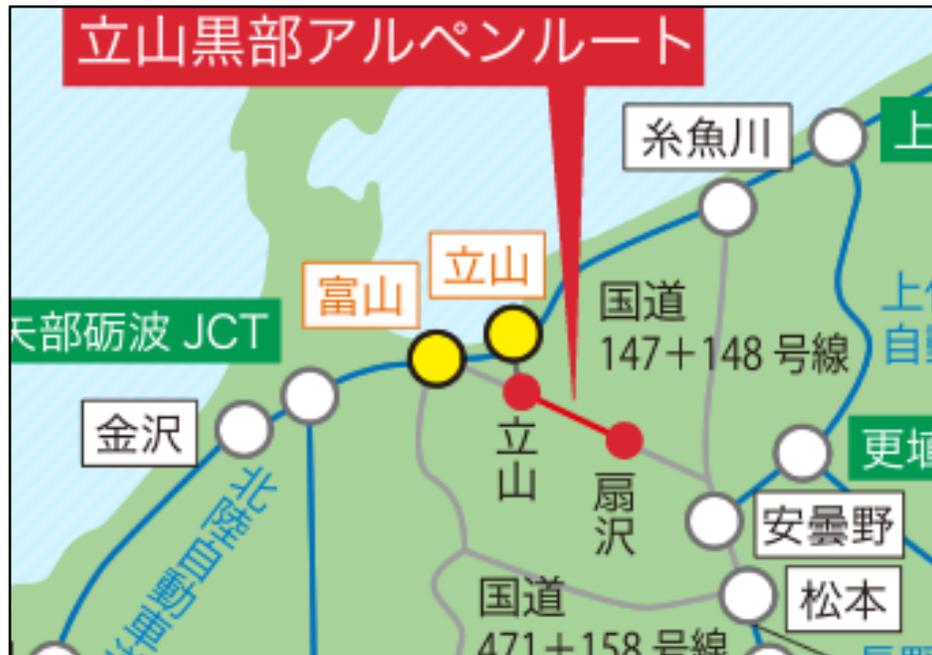


1.立山黒部アルペンルートとは

- ・北アルプス(富山県側の「立山駅」から長野県側の「扇沢駅」)を貫く総延長37.2kmの山岳観光ルート。
- ・ルート内では様々な乗り物(※)を乗り継いで様々な景勝地をめぐり、気軽に、立山黒部の雄大な大自然を満喫することができる

<https://www.alpen-route.com/about/>



※称名滝は別途立山発着のバス乗車が必要
<https://www.alpen-route.com/area/syomyodaki.php>

2.-1主要スポット紹介

称名滝(しょうみょうだき：標高1000m)

