

難易度	A	B	C	D	E
10 2以上 岩場		31 笹ヶ峰→野地峰			
9 1以上 岩場					
8					
7					
6					
5		3 石鎚山<堂ヶ森> 4 石鎚山<今宮> 43 堂ヶ森・石鎚山	11 石鎚山<堂ヶ森・天狗岳>		
4		9 石鎚山<天柱石> 12 石鎚山→瓶ヶ森 21 瓶ヶ森→笹ヶ峰 30 笹ヶ峰<平家平> 35 瓶ヶ峰→石鎚山	8 石鎚山<十字分岐・御塔谷・夜明け> 17 面河溪・石鎚山 19 瓶ヶ森 20 瓶ヶ森<瓶ヶ森男山>		
3		5 石鎚山 23 瓶ヶ森女山 25 寒風山・笹ヶ峰 28 笹ヶ峰<寒風山> 38 手箱山 42 堂ヶ森 48 平家平→寒風山 49 三ツ森山<三ツ森峰>	10 石鎚山<御塔谷・夜明け> (前落のため通行止め) 39 手箱山<筒上山> 40 手箱山・筒上山		
2	16 大座礼山 33 血ヶ嶺 34 血ヶ嶺<六部堂> 46 平家平 47 平家平	1 石鎚山 2 石鎚山 6 石鎚山 7 石鎚山 13 伊予富士 24 寒風山 26 寒風山<平家平> 27 黒森山<西山越・宮掛山> 29 笹ヶ峰 37 手箱山 41 堂ヶ森 45 東光森山 50 三ツ森山<三ツ森峰>	36 筒上山<手箱越>		
1 日帰り が可能	15 岩黒山 18 瓶ヶ森 22 瓶ヶ森女山 32 血ヶ嶺 44 野地峰	14 伊予富士			

