長野県
1:800,000
0
20Km
N
新潟県
富山県
群馬県
岐阜県
山梨県
静岡県
長野県
上越市
糸魚川市
妙高市
飯山市
中野市
信濃町
飯綱町
長野市
須坂市
小諸市
佐久市
松本市
塩尻市
諏訪市
茅野市
伊那市
駒ヶ根市
飯田市
上田市
千曲市
坂城町
東御市
軽井沢町
御代田町
立科町
長和町
佐久穂町
小海町
川上村
南牧村
南相木村
北相木村
南佐久郡
小県郡
上伊那郡
下伊那郡
諏訪郡
北安曇郡
長野原町
草津町
嬬恋村
高山村
中之条町
東吾妻町
榛名町
高崎市
安中市
富岡市
甘楽町
下仁田町
南魚沼市
湯沢町
みなかみ町
津南町
栄村
野沢温泉村
木島平村
山ノ内町
志賀高原
上越線
信越本線
北陸自動車道
上信越自動車道
中央自動車道
中部横断自動車道
長野新幹線
上越新幹線
富士見町
原村
茅野市
北杜市
甲府市
甲州市
笛吹市
富士川町
市川三郷町
南アルプス市
韮崎市
甲斐市
昭和町
中央市
身延町
富士宮市
富士市
御殿場市
小山町
富士吉田市
鳴沢村
西桂町
都留市
大月市
丹波山村
小菅村
秩父市
小鹿野町
上野村
甘楽町
高崎市
安中市
榛名町
東吾妻町
長野原町
草津町
嬬恋村
高山村
中之条町
群馬県
上越新幹線
上越線
信越本線
北陸自動車道
上信越自動車道
中央自動車道
中部横断自動車道
長野新幹線
中央本線
小海線
篠ノ井線
大糸線
飯山線
千曲川
信濃川
犀川
千曲川
佐久穂町
小海町
南牧村
南相木村
北相木村
上野村
小鹿野町
両神山
1723
二国山
1826
甲武信ヶ岳
2475
瑞籠山
2230
金峰山
2599
国師岳
2592
甲斐駒ヶ岳
2967
鳳凰山
2840
仙丈ヶ岳
3033
北岳
3192
間ノ岳
3189
農鳥岳
3026
櫛形山
2052
塩見岳
3047
赤石岳
3120
聖岳
3013
光岳
2591
荒川岳
3083
大無間山
2329
七面山
1989
笊ヶ岳
2629
身延山
1153
雨ヶ岳
1772
富士山
3776
宝永山
2693
愛鷹山
1187
茶臼山
1415
大月市
大月jct
富士吉田市
富士宮市
沼津市
静岡市
本川根町
設楽町
豊根村
根羽村
平谷村
阿南町
下條村
泰阜村
阿智村
飯田市
天龍村
売木村
恵那市
瑞浪市
土岐市
明智
中津川市
恵那山
2190
木曽町
王滝村
上松町
木曽村
大桑村
南木曽町
高森町
豊丘村
大鹿村
飯島町
中川村
松川町
宮田村
駒ヶ根市
伊那市
箕輪町
南箕輪村
辰野町
木祖村
塩尻市
朝日村
波田町
山形村
松本市
安曇野市
池田町
生坂村
大町市
白馬村
小谷村
糸魚川市
黒部市
魚津市
滑川市
上市町
立山町
富山市
高山市
乗鞍岳
3026
鉢盛山
2446
焼岳
2455
笠ヶ岳
2897
槍ヶ岳
3180
穂高岳
3190
奥穂高岳
3190
常念岳
2857
大天井岳
2922
燕岳
2763
野口五郎岳
2924
鷲羽岳
2924
三俣蓮華岳
2841
黒部五郎岳
2840
薬師岳
2926
有峰ダム
有峰林道
東谷線
黒部ダム
立山道路
立山
剱岳
2998
五龍岳
2814
鹿島槍ヶ岳
2889
針ノ木岳
2821
白馬岳
2932
朝日岳
2418
雨飾山
1963
妙高山
2454
火打山
2462
高妻山
2353
黒姫山
2053
飯縄山
1917
戸隠山
1904
斑尾山
1382
野尻湖
斑尾高原
志賀山
2037
岩菅山
2341
草津白根山
2171
四阿山
2354
浅間山
2568
鼻曲山
1655
浅間隠山
1757
榛名富士
1391
掃部岳
1449
妙義山
1104
荒船山
1423
両神山
1723
谷川岳
1978
仙ノ倉山
2026
巻機山
1967
苗場山
2145
佐久平
中込
下仁田
富岡
上州富岡
安中榛名
軽井沢
横川
碓氷峠
碓氷軽井沢
上毛高原
水上
湯沢
越後湯沢
塩沢石打
長野
善光寺
須坂長野東
小布施SIC
信州中野
豊田飯山
新井SIC
新井
妙高高原