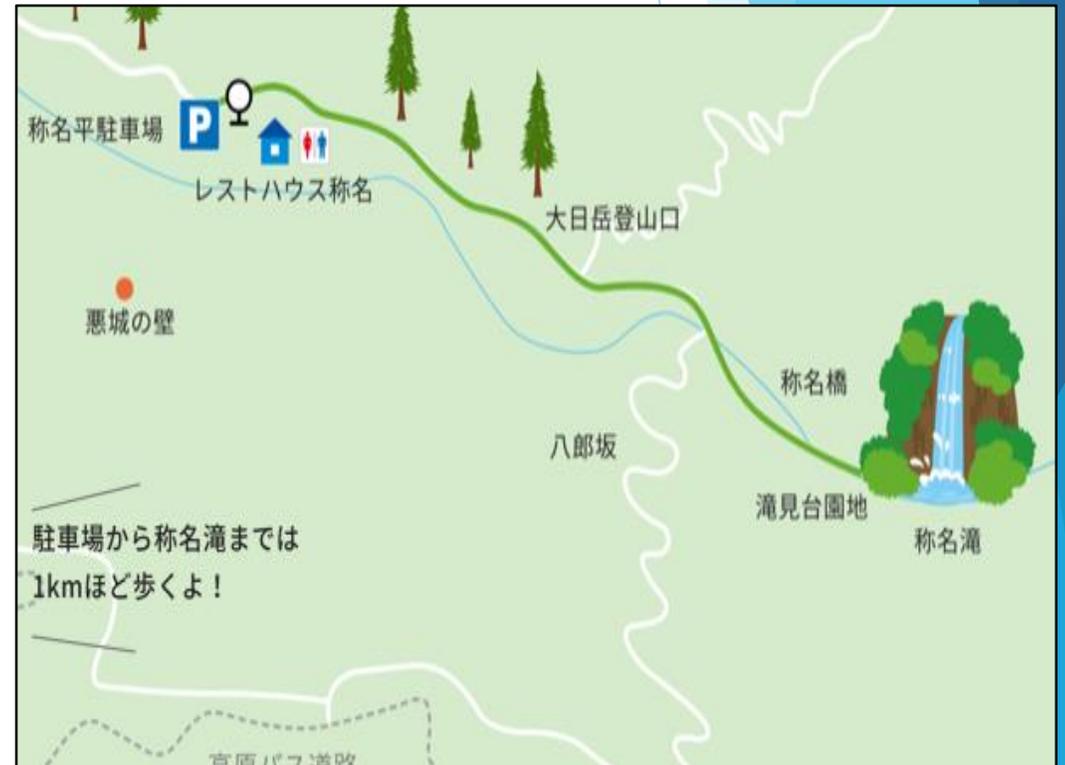
—日本—の落差(350m)を誇る滝

<https://www.alpen-route.com/area/syomyodaki.php>

見どころ・ポイント

- ・ダイナミックな滝が流れ落ちる光景
⇒水量の多い春から夏がおすすめ
- ・鮮やかな紅葉とのコンビネーション
- ・悪城(あくしろ)の壁

※立山発着のバス(15分)+徒歩(20分)



2.-2主要スポット紹介

美女平(びじょだいら：標高977m)

—立山杉やブナの木々が生い茂る、ゆたかな原生林

<https://www.alpen-route.com/area/bijyodaira.php>

見どころ・ポイント

- ・ブナの原生林や、立山杉の巨木などの豊かな自然
- ・バードウォッチング(5～6月頃)
- ・恋愛成就の美女杉

※滞在時間の目安60分～120分



2.-3主要スポット紹介

弥陀ヶ原(みだかはら：標高1930m)

—ラムサール条約に登録された、

南北3km東西9kmにわたる大湿原

<https://www.alpen-route.com/area/midagahara.php>

見どころ・ポイント

- ・豊かでレアな高山植物
- ・「ガキの田」
- ・立山カルデラ展望台
- ・秋の紅葉(9月中旬頃～)

※滞在時間の目安60分～120分



2.-4主要スポット紹介

室堂(むろどう : 標高2450m)