数字が大きくなるほど体力が必要

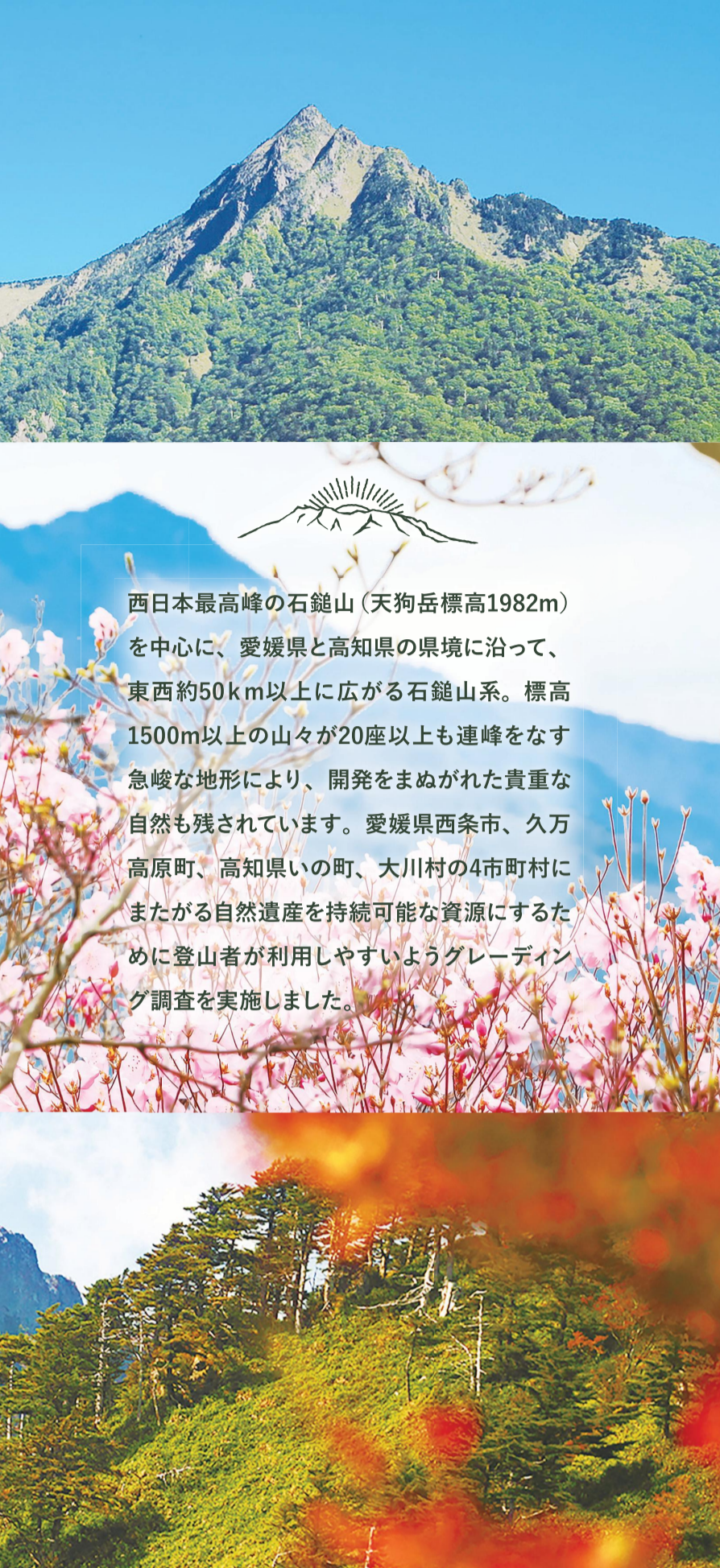
右になるほど難易度が増す

登山道	A	B	C	D	E
◇ 標高調整済 ◇ 転んだ場合でも転落・滑落の可能性は低い。 ◇ 道迷いの心配は少ない。	◇ 沢、崖、場所により雪渓などを通過 ◇ 急な登下降がある。 ◇ 道が分かりにくい所がある。 ◇ 転んだ場合の転落・滑落事故につながる場所がある。	◇ ハシゴ・くさり場、また、場所により雪渓や渡渉箇所がある。 ◇ ミスをすると転落・滑落などの事故になる場所がある。 ◇ 案内標識が不十分な箇所も含まれる。	◇ 崩れ岩壁や不安定なガレ場、ハシゴ・くさり場、激漕ぎを必要とする箇所、場所により雪渓や渡渉箇所がある。 ◇ 手を扱う急な登下降がある。 ◇ ハシゴ・くさり場や案内標識などの人工的な補助は限定的で、転落・滑落の危険箇所が多い。	◇ 緊張を強いられる厳しい岩壁の登下降が続く、転落・滑落の危険箇所が連続する。 ◇ 深い藪漕ぎを必要とする箇所が連続する場合がある。	◇ 地図読み能力、岩場、雪渓を安定して通過できるバランス能力や技術が必要 ◇ ルートファインディングの技術、高度な判断力が必要 ◇ 登山者によってはロープを扱わないと危険な場所もある。
◇ 登山の準備が必要	◇ 登山経験が必要 ◇ 地図読み能力があることが望ましい。	◇ 地図読み能力、ハシゴ・くさり場などを通できる身体能力が必要	◇ 地図読み能力、岩場、雪渓を安定して通過できるバランス能力や技術が必要 ◇ ルートファインディングの技術が必要	◇ 地図読み能力、岩場、雪渓を安定して通過できるバランス能力や技術が必要 ◇ ルートファインディングの技術、高度な判断力が必要 ◇ 登山者によってはロープを扱わないと危険な場所もある。	◇ 地図読み能力、岩場、雪渓を安定して通過できるバランス能力や技術が必要 ◇ ルートファインディングの技術、高度な判断力が必要 ◇ 登山者によってはロープを扱わないと危険な場所もある。

(注) 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するものです。必要体力度については、鹿屋体育大学 山本正憲教授の研究結果を元に評価しています。

ルート定数=コースタイム(時間)×1.8+ルート全長(km)×0.3+累積登り標高差(km)×10.0+累積下り標高差(km)×0.6

- 使用上の注意
- 1 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るので、それらにも配慮した計画を立てることが必要です。
 - 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がありますので、登山の際には、事前に山小屋や近くの警察署などに登山道の状況等を確認することをお勧めします。
 - 3 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。
 - 4 この表に記載した登山ルートは、石鎚山系で比較的登山者が多いものから選定したもので、必ずしも登山を推奨する登山ルートではありません。整備・維持管理されていないものを含みます。また、登山ルートの通行や山頂への到達、通行上の安全を保証するものではありません。
 - 5 登山される際は、十分な準備のもと、自己責任のもと、自己責任において入山してください。記載のルートにおける事故について責任は負いかねます。入山の際は登山計画書を提出してください。



