に発生した大洪水を契機に計画されました。ダム湖は、泉小太郎伝説にちなんで龍神湖と名付けられました。

## 高瀬渓谷緑地公園



## トレッキングのススメ

高瀬川右岸側	高瀬川左岸側
噴湯丘 徒歩 15	濁沢 徒歩 30
湯俣温泉 徒歩 60	不動沢の吊橋 徒歩 5
名無遊難小屋 徒歩 90	高瀬ダム 徒歩 90
許可タクシー 七倉 15	

・高瀬ダムから先は、比較的なだらかなコースですが、トレッキング用シューズをお薦めします。(●の数字：分(片道))  
・七倉から高瀬ダムまでのタクシー料金は、片道約2,200円



湯俣トレッキングコース

高瀬川右岸の散策  
高瀬ダムから湯俣、噴湯丘へ向かう登山道は、ほとんど上り下りがなく、素晴らしい眺望を眺めながらの散策が楽しめます。噴湯丘まで歩くのもオススメです。ご自分の体力と相談しながら、所要時間を計算し、高瀬渓谷の眺めを楽しんでください。

至馬帽子小屋

## 観光・見所

葛温泉や七倉温泉のある高瀬渓谷は、長野県内有数の紅葉の景勝地で、例年10月中旬頃から紅葉が始まり、それぞれの自慢の露天風呂から温泉に浸かりながら素晴らしい紅葉を眺めることができます。また、高瀬ダム周辺の紅葉も美しく、不動沢、濁沢周辺の紅葉も絶景です。夏から秋にかけて歩いてしかいくことができない湯俣温泉もおすすめで、近くには日本の地質百選にも選ばれた特別天然記念物の湯俣噴湯丘があります。

なお、七倉から先は特定タクシー(または徒歩)で高瀬ダムまで行くことができます。



不動沢吊橋  
馬帽子岳など裏銀座に向かう登山道の入口です。



葛温泉周辺



北葛沢紅葉



龍神湖

## 公共機関

