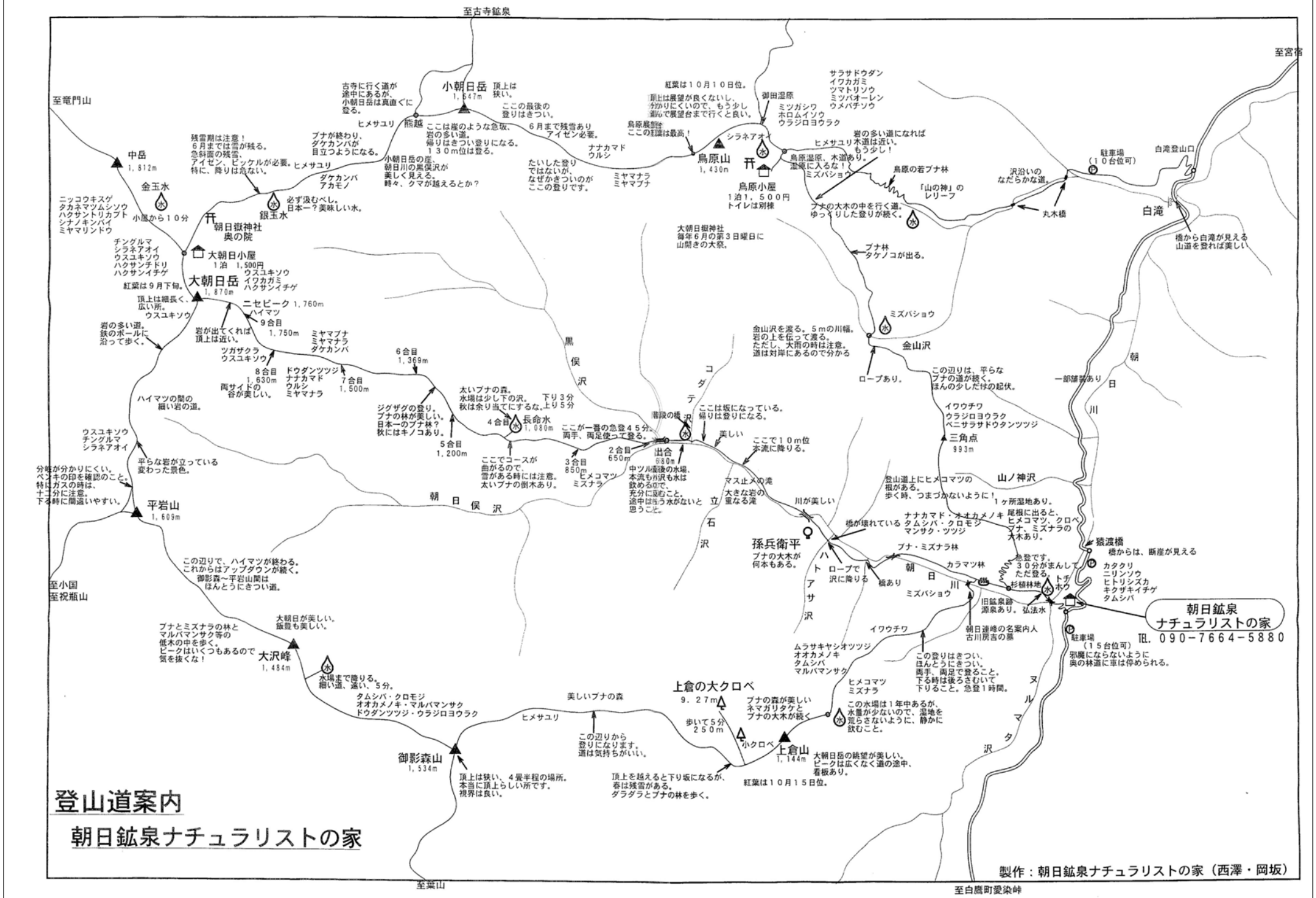
至古寺鉱泉
至竜門山
至宮宿
小朝日岳
1，647m
頂上は狭い。
古寺に行く道が途中にあるが、小朝日岳は真直ぐに登る。
ここの最後の登りはきつい。
ヒメサユリ
熊越
ここは崖のような急坂、岩の多い道。帰りはきつい登りになる。１３０m位は登る。
６月まで残雪あり アイゼン必要。
ブナが終わり、ダケカンバが目立つようになる。
残雪期は注意！６月までは雪が残る。急斜面の残雪、アイゼン、ピッケルが必要。特に、降りは危ない。
小朝日岳の崖、朝日川の黒俣沢が美しく見える。時々、クマが越えるとか？
ナナカマド ウルシ
たいした登りではないが、なぜかきついのがここの登りです。
ミヤマナラ ミヤマブナ
紅葉は１０月１０日位。
頂上は展望が良くないし、分かりにくいので、もう少し進んで展望台まで行くと良い。
御田湿原
ミツガシワ ホロムイソウ ウラジロヨウラク
サラサドウダン イワカガミ ツマトリソウ ミツバオーレン ウメバチソウ
鳥原展望台 ここの紅葉は最高！
シラネアオイ
鳥原山
1，430m
岩の多い道になれば木道は近い。もう少し！
ヒメサユリ
鳥原湿原、木道あり。湿地に入るな！ ミズバショウ
鳥原の若ブナ林
「山の神」のレリーフ
鳥原小屋
1泊1，５００円
トイレは別棟
ブナの大木の中を行く道。ゆっくりした登りが続く。
駐車場（１０台位可）
白滝登山口
沢沿いのなだらかな道。
丸木橋
白滝
橋から白滝が見える山道を登れば美しい
中岳
1，812m
金玉水
小屋から１０分
ニッコウキスゲ タカネマツムシソウ ハクサントリカブト シナノキンバイ ミヤマリンドウ
銀玉水
必ず汲むべし。日本一？美味しい水。
ダケカンバ アカモノ
朝日嶽神社 奥の院
大朝日小屋
１泊 1，500円
ウスユキソウ イワカガミ ハクサンイチゲ
大朝日岳
1，870m
紅葉は９月下旬。
チングルマ シラネアオイ ウスユキソウ ハクサンチドリ ハクサンイチゲ
大朝日岳の山開きの大祭。毎年６月の第３日曜日に
ブナ林 タケノコが出る。
頂上は細長く、広い所。ウスユキソウ
ニセピーク 1，760m
ハイマツ
９合目 1，750m
ミヤマブナ ミヤマナラ ダケカンバ
岩の多い道。鉄のポールに沿って歩く。
岩が出てくれば頂上は近い。
ツガザクラ ウスユキソウ
８合目 1，630m
両サイドの谷が美しい。
ドウダンツツジ ナナカマド ウルシ ミヤマナラ
７合目 1，500m
６合目 1，369m
ハイマツの間の細い岩の道。
ジグザグの登り。ブナの林が美しい。日本一のブナ林？秋にはキノコあり。
５合目 1，200m
太いブナの森。水場は少し下の沢。下り３分 上り５分 秋は余り当てにするな。
４合目 長命水 1，080m
ここが一番の急登４５分。両手、両足使って登る。
ここでコースが曲がるので、雪がある時には注意。太いブナの倒木あり。
３合目 850m ヒメコマツ ミズナラ
２合目 650m
出合 680m
中ツル最後の水場、本流も小沢も水は飲めるので、充分に汲むこと。途中はもう水がないと思うこと。