妙高
上田
坂城
更埴jct
篠ノ井
松本
塩尻北
塩尻
岡谷
岡谷jct
諏訪湖
上諏訪
茅野
伊那
小黒川SIC
駒ヶ根
飯田
飯田山本
天竜峡
三遠南新信自動車道
中津川
恵那
瑞浪
明智
甲府
昭和
甲府南
韮崎
双葉jct
白根
南アルプス
櫛形
富士川
身延
下部
富士
新富士
吉原
沼津
御殿場
富士山
御岳昇仙峡
南アルプス
黒部峡谷
上高地
美ヶ原高原
浅間
王ヶ頭
2034
夢科
新穂高
奥飛騨温泉口
信州まつもと空港
木曽福島
木曽駒ヶ岳
2956
空木岳
2864
奥三界岳
1810
経ヶ岳
2296
御嶽山
3067
乗鞍岳
3026
白馬
柳平
宇奈月温泉
魚津
滑川
立山
富山地方鉄道
黒部峡谷鉄道
大糸線
篠ノ井線
中央本線
小海線
飯田線
身延線
富士急行
富士山麓
南富士グリーンライン
越前岳
1504
長泉町
裾野市
富士宮
新富士
吉原
沼津
静岡市
本川根町
設楽町
豊根村
土岐市
瑞浪
恵那市
中津川市
木曽町
上松町
木曽村
大桑村
南木曽町
高森町
豊丘村
大鹿村
飯島町
中川村
松川町
宮田村
駒ヶ根市
伊那市
箕輪町
南箕輪村
辰野町
木祖村
塩尻市
朝日村
波田町
山形村
松本市
安曇野市
池田町
生坂村
大町市
白馬村
小谷村
糸魚川市
黒部市
魚津市
滑川市
上市町
立山町
富山市
高山市
乗鞍岳
3026
鉢盛山
2446
焼岳
2455
笠ヶ岳
2897
槍ヶ岳
3180
穂高岳
3190
奥穂高岳
3190
常念岳
2857
大天井岳
2922
燕岳
2763
野口五郎岳
2924
鷲羽岳
2924
三俣蓮華岳
2841
黒部五郎岳
2840
薬師岳
2926
有峰ダム
有峰林道
東谷線
黒部ダム
立山道路
立山
剱岳
2998
五龍岳
2814
鹿島槍ヶ岳
2889
針ノ木岳
2821
白馬岳
2932
朝日岳
2418
雨飾山
1963
妙高山
2454
火打山
2462
高妻山
2353
黒姫山
2053
飯縄山
1917
戸隠山
1904
斑尾山
1382
野尻湖
斑尾高原
志賀山
2037
岩菅山
2341
草津白根山
2171
四阿山
2354
浅間山
2568
鼻曲山
1655
浅間隠山
1757
榛名富士
1391
掃部岳
1449
妙義山
1104
荒船山
1423
両神山
1723
谷川岳
1978
仙ノ倉山
2026
巻機山
1967
苗場山
2145
佐久平
中込
下仁田
富岡
上州富岡
安中榛名
軽井沢
横川
碓氷峠
碓氷軽井沢
上毛高原
水上
湯沢
越後湯沢
塩沢石打
長野
善光寺
須坂長野東
小布施SIC
信州中野
豊田飯山
新井SIC
新井
妙高高原
妙高
上田
坂城
更埴jct
篠ノ井
松本
塩尻北
塩尻
岡谷
岡谷jct
諏訪湖
上諏訪
茅野
伊那
小黒川SIC
駒ヶ根
飯田
飯田山本
天竜峡
三遠南新信自動車道
中津川
恵那
瑞浪
明智
甲府
昭和
甲府南
韮崎
双葉jct
白根
南アルプス
櫛形
富士川
身延
下部
富士
新富士
吉原
沼津
御殿場
富士山
御岳昇仙峡
南アルプス
黒部峡谷
上高地
美ヶ原高原
浅間
王ヶ頭
2034
夢科
新穂高
奥飛騨温泉口
信州まつもと空港
木曽福島
木曽駒ヶ岳
2956
空木岳
2864
奥三界岳
1810
経ヶ岳
2296
御嶽山
3067
乗鞍岳
3026
白馬
柳平
宇奈月温泉
魚津
滑川
立山
富山地方鉄道
黒部峡谷鉄道
大糸線
篠ノ井線
中央本線
小海線
飯田線
身延線
富士急行
富士山麓
南富士グリーンライン
越前岳
1504
長泉町
裾野市
富士宮
新富士
吉原
沼津
静岡市
本川根町
設楽町
豊根村
土岐市
瑞浪
恵那市
中津川市
木曽町
上松町
木曽村
大桑村
南木曽町
高森町
豊丘村
大鹿村
飯島町
中川村
松川町
宮田村
駒ヶ根市
伊那市
箕輪町
南箕輪村
辰野町
木祖村
塩尻市
朝日村
波田町
山形村
松本市
安曇野市
池田町
生坂村
大町市
白馬村
小谷村
糸魚川市
黒部市
魚津市
滑川市
上市町
立山町
富山市
高山市