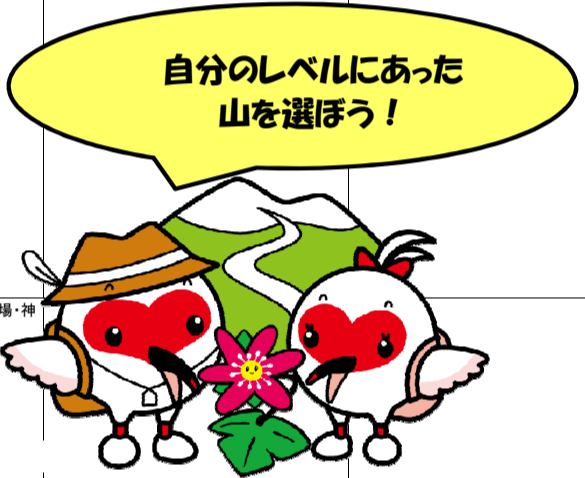


「新潟100名山」(新潟県山岳協会監修)に掲載のルートを基本に、体力度と技術的難易度で評価しました。(※掲載ルートは適宜見直す予定です。)
「自分の力量にあった山選び」により登山を安全にお楽しみ下さい。

作成:新潟県県民生活・環境部県民スポーツ課 監修:新潟県山岳遭難防止対策協議会

Main table with columns for difficulty level (A-E), technical difficulty, and route details. Includes callouts for route characteristics like 'Route 1 is a volcano' and 'Route 2 is for physical fitness'.

数字が大きくなるほど体力が必要
体力度



【凡例】
数字 裏面「新潟 山のグレーディング一覧表」の番(五十音順)
【縦】 入山口と下山口が異なる縦走ルート
【周】 入山口と下山口は同じだが途中の経路が異なる周回ルート
() 登山口 ※縦走の場合は登山口・下山口
< > 山名と登山口だけでは経路が特定できない場合の経由地

Table comparing technical difficulty levels (A-E) and the corresponding physical/technical requirements for hikers.

＜使用上の注意＞ 以下の点に注意し、登山者自身の自己管理責任において入山されるようお願いします。
1 この表は、無雪期・天気良好の条件のもと、ルート固有の地形的な特徴について体力度と難易度を評価したものです。実際の登山では、体力度、難易度以外に悪天候、残雪、体調、その他偶発的な要因による様々なリスクがあります。それらに配慮した計画を立て入山されるようお願いします。
2 地震や崩落、雪崩などにより、登山道の通行規制や付け替えの可能性があります。
3 一つの山に、登山口が同一のルートが複数ある場合がありますので、必ず事前にルートを確認してから入山されるようお願いします。
4 いずれのランクにおいても、初めてそのランクを経験する場合には必ず経験者を同伴してください。
5 この表に記載した山岳・ルートは、「新潟100名山」に掲載されているルートを基本に選定したもので、必ずしも登山を推奨する山岳・ルートではありません。公的機関等により整備・維持管理されていない場合があります。またルートの通行や山頂への到達を保証するものではありません。
6 入山の際は、必ず登山計画書を提出ください。
＜登山計画書の提出先＞

- 新潟県警察本部地域部地域課
〒950-8553 新潟市中央区新光町4番地1
電話 025-285-0110
Fax 025-284-5301
登山する最寄りの警察署
登山口に設置された登山届提出箱
登山計画書の様式及びメールでの提出はこちら
http://www.police.pref.niigata.jp/osirase/sangaku/index.html

本表に関する問い合わせ先
○グレーディング表全体に関すること
新潟県県民生活・環境部 県民スポーツ課
TEL 025-280-5091
○個別の登山ルートに関すること
一覧表問い合わせ先に掲載の各市町村

