

# 野沢温泉スキー場

## グレンデマップ 2025

# 冬よ、つづけ。

### Toward the Next 100

- 凡例**
- ゴンドラ
  - リフト
  - 遊ロード(動く歩道)
  - 公衆電話
  - チケットセンター
  - トイレ
  - 上級者コース
  - 中級者コース
  - 初級者コース
  - ポール(要予約)
  - コース
  - アクセスポイント
  - ナイター
  - パトロール
  - シブスカイライド
  - スキースクール
  - レンタル
  - レストラン
  - 更衣室・スキーロッカー
  - インフォメーション
  - シャトルバス乗場
  - 駐車場
  - ソリグレンデ・キッズパーク(レストハウスやまびこ横)

スキー場区域外(バックカントリー)へアクセスする場合は、毛無山山頂に設置してある「アクセスポイント①又は②」の扉を通過してください。※小雪時は、設置しておりません。※規制ロープを渡る行為は禁止されています。

### 滑走可能用具

スキー Ski	スノーボード Snowboard	スノースクート Snowscoot	スノーフィット Snowfeet
スノモト Snowmoto	エアボード Air board	セパレートスノーボード Separate snowboards	スノースケート Snowskate

上記滑走用具以外はソリ専用グレンデ及びキッズパークでお楽しみください。  
※リッシュコードは必ず装着ください。 ※表示滑走用具以外はリフトに搭乗できません。  
※スノーシューは日影ゴンドラリフト、長坂ゴンドラリフト、上ノ平フォアリフトのみ乗車可能です。

- 新雪エリア(非圧雪)**
- スキー場区域**
- スキー場区域外**
- 立入禁止区域**
- 自己責任特別区域(やまびこ)**  
※救助を必要とする場合 救助費用が発生します。
- 警告:スキー場区域外、立入禁止区域は、スキー場パトロールが救助に行くとができません。**

### スキー場利用規則

- 1.他人を害すたり、おびやかしらしてはならない。
- 2.地形・天候・雪質・技量・体調・体感・道標等の状況に合わせてスピードをコントロールし、いつでも危険を避けるために止まれるよう滑り方を進めなければならない。
- 3.前に行っている人の滑走を妨害してはならない。
- 4.追い越すときは、その人の間隔を十分にあげなければならない。
- 5.滑り出すとき、合流するとき、斜面を横切るときは、上をよく見て安全を確認しなければならない。
- 6.コースの中で寄り道してはならない。せまい所や上から見通せない所では立ち止まることも慎まなければならない。転んだときは、すばやくコースをあげなければならない。
- 7.登るとき、歩くとき、止まるときには、コースの端を利用しなければならない。
- 8.スキーやボードには、流れ止めをつけないといけない。
- 9.指示・標識・場内放送等の注意を守り、スキーやボード・スキー場係員の指示に従わなければならない。
- 10.事故があったときは救助活動と通報に協力し、当事者・目撃者を問わず身元を明らかにしなければならない。

### リフト利用時の注意

- あなたの行動は、あなたと他の利用者全員の安全に関わっています。リフトの利用にあたっては、責任と義務がともないます。次のことを守ってください。
- <乗車時>**
- 1.リフト利用に不安な方は、申し出て下さい。
  - 2.「のりば」の表示位置でスキー、ボードを正しく前に向けて待機してください。
  - 3.乗りこえたら、直ぐにリフトから離れてください。
  - 4.スキーヤーは、ストックが隣の人の迷惑にならないよう注意してください。
  - 5.リュック等はベルトにのり、衣服等のヒモにも注意してください。
  - 6.ボードは、流れ止めをつけ、ハイバックをたんでください。
- <乗車中>**
- 1.セーフティーバーを下ろし、深く腰をかけてください。
  - 2.乗っている時は、次のことを行わないでください。
    - (1) イスを揺らすこと。
    - (2) イスから飛び降りること。
    - (3) イスの上でふざけたり、後ろを向いたりすること。
    - (4) ストック等が柱などに当たること。
  - 3.リフトが止まっても飛び降りないでください。
- <降車時>**
- 1.「のりば」が近づいたら降りる準備をし、降り後はまっすぐに進んでください。

