霧島ジオパーク・霧島錦江湾国立公園

霧島山トレッキングマップ

2026.2 編集

霧島山は活火山です ～最新の火山情報をチェック！～

霧島山は近年も大小の噴火を繰り返してきた活火山です。登山の計画を立てる場合は、気象庁の「噴火警戒レベル」や「火山登山者向け情報提供ページ」、「火山観測データ」等の最新の火山情報を確認しましょう。

また、火山活動の状況によっては、立入規制区域や通行できない登山道・道路がある場合があります。こちらも事前に調べておきましょう。

霧島市　えびの市

または

霧島山登山道の規制状況 検索

予報・警戒	対象範囲	レベル	登山者・入山者への防災対応
噴火警報	居住地域及びそれより火口側	5避難	－
		4高齢者等避難	－
火口周辺警報	火口から居住地域近くまで	3入山規制	登山禁止・入山規制等、危険な地域への立入規制等（状況に応じて規制範囲を判断）
	火口周辺	2火口周辺規制	火口周辺への立入規制等（状況に応じて規制範囲を判断）
噴火予報	火口内等	1活火山であることに留意	特になし（状況に応じて火口内への立入規制等）

霧島山の活動状況をチェック！登山前に最新の情報を入手しましょう

火山登山者向け情報提供ページ　火山観測データ

えびの岳(1293m)

えびの高原から南側に目を向けたときに、小高いなだらかな丘のように見えるのがえびの岳です。韓国岳の登山道からえびの岳を眺めると、直径1kmほどの大きな火口がはっきり見えます。えびの岳の登山道は、火口の縁をなぞるように1時間ほどで一周できます。途中にある展望所からは北側にはえびの高原を、南側には桜島や錦江湾を一望でき、360°のパノラマが広がります。霧島山の中でも比較的古い火山であるため、深い森が発達しているのが特徴で、春には新緑、秋には美しい紅葉を楽しむことができます。

栗野岳(1102m)

栗野岳は、霧島山の中でも初期にできた古い火山とされています。

野外美術館「霧島アートの森」の約200m先に「日本一の枕木階段」があり、その先に「登山道入口」があります。

カシワの原生林、もみじ群生地を通り、山頂からは韓国岳や錦江湾、桜島など大パノラマが望めます。

登山口は3カ所あり、それぞれの周遊ルートを楽しめます。

Information

毎日運行 霧島連山周遊バス

お問い合わせ：鹿児島交通（国分営業所）☎0995-45-6733

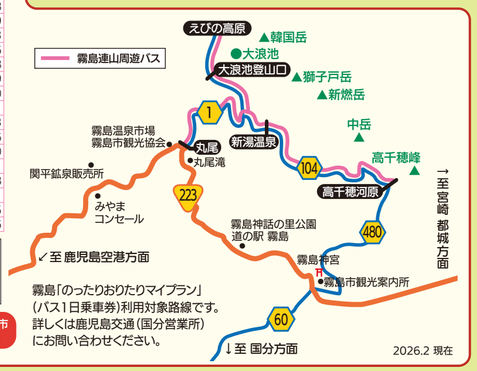
丸尾↔えびの高原↔高千穂河原

丸尾①	8:30	10:30	12:30
丸尾温泉	8:31	10:31	12:31
硫黄谷	8:35	10:35	12:35
霧島いわさきホテル	8:38	10:38	12:38
新湯温泉入口	8:45	10:45	12:45
新湯展望台	8:46	10:46	12:46
大浪池登山口	8:50	10:50	12:50
新床展望台	8:53	10:53	12:53
つつじヶ丘	8:55	10:55	12:55
えびの高原(着)	8:56	10:56	12:56
えびの高原(発)	9:00	11:00	13:00
つつじヶ丘	9:01	11:01	13:01
新床展望台	9:03	11:03	13:03
大浪池登山口	9:06	11:06	13:06
新湯展望台	9:10	11:10	13:10
新湯温泉入口	9:11	11:11	13:11
新湯温泉	9:12	11:12	13:12
新湯事業所	9:13	11:13	13:13
湯之野温泉	9:17	11:17	13:17
高千穂河原	9:29	11:29	13:29
湯之野温泉			13:41
新湯事業所			13:45
新湯温泉			13:46
新湯温泉入口			13:47
霧島いわさきホテル			13:54
硫黄谷			13:57
丸尾温泉			14:01
丸尾②			14:02