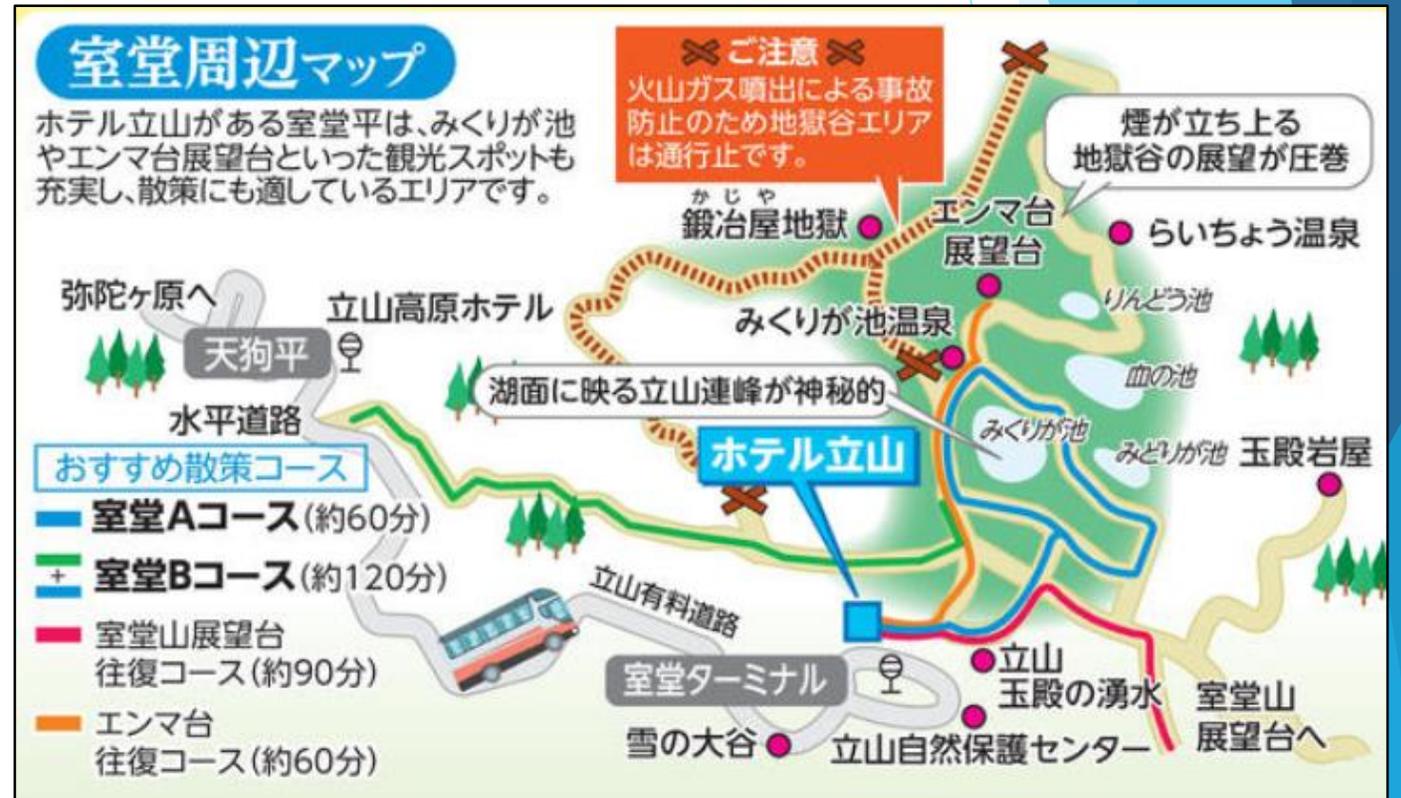
—豊かな大自然が魅力のアルペンルート最高地点

<https://www.alpen-route.com/area/murodo.php>

見どころ・ポイント

- ・「みくりが池」
- ・「エンマ台展望台」
- ・「雪の大谷フェスティバル」
⇒4/15～6/22開催

※滞在時間の目安60分～120分



2.-5主要スポット紹介

大観峰(だいかんぼう : 標高2316m)

ー黒部湖や後立山連峰の絶景を見下ろすことができる絶景スポット

<https://www.alpen-route.com/area/daikanbo.php>

黒部平(くろべだいら : 標高1828m)

ーパノラマテラスや黒部平庭園で待ち時間も楽しく散策！

<https://www.alpen-route.com/area/kurobedaira.php>

2.-6主要スポット紹介

黒部ダム・黒部湖畔(標高約1470m) —日本—の高さを誇る大迫力のダム

<https://www.alpen-route.com/area/kurobedam.php>

<https://www.alpen-route.com/area/kurobeko.php>

見どころ・ポイント

・ダム展望台と観光放水

2021年 黒部ダム 観光放水情報	
放水期間:	6/26～10/15(予定)
放水時間:	6/26～7/31 -6:00～17:30
	8/1～9/10 -6:30～17:00
	9/11～10/15 -7:00～16:30
※ 天候などにより中止となる場合があります。	

・遊覧船ガルベ(6/1～11/10) ⇒JTBオプションあり

※滞在時間の目安120分



3.-1 旅行の計画にあたって 行くならいつがいい？

⇒アルペンルート開通期間は4/15～11/30(2021年度)

例年10月下旬ごろから積雪となるため、それ以前がお勧めしやすい

花畑や紅葉など、各季節ごとに見どころが異なるので、
お客様のやりたいこと、見たいものを確認しながら提案！
特に期間限定のイベント(雪の大谷、ダム放水など)は要注意！