西日本最高峰の石鎚山(天狗岳標高1982m)を中心に、愛媛県と高知県の県境に沿って、東西約50km以上に広がる石鎚山系。標高1500m以上の山々が20座以上も連峰をなす急峻な地形により、開発をまねがれた貴重な自然も残されています。愛媛県西条市、久万高原町、高知県の町、大川村の4市町村にまたがる自然遺産を持続可能な資源にするために登山者が利用しやすいようグレーディング調査を実施しました。



発行元
石鎚山系連携事業協議会

お問い合わせ
高知県土佐郡大川村小松27-1
0887-84-2211

2023年3月発行



石鎚山系
ISHIZUCHI
MOUNTAIN RANGE

ルートマップとグレーディング

石鎚山系連携事業協議会

アクセス

該当ルートNo.	登山口	車 公共交通機関
4	河口	いよ小松よりR11、県道12号経由、車で約30分 せとうちバス「西之川」行き「河口」バス下車すぐ
5 6 12	ロープウェイ成就駅	せとうちバス「ロープウェイ前」下車徒歩5分 ロープウェイで下谷駅から成就駅まで7分
7 8 15 36 37 39	土小屋	松山ICよりR33、県道12号経由、車で約1時間40分 伊予鉄南予バス「石鎚土小屋」行き「石鎚土小屋」バス下車すぐ
9	西之川登山口	いよ小松よりR11、県道12号経由、車で約40分 せとうちバス「西之川」行き「西之川」バス下車すぐ
10	八丁坂	石鎚山ロープウェイ「成就駅」下車徒歩約40分
11 42	保井野	いよ小松よりR11、県道153号経由、車で約1時間 せとうち周桑バス「保井野」行き「保井野」バス下車徒歩約1時間
18 21 22	瓶ヶ森駐車場	伊野ICよりR33、R194、町道瓶ヶ森線経由、車で約2時間
19 20	名古瀬登山口	R11、県道12号経由、車で約1時間せとうちバス「西之川」行き「西之川」バス下車徒歩約1時間
23	東之川登山口	R11、県道12号経由、車で約1時間せとうちバス「西之川」行き「西之川」バス下車徒歩約40分
27 29 31	笹ヶ峰西条側登山口	いよ西条ICよりR11、R194経由、車で約50分
43	保井野(バス停)	いよ小松よりR11、県道153号経由、車で約40分 せとうち周桑バス「保井野」行き「保井野」バス下車すぐ
1	上直瀬	松山ICよりR33、県道12号、153号経由、車で約1時間
2	前組本村	松山ICよりR33、県道12号、153号経由、車で約1時間20分
3 41	梅ヶ市	川内ICよりR11、R494経由、車で約1時間10分
17	面河	松山ICよりR33、県道12号、R494経由、車で約1時間20分 伊予鉄南予バス「面河」行き「石鎚土小屋」行き「面河」バス下車すぐ
32	上畑野川河之内	川内ICより県道23号、209号経由、車で約1時間
33 35	東明神	松山ICよりR33経由、車で約30分
34	東明神	松山ICよりR33経由、車で約30分
13 24 25 28	寒風山トンネル南口	伊野ICよりR33、R194経由、車で約1時間20分 西条ICよりR11、R194経由、車で約50分
14	伊予富士登山口	伊野ICよりR33、R194、町道瓶ヶ森線経由、車で約1時間40分 西条ICよりR11、R194、町道瓶ヶ森線経由、車で約1時間30分
26 30 47 48	高敷登山口	大豊ICよりR439、県道17号経由、車で約1時間20分
38 40	大瀧登山口	大豊ICよりR439、R194、県道40号経由、車で約1時間40分
16 45	大座礼山登山口	大豊ICよりR439、県道17号、6号経由、車で約1時間20分
44	朝谷登山口	大豊ICよりR439、県道17号経由、車で約1時間10分
46 49	小麦畝登山口	大豊ICよりR439、県道17号経由、車で約1時間30分
50	三ツ森登山口	大豊ICよりR439、県道17号経由、車で約1時間40分