### グレンデ・コース

- |    |                             |        |
|----|-----------------------------|--------|
| 1  | やまびこグレンデ A コース              | 1,300m |
| 2  | やまびこグレンデ B コース              | 800m   |
| 3  | やまびこグレンデ C コース              | 850m   |
| 4  | やまびこグレンデ D コース              | 1,250m |
| 5  | やまびこグレンデ E コース              | 1,000m |
| 6  | 小毛無グレンデ A コース               | 200m   |
| 7  | 小毛無グレンデ B コース               | 200m   |
| 8  | 上ノ平グレンデ                     | 2,000m |
| 9  | 上ノ平グレンデファミリーレーン             | 800m   |
| 10 | パラダイスグレンデ                   | 1,200m |
| 11 | 温の峰グレンデ                     | 700m   |
| 12 | 水無グレンデ A コース                | 800m   |
| 13 | 水無グレンデ B コース                | 700m   |
| 14 | 水無グレンデ C コース                | 2,500m |
| 15 | ブナ林コース                      | 1,500m |
| 16 | ジュナイダーコース                   | 1,500m |
| 17 | チャレンジコース                    | 1,200m |
| 18 | チャレンジ39度のカベ                 | 300m   |
| 19 | ユートピア A コース                 | 400m   |
| 20 | ユートピア B コース                 | 350m   |
| 21 | 林間コース                       | 5,000m |
| 22 | 牛首コース                       | 1,200m |
| 23 | 黒靴コース                       | 550m   |
| 24 | カンダハーグレンデ西コース               | 990m   |
| 25 | カンダハーグレンデ東コース               | 990m   |
| 26 | スカイラインコース                   | 3,500m |
| 27 | グランプリコース                    | 800m   |
| 28 | ジャンピングコース                   | 500m   |
| 29 | 日影グレンデ A コース                | 600m   |
| 30 | 日影グレンデ B コース                | 200m   |
| 31 | 日影のカベ                       | 300m   |
| 32 | 伊勢宮グレンデ                     | 250m   |
| 33 | 長坂グレンデ                      | 700m   |
| 34 | 向林コース                       | 200m   |
| 35 | 橋沢グレンデ                      | 3,000m |
| 36 | はちまんコース                     | 250m   |
| 37 | 林間コース(ショートカット)              | 250m   |
| 38 | 長坂連絡コース                     | 1,000m |
| 39 | クマカカコース                     | 1,300m |
| 40 | キツネコース                      | 650m   |
| 41 | 橋沢連絡コース                     | 1,050m |
| 42 | カモシカコース                     | 950m   |
| 43 | タヌキコース                      | 900m   |
| 44 | ウサギコース                      | 500m   |
| 45 | 野沢温泉シャンツェ                   |        |
| 46 | オリンピックスポーツパーク 南原クロスカントリーコース |        |

### ゴンドラ・リフト

- |    |               |        |
|----|---------------|--------|
| 1  | 長坂ゴンドラリフト     | 3,129m |
| 2  | 日影ゴンドラリフト     | 2,274m |
| 3  | やまびこフォアリフト    | 1,097m |
| 4  | やまびこ第2フォアリフト  | 732m   |
| 5  | スカイライン連絡ベアリフト | 198m   |
| 6  | 上ノ平フォアリフト     | 1,752m |
| 7  | パラダイスフォアリフト   | 934m   |
| 8  | チャレンジベアリフト    | 1,233m |
| 9  | ユートピアベアリフト    | 401m   |
| 10 | カンダハーベアリフト    | 872m   |
| 11 | 日影フォアリフト      | 523m   |
| 12 | 遊ロード(動く歩道)    | 288m   |
| 13 | 日影トリプルリフト     | 201m   |
| 14 | 長坂トリプルリフト     | 271m   |
| 15 | 長坂フォアリフト      | 664m   |
| 16 | 長坂ゴンドラ連絡ベアリフト | 431m   |