新潟 山のグレーディング一覧表
 ~無雪期・天気良好時の「登山ルート別 難易度評価」~
 平成29年5月発行

番号	ルート名称	ふりがな	体力 難易度	スタート地点		最高地点		終了地点		歩行 時間	ルート 全長 (km)	累積 登り 標高差 (km)	累積 下り 標高差 (km)	ルート 定数	問い合わせ先
				地名	標高 (m)	地名	標高 (m)	地名	標高 (m)						
あ 1	【周】青田南葉山(南葉高原キャンプ場)木落し坂コース~明神沢コース	あおたなんばさん	2	A	青田南葉山	494	950	青田南葉山	494	4.2	6.0	0.54	0.54	15.0	上越市観光振興課(025-526-5111)
あ 2	【周】浅草岳(ネズモチ平駐車場)嘉平とノボッチ	あさくさだけ	2	B	浅草岳	875	1,586	ネズモチ平駐車場	875	3.8	7.7	0.75	0.75	17.1	魚沼市北部振興事務所(025-797-2360)
あ 3	朝日岳(蓮華温泉駐車場)	あさひだけ	5	C	蓮華温泉駐車場	1,476	2,418	蓮華温泉駐車場	1,476	14.3	21.0	1.97	1.97	52.9	糸魚川市青海事務所(025-562-2260代)
あ 4	雨飾山(雨飾温泉駐車場)	あまかさりやま	3	B	雨飾温泉駐車場	877	1,963	雨飾温泉駐車場	877	6.8	6.2	1.09	1.09	25.8	糸魚川市交流観光課(025-552-1511代)
あ 5	【周】天光山(天光山登山口)尾根~三方岳~深坂峠	あまみずやま	2	A	天光山登山口	882	1,139	天光山登山口	882	3.8	8.5	0.51	0.51	14.7	十日町市観光協会松之山支部(025-596-3011)
あ 6	荒沢岳(銀山平登山口)	あらかさわだけ	4	D	銀山平登山口	764	1,969	銀山平登山口	764	6.2	9.4	1.31	1.31	27.8	魚沼市商工観光課(025-792-9754)
あ 7	粟ヶ岳(第二貯水池登山口)	あわがたけ	3	C	第二貯水池登山口	157	1,293	第二貯水池登山口	157	5.0	11.5	1.26	1.26	25.8	加茂市商工観光課(0256-52-0080)
い 8	【縦】飯土山(舞子スノーリゾート駐車場・神弁橋)	いじさん	2	C	舞子スノーリゾート駐車場	441	1,112	神弁橋	339	4.8	6.5	0.77	0.87	18.8	南魚沼市商工観光課(025-773-6665) 湯沢町産業観光部観光商工課(025-784-4850)
い 9	大ヶ岳(坂田峠)	いぬがたけ	5	C	坂田峠	609	1,593	坂田峠	609	14.2	15.8	1.80	1.80	49.3	糸魚川市青海事務所(025-562-2260代)
え 10	越後駒ヶ岳(枝折峠登山口)	えちごこまがたけ	4	B	枝折峠登山口	1,059	2,003	枝折峠登山口	1,059	7.8	14.5	1.28	1.28	32.0	魚沼市商工観光課(025-792-9754)
え 11	帆差岳(大石ダム)千本峰・帆差岳	えぶささだけ	6	C	大石ダム	162	1,636	大石ダム	162	14.4	28.9	2.39	2.39	59.9	関川村観光協会(0254-64-1478)
お 12	青海黒姫山(清水倉登山口)	おうみくろひめやま	3	B	清水倉登山口	85	1,222	清水倉登山口	85	8.8	7.1	1.12	1.12	29.7	糸魚川市青海事務所(025-562-2260代)
お 13	大平山(登山口駐車場)	おおいだらやま	2	A	登山口駐車場	139	561	登山口駐車場	139	2.8	6.0	0.55	0.55	12.7	村上市神林支所産業観光室(0254-66-1114)
お 14	尾神岳(尾神岳登山口)	おみだけ	1	A	尾神岳登山口	623	757	尾神岳登山口	623	1.4	2.8	0.17	0.17	5.1	上越市吉川区総合事務所(025-548-2311)
お 15	鬼が面山(六十里越トンネル登山口)	おにがつらやま	2	B	六十里越トンネル登山口	753	1,465	六十里越トンネル登山口	753	4.3	8.3	0.82	0.82	19.0	魚沼市北部振興事務所(025-797-2360)