石鎚山系登山ルート別 体力度&難易度グレーディング一覧表 (無雪期・天気良好時)

無雪期・天気良好時の「登山ルート別難易度評価」

四国山岳ガイド協会
愛媛山岳連盟
高知県山岳連盟
監修

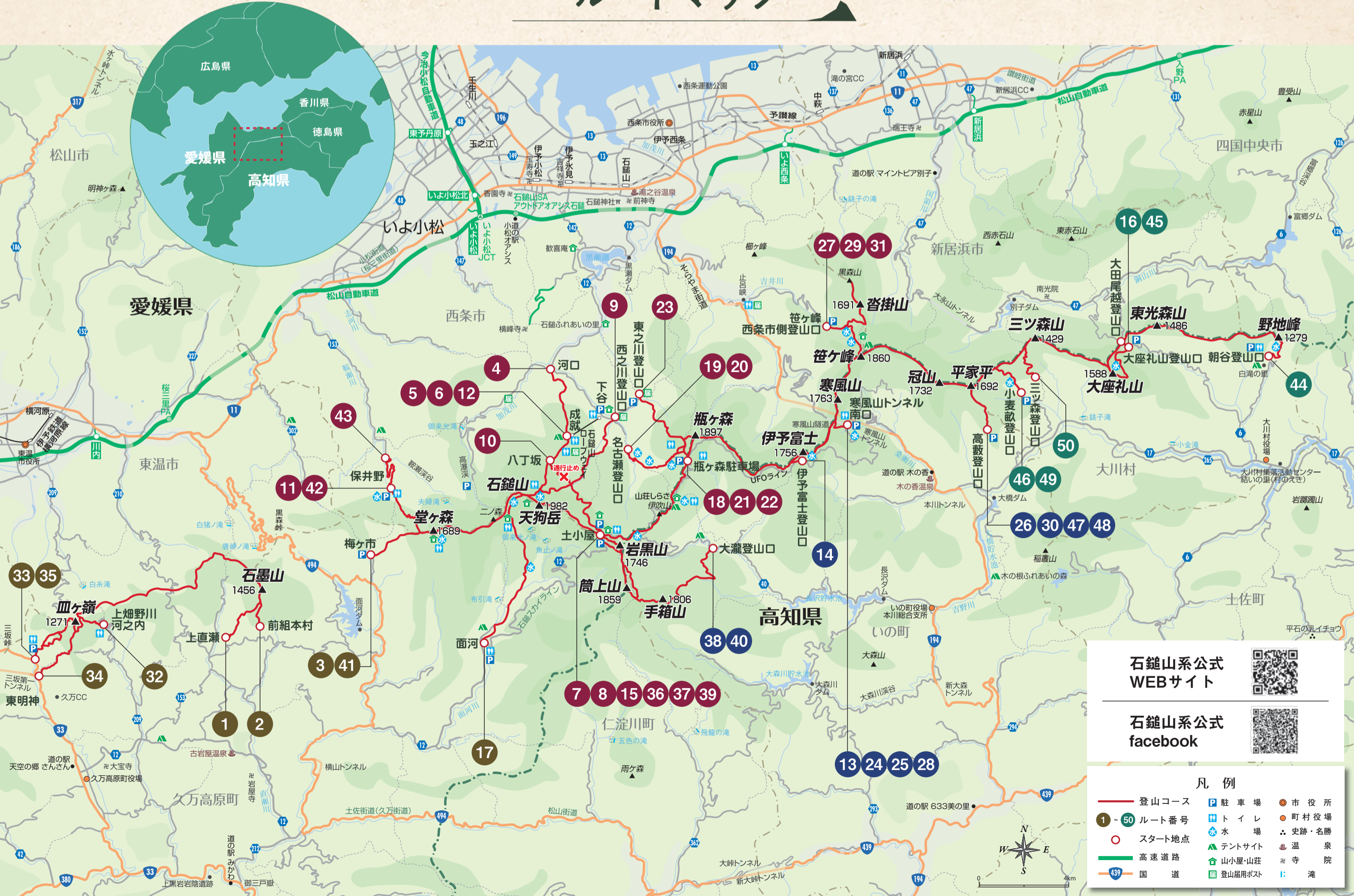
番号	ルート名称	YAMAP 体力度 レベル	難易度 レベル	スタート地点		ルート中の最高地点		終了地点		合計 コース タイム	ルート 長 (km)	累積登り 標高差 (km)	累積下り 標高差 (km)	ルート 定数
				地名	標高(m)	地名	標高(m)	地名	標高(m)					
1	石鎚山(久万高原町上直瀬)	2	B	久万高原町上直瀬	678	石鎚山	1,456	久万高原町上直瀬	678	3.4	7.4	0.75	0.75	16.2
2	石鎚山(久万高原町前組本村)	2	B	久万高原町前組本村	914	石鎚山	1,456	久万高原町前組本村	914	2.5	3.5	0.45	0.45	10.3
3	石鎚山(梅ヶ市) <堂ヶ森>	5	B	梅ヶ市	750	石鎚山・弥山	1,972	梅ヶ市	750	12.8	18.7	1.64	1.64	45.9
4	石鎚山(河口) <宍宮>	5	B	河口	268	石鎚山・弥山	1,972	河口	268	11.3	18.6	1.95	1.95	46.6
5	石鎚山(成就(ロープウェイ))	3	B	成就(ロープウェイ)	1,300	石鎚山・弥山	1,972	成就(ロープウェイ)	1,300	5.3	8.5	1.10	1.10	23.8
6	石鎚山(成就(ロープウェイ)・土小屋)	2	B	成就(ロープウェイ)	1,300	石鎚山・弥山	1,972	土小屋	1,492	4.7	8.8	0.83	0.82	19.7
7	石鎚山(土小屋)	2	B	土小屋	1,492	石鎚山・弥山	1,972	土小屋	1,492	3.8	9.2	0.84	0.84	18.6
8	石鎚山(土小屋) <十字分岐・御塔谷・夜明峠>	4	C	土小屋	1,492	石鎚山・弥山	1,972	土小屋	1,492	5.8	14.3	1.48	1.48	30.4
9	石鎚山(西之川・成就(ロープウェイ)) <天柱石>	4	B	西之川	440	石鎚山・弥山	1,972	成就(ロープウェイ)	1,300	7.7	15.2	1.66	1.66	35.9
10	石鎚山(八丁坂) <御塔谷・夜明峠> (前落のため通行止め)	3	C	八丁坂	1,314	石鎚山・弥山	1,972	八丁坂	1,314	4.7	12.4	1.39	1.39	26.9
11	石鎚山(保井野登山口) <堂ヶ森・天狗岳>	5	C	保井野登山口	558	天狗岳	1,982	保井野登山口	558	11.8	18.1	1.93	1.93	47.1