### グレンデ内レストラン・食堂ガイド

- | エリア                 | 店舗名                  | 電話(0269)      |
|---------------------|----------------------|---------------|
| <b>やまびこエリア</b>      |                      |               |
| 1                   | レストハウス やまびこ          | ☎85-3523      |
| 2                   | キッチン セアボス            | ☎85-3523      |
| <b>上ノ平エリア</b>       |                      |               |
| 4                   | 上ノ平ロッヂ               | ☎85-2603      |
| <b>パラダイスエリア</b>     |                      |               |
| 5                   | はくぎん                 | ☎85-2617      |
| 6                   | パラマハウス ふな            | ☎85-3894      |
| 7                   | 太郎小屋                 | ☎85-2247      |
| 8                   | ホバイ                  | ☎85-2247      |
| 9                   | 上ノ平山荘                | ☎85-2248      |
| <b>ユートピア・伊勢宮エリア</b> |                      |               |
| 10                  | ユートピア食堂              | ☎85-3055      |
| 12                  | カシールハウス              | ☎85-3179      |
| 13                  | ロッヂ でんばえ             | ☎85-3838      |
| 16                  | 三井食堂                 | ☎85-2997      |
| <b>日影エリア</b>        |                      |               |
| 17                  | グリーンハウス マルティ         | ☎85-2838      |
| 18                  | Schuss!              |               |
| 19                  | the ANDs             | ☎85-2275      |
| 20                  | サン・ヤマキ               | ☎85-2800      |
| 21                  | Snow base 七兵衛酒造 日影店  | ☎85-2519      |
| 22                  | カフェ&レスト オリブ          | ☎85-3732      |
| 23                  | 食事処 かずみ              | ☎85-2453      |
| 24                  | 久保田食堂                |               |
| <b>長坂エリア</b>        |                      |               |
| 24                  | 山のホテル 大瀬レストラン        | ☎85-4000      |
| 25                  | 食処 河原                | ☎85-2458      |
| 26                  | Café STEP            | ☎0269-67-0112 |
| 27                  | レストラン カントリーババ        | ☎85-2646      |
| 28                  | 長野市第1ターミナル 野沢温泉スキー場店 |               |
| 30                  | 野沢温泉スリ・ナショナル         | ☎85-4567      |
| 31                  | Nagasaka Café        | ☎85-3166      |

## 野沢温泉スキー場

〒389-2502  
長野県下高井郡野沢温泉村豊郷7653  
https://nozawaski.com

**総合案内** スキー場管理事務所 (8:00~17:00)  
TEL.0269-85-3166

**紛失物の問い合わせ** スキーセンター (8:30~16:30)  
TEL.0269-85-2133

**ケガをした時 発見した時は** スキー場パトロール本部 (8:30~17:00)  
TEL.0269-85-3456



### 野沢温泉村スキー場安全条例

野沢温泉村では、野沢温泉スキー場を訪れるお客様が、より安全にスノースポーツを楽しんでいただくことを目的に、全国に先駆けて「野沢温泉村スキー場安全条例」を定めました。これは、村・スキー場管理者にしっかりと安全対策を確保することを求めると同時に、スキー場利用者に対して最も最低限のルールとマナーを守っていただき、楽しい思い出を持ち帰っていただくために定めたものです。

**(目的)**  
第1条 この条例は、野沢温泉村区域内にあるスキー場(以下「スキー場」という。)におけるスキー場利用者(以下「スキーヤー」という。)、野沢温泉村(以下「村」という。))及び野沢温泉村公営企業の設置等に関する条例(昭和43年条例第1号)第10条第1項により指定を受けた者(以下「指定管理者」という。))の責務を明確にし、スキー場内における事故を防止するとともに、スノースポーツにより安全で楽しいものとするを目的とする。