か 16	角田山(稲島登山口)稲島コース	かくたやま	1	A	稲島登山口	66	482	稲島登山口	66	1.7	3.2	0.41	0.41	8.4	新潟市西蒲区産業観光課(0256-72-8454) 巻観光協会(0256-72-8736)
か 17	角田山(角田浜海水浴場)灯台コース	かくたやま	2	A	角田浜海水浴場	10	482	角田浜海水浴場	10	3.5	5.5	0.58	0.58	14.1	新潟市西蒲区産業観光課(0256-72-8454) 巻観光協会(0256-72-8736)
か 18	角田山(五ヶ峠登山口)五ヶ峠コース	かくたやま	2	A	五ヶ峠登山口	173	482	五ヶ峠登山口	173	2.3	5.9	0.40	0.40	10.2	新潟市西蒲区産業観光課(0256-72-8454) 巻観光協会(0256-72-8736)
か 19	角田山(浦浜登山口)浦浜コース	かくたやま	2	A	浦浜登山口	35	482	浦浜登山口	35	2.3	5.1	0.47	0.47	10.7	新潟市西蒲区産業観光課(0256-72-8454) 巻観光協会(0256-72-8736)
か 20	角田山(湯之腰登山口)湯之腰コース	かくたやま	2	A	湯之腰登山口	21	482	湯之腰登山口	21	2.3	5.2	0.50	0.50	11.1	新潟市西蒲区産業観光課(0256-72-8454) 巻観光協会(0256-72-8736)
か 21	角田山(五りん石登山口)五りん石コース	かくたやま	1	A	五りん石登山口	55	482	五りん石登山口	55	2.2	3.9	0.42	0.42	9.5	新潟市西蒲区産業観光課(0256-72-8454) 巻観光協会(0256-72-8736)
か 22	角田山(福井ぼたるの里登山口)福井ぼたるの里コース	かくたやま	2	A	福井ぼたるの里登山口	42	482	福井ぼたるの里登山口	42	2.3	6.0	0.50	0.50	11.2	新潟市西蒲区産業観光課(0256-72-8454) 巻観光協会(0256-72-8736)
か 23	刈羽黒姫山(磯之辺登山口)	かりわくろひめやま	1	A	磯之辺登山口	461	891	磯之辺登山口	461	1.7	2.4	0.43	0.43	8.2	柏崎市高柳町事務所(0257-41-2233)
か 24	寒江山(奥三面ダム)	かんこうさん	10	D	奥三面ダム	236	1,695	奥三面ダム	236	26.0	36.9	3.03	3.03	90.0	村上市朝日支所産業観光室(0254-72-6883)
か 25	吉祥嶽(大毎橋)	きちじょうだけ	1	A	大毎橋	150	500	大毎橋	150	2.2	3.3	0.36	0.36	8.7	村上市山北支所産業観光室(0254-77-3115)
か 26	【周】金城山(中川新田登山口)水無コース~滝入コース※水無コースは下山禁止	きんじょうさん	4	C	中川新田登山口	294	1,369	中川新田登山口	294	9.5	7.4	1.08	1.08	30.8	南魚沼市商工観光課(025-773-6665)
か 27	金城山(観音山登山口)	きんじょうさん	3	B	観音山登山口	222	1,369	観音山登山口	222	7.8	9.8	1.19	1.19	29.6	南魚沼市商工観光課(025-773-6665)
か 28	【縦】金北山(横山登山口)ドンドン山荘	きんぼくさん	4	B	横山登山口	186	1,172	ドンドン山荘	888	7.8	13.7	1.48	0.78	33.5	(一社)佐渡観光協会(0259-27-5000) 佐渡トレッキング協議会(0259-23-4472)
か 29	【縦】熊形山(大沢登山口駐車場・飯角登山口)大峰山分岐・中沢分岐・飯角分岐	くしがたやま	1	A	大沢登山口駐車場	223	568	飯角登山口	174	2.3	3.8	0.38	0.43	9.4	胎内市商工観光課(0254-43-6111) 新発田市観光振興課(0254-28-9960)
か 30	黒岩山(滝上ゲート)	くろいわやま	5	C	滝上ゲート	253	1,624	滝上ゲート	253	11.8	23.4	1.74	1.74	46.7	糸魚川市青海事務所(025-562-2260代)