12	石鎚山(瓶ヶ森(成就(ロープウェイ)・瓶ヶ森駐車場))	4	B	成就(ロープウェイ)	1,300	石鎚山・弥山	1,972	瓶ヶ森駐車場	1,670	8.3	16.4	1.77	1.18	38.3
13	伊予富士(寒風山トンネル南口)	2	B	寒風山トンネル南口	1,110	伊予富士	1,756	寒風山トンネル南口	1,110	3.8	5.9	0.81	0.81	17.2
14	伊予富士(伊予富士登山口)	1	B	伊予富士登山口	1,552	伊予富士	1,756	伊予富士登山口	1,552	1.9	3.0	0.15	0.15	5.9
15	岩黒山(土小屋)	1	A	土小屋	1,492	岩黒山	1,746	土小屋	1,492	1.4	2.3	0.17	0.17	5.0
16	大座礼山(大座礼山登山口)	2	A	大座礼山登山口	1,113	大座礼山	1,588	大座礼山登山口	1,113	3.3	4.7	0.50	0.50	12.7
17	面河溪・石鎚山(面河・土小屋)	4	C	面河(関門)	648	石鎚山・弥山	1,972	土小屋	1,492	7.5	12.8	1.49	0.64	32.6
18	瓶ヶ森(瓶ヶ森駐車場)	1	A	瓶ヶ森駐車場	1,670	瓶ヶ森	1,897	瓶ヶ森駐車場	1,670	1.5	3.0	0.26	0.26	6.3
19	瓶ヶ森(名古瀬登山口)	4	C	名古瀬登山口	570	瓶ヶ森	1,897	名古瀬登山口	570	6.3	12.0	1.50	1.50	30.8
20	瓶ヶ森(名古瀬登山口・東之川登山口) <瓶ヶ森男山>	4	C	名古瀬登山口	570	瓶ヶ森	1,897	東之川登山口	580	6.6	11.5	1.45	1.48	30.7
21	瓶ヶ森→瓶ヶ森(瓶ヶ森駐車場・笹ヶ峰西条市側登山口)	4	B	瓶ヶ森駐車場	1,670	瓶ヶ森	1,897	笹ヶ峰西条市側登山口	1,000	10.2	16.7	1.32	1.88	37.7
22	瓶ヶ森女山(瓶ヶ森駐車場)	1	A	瓶ヶ森駐車場	1,670	瓶ヶ森	1,897	瓶ヶ森駐車場	1,670	1.3	2.0	0.19	0.20	5.0
23	瓶ヶ森女山(東之川登山口)	3	B	東之川登山口	580	瓶ヶ森	1,897	東之川登山口	580	6.4	8.6	1.41	1.41	29.0
24	寒風山(寒風山トンネル南口)	2	B	寒風山トンネル南口	1,110	寒風山	1,763	寒風山トンネル南口	1,110	3.6	4.5	0.66	0.66	14.8
25	寒風山・笹ヶ峰(寒風山トンネル南口・笹ヶ峰西条市側登山口)	3	B	寒風山トンネル南口	1,110	笹ヶ峰	1,860	笹ヶ峰西条市側登山口	1,000	5.1	7.9	0.83	0.93	20.4
26	冠山(高敷登山口) <平家平>	2	B	高敷登山口	1,073	冠山	1,732	高敷登山口	1,073	4.4	8.3	0.65	0.65	17.3