**(遵守義務)**  
第2条 スキーヤー、村及び指定管理者は、法令及び本条例に定めるもののほか、国際スキー連盟が定めたインターナショナルスポーツセンターの安全ガイドライン及び全国スキー安全対策協議会が定めた国内スキー等安全基準(以下「本条例等」という。))を遵守しなければならない。

**(雪上スポーツの特質)**  
第3条 スキー、スノーボードに代表される雪上滑走用具の全ては、冬山の地勢を利用した高度の危険を内包したスポーツであり、スキーヤーは様々な気象条件のもとで斜面、雪質、コースの変化、混雑状況等に自己の技量、技術を対応させ、スピード、進行方向をコントロールしながら滑走し、自己及び他のスキーヤーの安全に対して責任を自覚し、自己責任のもとに行われるスポーツと認識しなければならない。

**(スキーヤーの責務)**  
第4条 スキーヤーは、常に自己及び他のスキーヤーの安全に対し責任を自覚し、かつ安全を確保しなければならない。

**(パトロールの責務)**  
第5条 スキーヤーは、指定管理者が定めた安全対策を遵守するとともに、スキー場職員及びパトロール職員の指示に従って行動しなければならない。

**(スキーヤー以外の利用者の責務)**  
第6条 スキーヤー以外の利用者は、スキー場内において、スキーヤーを保護するために必要な安全対策を講ずる必要があり、リフト乗り場に掲示してある注意事項及び指定管理者の指示に従って行動しなければならない。

**(スキースクール及びスキークラブの責務)**  
第7条 スキースクール及びスキークラブ(以下「スキースクール」という。)は本条例等を円滑に実施できるよう、協力しなければならない。

**(スキー場管理者及び指定管理者の責務)**  
第8条 スキー場管理者、指定管理者は、スキー場内の安全対策を推進するとともに、国土交通省の監督及び指導に従わなければならない。

**(雪上車管理者及び雪上車運転者の責務)**  
第9条 雪上整備車、スノーモービル、雪上運搬車、除雪車(以下「雪上車」という。))の管理者及び運転者は、雪上車の種別に応じ、本条例等及び野沢温泉スキー場雪上車運行安全運転協会の定める野沢温泉スキー場区域内雪上車運行許可要綱を遵守し、安全に配慮しなければならない。

**(入場禁止等)**  
第10条 指定管理者は、スキー場の秩序を乱し、若しくは且つそれがスキーヤーの入場を拒否することができる。

**(使用禁止等)**  
第11条 スキーヤーは、第7条第1項に定められたスキー場区域内に属さない区域において発生した事故により捜索救助を受けた場合は、その費用を指定管理者に弁償しなければならない。

**(環境と景観保全の義務)**  
第12条 スキーヤー、村及び指定管理者は、自分達が意思を受けている環境と景観を次

代に残すため、その保全に努めなければならない。

**(事故等の通報及び報告義務)**  
第13条 第7条第1項に定めるスキー場区域において発生した事故の当事者、発見者及び目撃者(以下「事故の当事者」という。))は、パトロール職員に事故の状況を正確に伝えるとともに、けが人を援助しなければならない。

**(罰則)**  
第14条 この条例に定めらるもののほか、この条例の施行に関し必要な事項は、村長が別に定める。

**(経過)**  
第15条 この条例は、平成22年12月1日から施行する。

任意保険  
ご加入のすすめ

当スキー場では、万が一の事故やケガ、用品の損害等に備え、事前に任意の保険に加入されることをおすすめします。

※保険のご加入、及び費用負担はお客様ご自身の判断と責任において行ってください。※当スキー場では保険のあつせん及び契約取扱等は行っていません。

※マークの店舗では食事券がご利用いただけます。  
※電話は時間帯により繋がらない場合もあります。