



# 上越市板倉区

## ナビゲーションマップ

親鸞聖人の妻、恵信尼のふるさと上越市板倉区。  
雄大な眺望。眩い緑が敷き詰められた光ヶ原高原をはじめ、  
ぬくもりあふれる湯 やすらぎ荘。  
どこか懐かしい風景が、やさしさに満ちた休日彩ります。



### 信越トレイル自然道

総延長約60kmの自然道。新潟県と長野県の境を形づくる尾根沿いの栗山山脈がルートになります。長野県側は黒山山、栗村、新潟県側は田中城跡と東照宮跡に隣接し、西側は黒山山、北東側は十日町の旧松之山町と長野県栗村を分ける天木山、標高1,000m級の山脈が縦に自然道は冬には雪が降り積もる豪雪地帯で、それゆえ人の手が届かずにまですず、ブナの森や貴重な植物などが守られてきました。この豪雪地帯のロングトレイルは積雪の残る春から紅葉の終わる11月中旬までが適期。積雪期は雪が深くスノーシュー、ザンクを履いて歩く必要があります。春の残雪の中での新緑のあざやかなら盛夏のブナの森の涼風、秋の紅葉のブナ林と四季それぞれに美しい景観を楽しむことが出来る魅力いっぱいのルートです。

お問い合わせ  
NPO法人信越トレイルクラブ事務局 TEL 0269-69-2888



## 信越トレイル自然道

総延長80kmの自然道。新潟県と長野県の県境を形づくる尾根沿いの関田山脈がルートになります。長野県側は飯山市、栄村。新潟県側は旧中頸城郡と東頸城郡に隣接し、西南端は斑尾山、北東端は十日町市の旧松之山町と長野県栄村を分ける天水山。標高1,000m級の山脈が続くこの自然道は冬には積雪が8mを超える豪雪地帯であり、それゆえ人の手がいままでも入らず、ブナの森や貴重な植物などが守られてきました。この豪雪地帯のロングトレイルは残雪の残る春5月から紅葉の終わる11月中旬までが適期。積雪期は雪が深くスノーシュー、かんじきをはいても腰までの雪となります。春の残雪の中での新緑のあざやかさから盛夏のブナの森の涼風、秋の紅葉のブナ林と四季それぞれに美しい表情を楽しむことが出来る魅力いっぱいのルートです。

■問い合わせ  
NPO法人信越トレイルクラブ事務局 TEL 0269-69-2888