27	黒森山(笹ヶ峰西条市側登山口) <西山越・岩掛山>	2	B	笹ヶ峰西条市側登山口	1,000	岩掛山	1,691	笹ヶ峰西条市側登山口	1,000	4.5	7.6	0.74	0.74	18.3
28	笹ヶ峰(寒風山トンネル南口) <寒風山>	3	B	寒風山トンネル南口	1,110	笹ヶ峰	1,860	寒風山トンネル南口	1,110	6.4	9.5	1.00	1.00	24.9
29	笹ヶ峰(笹ヶ峰西条市側登山口)	2	B	笹ヶ峰西条市側登山口	1,000	笹ヶ峰	1,860	笹ヶ峰西条市側登山口	1,000	3.7	6.8	0.79	0.79	17.1
30	笹ヶ峰(高敷登山口) <平家平・冠山>	4	B	高敷登山口	1,073	笹ヶ峰	1,860	高敷登山口	1,073	8.3	16.4	1.15	1.15	32.1
31	笹ヶ峰・野地峰(笹ヶ峰西条市側登山口・朝谷登山口)	8	B	笹ヶ峰西条市側登山口	1,000	笹ヶ峰	1,860	朝谷登山口	839	21.8	30.0	2.26	2.44	72.3
32	皿ヶ嶺(久万高原町上畑野川河之内)	1	A	久万高原町上畑野川河之内	925	皿ヶ嶺	1,271	久万高原町上畑野川河之内	925	2.1	4.0	0.33	0.33	8.6
33	皿ヶ嶺(久万高原町東明神ノ木)	2	A	久万高原町東明神ノ木	670	皿ヶ嶺	1,271	久万高原町東明神ノ木	670	3.5	7.5	0.58	0.58	14.8
34	皿ヶ嶺(久万高原町東明神ノ木) <六部堂越>	2	A	久万高原町東明神ノ木	670	皿ヶ嶺	1,271	久万高原町東明神ノ木	670	4.4	7.4	0.64	0.64	16.9
35	皿ヶ嶺→石鎚山(久万高原町東明神ノ木・前組本村)	4	B	久万高原町東明神ノ木	670	石鎚山	1,456	久万高原町前組本村	885	10.4	17.6	1.38	1.16	38.5
36	筒上山(土小屋) <手箱越>	2	C	土小屋	1,492	筒上山	1,859	土小屋	1,492	4.0	7.7	0.70	0.70	16.9
37	手箱山(土小屋・大瀧登山口)	2	B	土小屋	1,492	手箱山	1,806	大瀧登山口	740	4.8	11.2	0.70	1.38	19.8
38	手箱山(大瀧登山口)	3	B	大瀧登山口	740	手箱山	1,806	大瀧登山口	740	5.8	11.6	1.30	1.30	27.7
39	手箱山(土小屋) <筒上山>	3	C	土小屋	1,492	筒上山	1,859	土小屋	1,492	5.8	11.1	0.85	0.85	22.8
40	手箱山・筒上山(大瀧登山口・土小屋)	3	C	大瀧登山口	740	筒上山	1,859	土小屋	1,492	6.1	11.5	1.45	0.74	29.3