か 31	光光山(中東登山口)	こうざきさん	3	B	中東登山口	164	966	中東登山口	164	5.5	10.4	1.02	1.02	23.8	関川村観光協会(0254-64-1478)
か 32	五頭山(砂郷沢橋)	ごずさん	3	B	砂郷沢橋	131	913	砂郷沢橋	131	4.8	9.7	0.88	0.88	20.9	阿賀野市商工観光課(0250-62-2510)
か 33	五頭山(どんぐりの森)	ごずさん	2	B	どんぐりの森	221	913	どんぐりの森	221	3.4	7.3	0.77	0.77	16.5	阿賀野市商工観光課(0250-62-2510)
か 34	駒ヶ岳(海谷三峯パーク)	こまがたけ	3	B	海谷三峯パーク	690	1,487	海谷三峯パーク	690	6.0	5.7	0.80	0.80	20.9	糸魚川市交流観光課(025-552-1511代)
か 35	小連華山(蓮華温泉駐車場)	これんげさん	4	C	蓮華温泉駐車場	1,476	2,766	蓮華温泉駐車場	1,476	9.0	11.8	1.32	1.32	33.7	糸魚川市交流観光課(025-552-1511代)
か 36	【縦】金剛山(白瀬登山口)ドンドン山荘	こんごうさん	3	B	白瀬登山口	88	962	ドンドン山荘	888	7.2	10.7	1.27	0.47	29.0	(一社)佐渡観光協会(0259-27-5000) 佐渡トレッキング協議会(0259-23-4472)
か 37	【周】坂戸山(薬師堂登山口)薬師尾根遊歩道~城坂遊歩道	さかどやま	1	B	薬師堂登山口	165	634	薬師堂登山口	165	2.2	3.5	0.47	0.47	9.9	南魚沼市商工観光課(025-773-6665)
か 38	茂倉岳(土樽駅)	しげくらだけ	4	B	土樽駅	614	1,978	土樽駅	614	8.3	13.4	1.45	1.45	34.5	湯沢町産業観光部観光商工課(025-784-4850)
か 39	【周】下権現堂山・上権現堂山(戸隠神社)	しもごんげんどうやま かみごんげんどうやま	3	B	戸隠神社	230	1,998	戸隠神社	230	5.0	8.5	0.90	0.90	21.1	魚沼市商工観光課(025-792-9754)
か 40	白鳥山(坂田峠)	しらとりやま	2	B	坂田峠	609	1,287	坂田峠	609	5.3	5.9	0.73	0.73	19.0	糸魚川市青海事務所(025-562-2260代)
か 41	新保岳(広域林道登山口)	しんぼだけ	1	A	広域林道登山口	511	852	広域林道登山口	511	2.5	2.7	0.34	0.34	8.9	村上市朝日支所産業観光室(0254-72-6883)
か 42	官名岳(いすみの里奥登山者用駐車場)どつぱら清水コース	すみなだけ	3	A	登山者用駐車場	180	909	登山者用駐車場	180	5.8	7.3	0.75	0.75	20.6	五泉市商工観光課(0250-43-3911)
か 43	守門岳(入塩川登山口)	すもんだだけ	5	B	入塩川登山口	202	937	入塩川登山口	202	9.3	28.3	1.86	1.86	44.8	長岡市栢尾観光協会(0258-51-1195)
か 44	仙ノ倉山(元橋)	せんのからやま	4	B	元橋	981	2,026	元橋	981	8.0	12.2	1.30	1.30	31.9	湯沢町産業観光部観光商工課(025-784-4850)
か 45	大源太山(旭原登山口)	だいげんたさん	3	B	旭原登山口	722	1,598	旭原登山口	722	5.0	6.6	0.86	0.86	20.1	湯沢町産業観光部観光商工課(025-784-4850)
か 46	【周】平標山(苗場ふれあいの郷駐車場)松手山・平標山の家	たいらつびやま	3	B	苗場ふれあいの郷駐車場	981	1,984	苗場ふれあいの郷駐車場	981	5.4	10.5	1.04	1.04	23.9	湯沢町産業観光部観光商工課(025-784-4850)
か 47	【参考】高尾山(表参道)※3(裏面参照)	たかおさん	2	A	高尾山	190	599	高尾山	190	3.8	7.7	0.46	0.46	13.9	※県外の山
か 48	【参考】高尾山(琵琶滝)※3(裏面参照)	たかおさん	2	A	高尾山	190	599	高尾山	190	2.4	6.9	0.55	0.55	12.3	※県外の山