階段の橋
ここは坂になっている。帰りは登りになる。
美しい
ここで１０m位本流に降りる。
マス止めの滝 大きな岩の重なる滝
川が美しい
黒俣沢
コダテ沢
朝日俣沢
石立沢
金山沢を渡る。５mの川幅。岩の上を伝って渡る。ただし、大雨の時は注意。道は対岸にあるので分かる
ミズバショウ
金山沢
ロープあり。
この辺りは、平らなブナの道が続く、ほんの少しだけの起伏。
一部舗装あり
朝日川
イワウチワ ウラジロヨウラク ベニサラサドウダンツツジ
三角点
993m
山ノ神沢
登山道上にヒメコマツの根がある。歩く時、つまづかないように！
１ヶ所湿地あり。
尾根に出ると、ヒメコマツ、クロベ ブナ、ミズナラの大木あり。
ナナカマド・オオカメノキ タムシバ・クロモジ マンサク・ツツジ
猿渡橋
橋からは、断崖が見える
急登です。３０分がまんしてただ登る。
トチノキ
カタクリ ニリンソウ ヒトリシズカ キクザキイチゲ タムシバ
朝日鉱泉 ナチュラリストの家
TEL．090－7664－5880
駐車場（１５台位可）
邪魔にならないように奥の林道に車は停められる。
ハイマツ アサ沢
孫兵衛平
ブナの大木が何本もある。
ロープで沢に降りる
橋が壊れている
橋あり
ブナ・ミズナラ林
カラマツ林
朝日川
ミズバショウ
杉植林地
旧鉱泉跡 源泉あり。弘法水
朝日連峰の名案内人 古川房吉の墓
ムラサキヤシオツツジ オオカメノキ タムシバ マルバマンサク
イワウチワ
この登りはきつい、ほんとうにきつい。両手、両足で登ること。下る時は後ろさむいで下りること。急登１時間。
ヒメコマツ ミズナラ
この水場は１年中あるが、水量が少ないので、湿地を荒らさないように、静かに飲むこと。
上倉の大クロベ
９．２７m
ブナの森が美しい ネマガリタケとブナの大木が続く
歩いて５分 ２５０m
小クロベ
上倉山
1，144m
大朝日岳の眺望が美しい。ピークは広くなく道の途中、看板あり。
紅葉は１０月１５日位。
ヌルマタ沢
美しいブナの森
この辺りから登りになります。道は気持ちがいい。
ヒメサユリ
御影森山
1，534m
頂上は狭い、４畳半程の場所。本当に頂上らしい所です。視界は良い。
頂上を越えると下り坂になるが、春は残雪がある。ダラダラとブナの林を歩く。
タムシバ・クロモジ オオカメノキ・マルバマンサク ドウダンツツジ・ウラジロヨウラク
水場まで降りる。細い道、遠い、５分。
大沢峰
1，484m
ブナとミズナラの林とマルバマンサク等の低木の中を歩く。ピークはいくつもあるので気を抜くな！
大朝日が美しい。飯豊も美しい。
この辺りで、ハイマツが終わる。これからはアップダウンが続く。御影森～平岩山間はほんとうにきつい道。
分岐が分かりにくい。ペンキの印を確認のこと。特にガスの時は、十二分に注意。下る時に間違いやすい。
ウスユキソウ チングルマ シラネアオイ
平らな岩が立っている変わった景色。
平岩山
1，609m
至小国
至祝瓶山
至葉山
至白鷹町愛染峠
登山道案内
朝日鉱泉ナチュラリストの家
製作：朝日鉱泉ナチュラリストの家（西澤・岡坂）