高千穂河原	15:30
湯之野温泉	15:42
新湯事業所	15:46
新湯温泉	15:47
新湯温泉入口	15:48
新湯展望台	15:49
大浪池登山口	15:53
新床展望台	15:56
つつじヶ丘	15:58
えびの高原(着)	15:59
えびの高原(発)	16:00
つつじヶ丘	16:01
新床展望台	16:03
大浪池登山口	16:06
新湯展望台	16:10
新湯温泉入口	16:11
霧島いわさきホテル	16:18
硫黄谷	16:21
丸尾温泉	16:25
丸尾②	16:26

時刻表（市HP）

最新の時刻表は霧島市HPでご確認ください。



霧島「のったりおりたりマイプラン」（パス1日乗車券）利用対象路線です。詳しくは鹿児島交通（国分営業所）にお問い合わせください。

2026.2 現在

快適なトレッキングのために 登山をするにあたっての注意事項

【マナー】

- ゴミは必ず持ち帰りましょう。
- 道迷い防止、植生保護のため登山道からは外れず、登りのひとに道をゆずりましょう。
- 直火はNG！火器の使用には気を付けて！
- 自然のものは自然のままで。植物や動物の採取・損傷は法律で禁止されています。

えびのエコミュージアムセンターフィールドマナー

霧島ジオパークイメージキャラクター「キリッチ」

【安全】

- 登山ルート、天気、火山活動などの情報は事前に入手し確認しておきましょう。
- 登山は自己責任が原則です。入山前には登山届を出し、ゆとりのある登山計画を立てましょう。
- 持ち物（地図、帽子、手袋、警笛、食料、飲み物、コンパス、携帯電話、携帯トイレなど）を確認し登山に適した服装で登山しましょう。また、雨具や防寒具の準備も忘れずに！