か 49	高坪山(虚空蔵登山口)	たかつぼやま	1	A	虚空蔵登山口	203	571	虚空蔵登山口	203	1.5	2.9	0.36	0.36	7.4	村上市荒川支所産業観光室(0254-62-3105)
か 50	多宝山(岩室温泉丸小山公園)天神山ルート	たほうざん	2	A	岩室温泉丸小山公園	15	634	岩室温泉丸小山公園	15	3.5	6.9	0.71	0.71	15.5	新潟市西蒲区産業観光課(0256-72-8454) 岩室温泉観光協会(0256-82-5715)
か 51	多宝山(岩室神社)岩室神社ルート	たほうざん	2	A	岩室神社	18	634	岩室神社	18	3.8	7.5	0.75	0.75	17.1	新潟市西蒲区産業観光課(0256-72-8454) 岩室温泉観光協会(0256-82-5715)
か 52	多宝山(石瀬神社)林道石瀬神社ルート	たほうざん	2	A	石瀬神社	94	634	石瀬神社	94	2.8	5.3	0.57	0.57	12.7	新潟市西蒲区産業観光課(0256-72-8454) 岩室温泉観光協会(0256-82-5715)
か 53	頼母木山(足ノ松尾根登山口)	たもぎやま	4	C	足ノ松尾根登山口	470	1,730	足ノ松尾根登山口	470	10.8	12.4	1.42	1.42	38.3	胎内市商工観光課(0254-43-6111)
か 54	丹後山(十字峯登山センター)	たんごやま	4	C	十字峯登山センター	481	1,809	十字峯登山センター	481	8.8	12.5	1.58	1.58	36.3	南魚沼市商工観光課(025-773-6665)
か 55	天蓋山(広域農道登山口)	てんがいさん	1	A	広域農道登山口	439	634	広域農道登山口	439	1.2	0.7	0.17	0.17	4.1	村上市朝日支所産業観光室(0254-72-6883)
か 56	【周】鳥坂山(羽黒登山口駐車場)	とさかやま	2	A	羽黒登山口駐車場	70	439	羽黒登山口駐車場	70	2.6	4.8	0.43	0.43	10.6	胎内市商工観光課(0254-43-6111)
か 57	苗場山(蔵川駐車場)蔵川ルート	なえばさん	3	B	蔵川駐車場	1,268	2,145	蔵川駐車場	1,268	6.7	12.2	1.22	1.22	28.6	湯沢町産業観光部観光商工課(025-784-4850)
か 58	長楯山(蓮華温泉駐車場)	ながつがやま	5	C	蓮華温泉駐車場	1,476	2,267	蓮華温泉駐車場	1,476	13.3	22.5	1.81	1.81	50.0	糸魚川市青海事務所(025-562-2260代)
か 59	中ノ岳(十字峯登山センター)	なかのだけ	5	C	十字峯登山センター	442	2,085	十字峯登山センター	442	11.0	11.6	1.71	1.71	41.4	南魚沼市商工観光課(025-773-6665)
か 60	鍋倉山(関田峠登山口)	なべくらやま	2	B	関田峠登山口	1,115	1,289	関田峠登山口	1,115	3.4	5.5	0.30	0.30	11.0	上越市板倉区総合事務所(0255-78-2141)
か 61	二王子岳(二王子神社登山口)	にのうしだけ	3	B	二王子神社登山口	300	1,420	二王子神社登山口	300	6.5	10.4	1.22	1.22	28.2	新発田市観光振興課(0254-28-9960)
か 62	【縦】日本国(旧小俣小学校前登山口)蔵王口登山口)蛇逃峠	にほんこく	2	A	旧小俣小学校前登山口	106	555	蔵王口登山口	136	2.6	4.1	0.52	0.49	11.4	村上市山北支所産業観光室(0254-77-3115)
か 63	日本平山(早出川ダム)	にほんだいらさん	4	C	早出川ダム	197	1,081	早出川ダム	197	7.6	14.7	1.60	1.60	35.0	五泉市商工観光課(0250-43-3911) 阿賀町三川支所(0254-99-2311代)
か 64	【縦】鏡山(花立峠登山口)大人峠登山口)花立峠	のこぎりやま	2	C	花立峠登山口	232	765	大人峠登山口	579	2.0	3.4	0.57	0.22</		