41	堂ヶ森(梅ヶ市)	2	B	梅ヶ市	750	堂ヶ森	1,689	梅ヶ市	750	4.7	7.3	0.84	0.84	19.6
42	堂ヶ森(保井野登山口)	3	B	保井野登山口	558	堂ヶ森	1,689	保井野登山口	558	4.3	6.6	1.11	1.11	21.5
43	堂ヶ森・石鎚山(保井野・土小屋)	5	B	保井野(バス停)	415	石鎚山・弥山	1,972	土小屋	1,492	8.4	17.2	2.12	1.00	42.0
44	野地峰(朝谷登山口)	1	A	朝谷登山口	839	野地峰	1,279	朝谷登山口	839	2.4	3.1	0.42	0.42	9.7
45	東光森山(大座礼山登山口)	2	B	大座礼山登山口	1,113	東光森山	1,486	大座礼山登山口	1,113	3.1	4.5	0.44	0.44	11.6
46	平家平(小麦畝登山口)	2	A	小麦畝登山口	970	平家平	1,692	小麦畝登山口	970	4.0	7.3	0.83	0.83	18.1
47	平家平(高敷登山口)	2	A	高敷登山口	1,073	平家平	1,692	高敷登山口	1,073	2.8	5.0	0.51	0.51	11.9
48	平家平→寒風山(高敷登山口・寒風山トンネル南口)	3	B	高敷登山口	1,073	笹ヶ峰	1,860	寒風山トンネル南口	1,110	7.3	12.8	1.08	1.06	28.4
49	三ツ森山(三ツ森登山口) <三ツ森峠>	3	B	小麦畝登山口	970	三ツ森山	1,429	小麦畝登山口	970	5.6	8.9	0.98	0.98	23.1
50	三ツ森山(三ツ森登山口) <三ツ森峠>	2	B	三ツ森登山口	1,040	三ツ森山	1,429	三ツ森登山口	1,040	3.4	5.6	0.66	0.66	14.8



1. YAMAPにログイン、スタート画面より「石鎚山」で検索、無料地図をダウンロード。
2. 地図ダウンロード後、「地図を見る」をタップ。
3. 地図画面にて右上歯車マークから便利ツール内「コースの表示」をタップ。
4. 地図上に表示させたいルートを選択。

ご不明な点は株式会社ヤマップまでお問い合わせください。
メールアドレス support@yamap.co.jp
電話番号 092-292-2427
窓口営業時間 9:00 ~ 17:00 (土日祝日・年末年始・お盆時期を除く)

ルートマップ



石鎚山系公式
WEBサイト



石鎚山系公式
facebook



凡例

- 登山コース
- 1 - 50 ルート番号
- スタート地点
- 高速道路
- 国道
- 駐車場
- トイレ
- 水場
- テントサイト
- 山小屋・山荘
- 登山用ポスト
- 市役所
- 町村役場
- 史跡・名勝
- 温泉
- 寺院
- 滝