※高山植物、紅葉の見頃は気候によって異なります。目安としてご覧ください。

※写真は全てイメージです。

3.-2旅行の計画にあたって

服装は？

⇒動きやすい服装であれば普段着でもOKですが、安全・健康のため、季節ごとのポイントを押さえましょう！

https://www.alpen-route.com/information/advice_clothes.html

服装のアドバイス

- 春** ジャンパーやフリースなどの防寒着が必要です。紫外線が強く、雪により反射するためサングラスと帽子をご用意ください。
- 夏** 日差しが強いため、通気性のある長袖シャツと広いつばの帽子、サングラスなどをご用意ください。
- 秋** 天候が変わりやすく、突然雨が降ったり、晩秋には雪が降ることも。保温性の高いジャンパーや厚手のパンツがおすすめです。
- 冬** 11月の気温は氷点下になることも多いので、防寒対策をしっかりとってください。防寒服、暖かい帽子、雪の上でも滑りにくい靴などをご用意ください。

- 履き慣れた、滑りにくいかかとの低い靴でご参加ください。ハイヒール・サンダルは禁物(靴擦れのもとになります。)
- 雨具(簡易レインコートと折りたたみ式傘)をお忘れなく。
- 動きやすいパンツスタイルで、リュックなど肩からかけられるバッグが便利です。

室堂(標高2,450m)の気象データ \ 夏でもこんなに涼しい!!

午前9時	4月		5月		6月		7月			
	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬		
平均気温	0℃	2℃	5℃	7℃	8℃	9℃	11℃	13℃	14℃	15℃

午前9時	8月			9月			10月			11月		
	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬	上旬	中旬	下旬
平均気温	16℃	15℃	14℃	13℃	12℃	10℃	9℃	5℃	3℃	2℃	-1℃	-4℃

(近年5年間の平均値 立山黒部貫光調べ)

春 スタイル (4~6月)
 Point.1 暖かい帽子
 Point.2 着脱しやすい上着
 Point.3 ハイカットの靴
 手袋やマフラーもあとと便利!

夏 スタイル (7~8月)
 Point.1 サングラス
 Point.2 ひさしの大きい帽子
 Point.3 通気性がよくあまり肌を露出しない服
 ウインドブレイカーもあとと便利!

秋 スタイル (9~10月)
 Point.1 暖かい帽子
 Point.2 厚手の上着
 Point.3 暖かい素材の長袖
 サングラスもあとと便利!

- ご注意**
- 10月下旬~11月は、吹雪くこともあり、天候の状況によりアルペンルート内の通行ができない場合があります。一部日程を変更する場合や設定を中止する場合があります。
 - 弥陀ヶ原・室堂は6月下旬頃まで残雪があり、また10月には雪も降り始め、足もとが悪くなっています。防水性に優れた靴でご参加ください。
 - 標高の高い場所を移動しますので、体調管理には十分注意しましょう。まれに耳鳴りや頭痛の症状が出る場合があります。
 - 降雪など天候の状況により、ルート内は通行止めとなる場合があります。

立山黒部アルペンルートの大部分は中部山岳国立公園に属しています。美しい風景や動植物の保護にご協力をお願いします。ゴミは必ず持ち帰りましょう。

3.旅行の計画にあたって

どこに行けばいい？

⇒多くの見どころがあるので、滞在時間に応じて自由自在に計画可能！

- ・モデルコース集：https://www.alpen-route.com/model_course/
- ・各区間時刻表：<https://www.alpen-route.com/timetable/>
(おおよそ20～60分毎の運行)
- ・観光時間の目安(GW・紅葉など混雑期は+1～2時間程度)

通過型コース 立山駅～扇沢	片道 所要時間6～7時間 (※昼食1時間)
往復型コース 立山駅～室堂	往復 所要時間5～6時間 (※昼食1時間)
往復型コース 扇沢～室堂	往復 所要時間6～7時間 (※昼食1時間)
往復型コース 立山駅～黒部ダム	往復 所要時間8～9時間 (※昼食1時間)
往復型コース 扇沢～黒部ダム	往復 所要時間2～3時間 (※昼食1時間)

* 乗り物の乗車時間は
合計2時間程度(通り抜けの場合)

3.旅行の計画にあたって

宿泊は？

⇒アルペンルート内にもホテルがあります

ホテル立山：<https://h-tateyama.alpen-route.co.jp/>

《参考・オフィシャルホテル：<https://www.alpen-route.com/facilities/hotel.html>》

⇒周辺の温泉旅館もおすすめ！

富山なら：黒部宇奈月温泉

(立山から電車で2時間30分、車で60分程度)

長野県なら：大町温泉郷

(扇沢から車・路線バスで20～30分程度)