※携帯電話は一部通話できないエリアがあります。

登山に関するお問い合わせ先

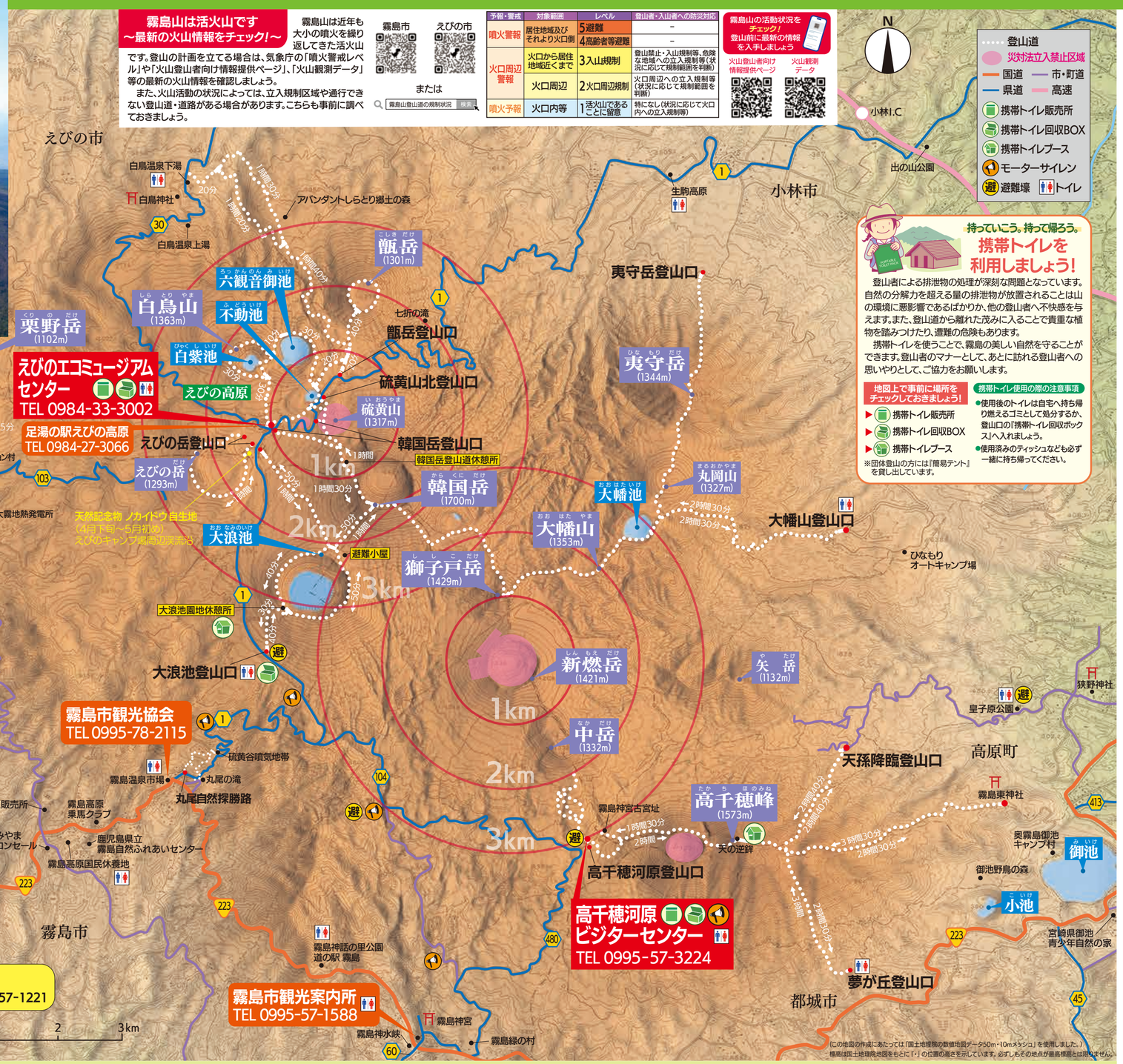
高千穂河原ビジターセンター	0995-57-3224		
えびのエコミュージアムセンター	0984-33-3002		
霧島市観光協会	0995-78-2115	都城市みやこんじょPR課	0986-23-2615
霧島市観光案内所	0995-57-1588	小林まちづくり株式会社	
霧島市観光PR課	0995-45-5111	観光案内所	0984-22-8684
霧島山麓湧水町観光協会	0995-74-5690	小林市商工観光課	0984-23-1174
湧水町商工観光PR課	0995-74-3111	高原町観光協会	0984-42-4560
えびの市観光協会	0984-35-3838	高原町産業創生課	0984-42-2128
えびの市観光商工課	0984-35-1114		

登山ガイドに関するお問い合わせ先

霧島市観光ガイド連絡協議会 0995-78-2115（霧島市観光協会内）

霧島ジオパークホームページ内のガイド案内

2026.2 時点の問合せ先です。



（この地図の作成にあたっては「国土地理院の数値地図データ50m・10mメッシュ」を使用しました。）
標高は国土地理院地図をもとに「+」の位置の高さを示しています。必ずしもその地点が最高標高とは限りません。

- 登山道
- 災対法立入禁止区域
- 国道
- 市・町道
- 県道
- 高速
- 携帯トイレ販売所
- 携帯トイレ回収BOX
- 携帯トイレブース
- モーターサイレン
- 避難壕
- トイレ

持っていこう。持って帰ろう。

携帯トイレを利用しましょう！

登山者による排泄物の処理が深刻な問題となっています。自然の分解力を超える量の排泄物が放置されることは山の環境に悪影響であるばかりか、他の登山者へ不快感を与えます。また、登山道から離れた茂みに入ることで貴重な植物を踏みつけたり、遭難の危険もあります。

携帯トイレを使うことで、霧島の美しい自然を守ることができます。登山者のマナーとして、あとに訪れる登山者への思いやりとして、ご協力をお願いします。

地図上で事前に場所をチェックしておきましょう！

- ▶ 携帯トイレ販売所
- ▶ 携帯トイレ回収BOX
- ▶ 携帯トイレブース

※団体登山の方には『簡易テント』を貸し出しています。

携帯トイレ使用の際の注意事項

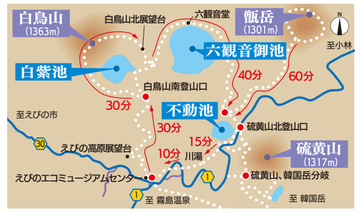
- 使用後のトイレは自宅へ持ち帰り燃えるゴミとして処分するか、登山口の『携帯トイレ回収ボックス』へ入れましょう。
- 使用済みのティッシュなども必ず一緒に持ち帰ってください。

池めぐり自然探勝路

白鳥山(1363m) 甑岳(1301m)

えびのエコミュージアムセンター近くの登山口から、時計回りに三つの火口湖（白紫池・六観音御池・不動池）を廻る池巡りコースは、それぞれの火口湖の表情を楽しみながら、約2時間で一周できるトレッキングコースです。白鳥山の山頂から南には桜島が見える展望が開け、韓国岳の山容も間近に見ることができます。初夏の新緑やミヤマキリシマ、秋には紅葉が楽しめ、生育する植物も多様です。

不動池北側の分岐から片道約60分の甑岳も登山できます。甑岳の火口内にはススキの草原が広がり、中央部は南九州ではめずらしい低層湿原となっており、食虫植物のモウセンゴケが観察できます。頂上手前は急勾配で狭い登山道となりますので、迷わないように気を付ける必要があります。

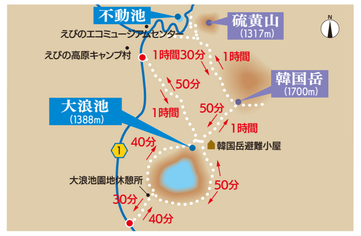


大浪池(1388m) 韓国岳(1700m)

霧島山最高峰の韓国岳に登るルートはいくつかありますが、日本屈指の高所に位置する火口湖で、美しい景観を持つ大浪池をめぐって山頂をめざすコースが、変化に富んだトレッキングが楽しめます。

大浪池登山口から火口まで40分ほど登ると、眼下に水をたたえた大浪池、その正面にどっしりとした韓国岳を望むことができます。韓国岳への道は大浪池をちょうど半周回り込んだ先に続いています。東回り、西回りのどちらもほぼ距離は同じで、いずれかを登路に、もう一方を帰路にたどればよいでしょう。

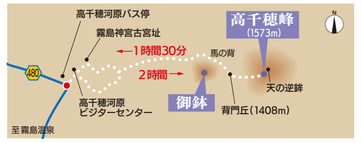
大浪池火口壁の最高点からいったん下り、避難小屋を経て急登、樹木がなくなると、やがて韓国岳の山頂に達します。



高千穂峰(1573m)

天孫降臨の山として知られる霊峰・高千穂峰は、歴史といい、山容といい、霧島山の主峰の風格を十分に備えています。

登山口は、高千穂河原ビジターセンターから島居をくぐって、古宮址まで参道を歩き、右折して自然研究路を登ると御鉢・高千穂峰の登山道にたどりつきます。樹林を抜けると急な斜面が現れます。茶褐色の斜面を登りきると、御鉢の頂上で、馬の背と呼ばれる火口縁を左方向へ進みます。馬の背は幅が狭いので、強風や濃霧等の時は細心の注意を払う必要があります。

馬の背から背門丘（鞍部）に降り、高千穂峰山頂へ続く登山道へ向かいます。山頂にたどりつくと、天孫降臨伝説の「天の逆鉾」があります。

登山口から高千穂峰山頂まで斜面が多く、滑りやすいので足元に注意を払い、また、落石等にも十分気をつけてください。