

## 乘鞍岳住宿

夜宿高山，醒來欣賞日出雲海——這樣獨特的經歷通常只有最勇敢的健行者才能享受。但乘鞍岳作為海拔 3000 多公尺級別的高山，卻擁有無與倫比的交通條件，從乘鞍岳疊平轉運站步行不遠即可到達設施良好的住宿地。無論休閒遊客還是資深登山者，都能在這裡舒適安全地過夜，然後投入次日的健行活動。

山頂附近有 3 個住宿地：乘鞍白雲莊、銀嶺莊和肩之小屋。三家都在夏季（大約 6 月中旬至 10 月中旬）開放、雪季來臨時關閉。白雲莊和銀嶺莊位於疊平停車場，它們提供舒適的住宿設施，可以同時滿足休閒遊客和健行者的需求。在這樣的海拔高度上，兩家酒店甚至多年來為客人提供浴池泡澡，被人們認為是奢侈的享受。水在山上相當寶貴，酒店的水都採集自雨水、融雪和附近的不消池。

肩之小屋是觀看日出和星空的絕佳地點，從疊平停車場往南步行 30 分鐘左右可以到達。和該地區大部分山間小屋一樣，肩之小屋旨在為健行多日的旅行者提供擋風遮雨的庇護所及暖心的餐飲。小屋是距離乘鞍岳最高峰「劍鋒」（3026 公尺）最近的住宿地，與大雪溪毗鄰。大雪溪的積雪終年不化，即使盛夏也可以開展單板或雙板滑雪運動。

乘鞍岳上的每個住宿設施都能為旅客提供舒適的環境和美味的食物，此外還有當地人的經驗和智慧。設施工作人員能提供關於天氣情況和健行路線的建議，告知去哪裡尋找山區的野生動植物。設施內還配備了簡易救急醫療器械以及緩解高山症的設備。

乘鞍岳的留宿歷史由來已久。「山伏」（修驗道的苦行僧）們在乘鞍岳的修行旅程中就會借宿於山上的茅棚和石洞中，其中包括以邊雲遊各地邊雕刻佛像而聞名的圓空（1632-1695）和木喰（1718-1810）。在乘鞍岳第二高峰「大日岳」（3014 公尺）山巔附近可以看見一個小石窟，據說木喰就曾投宿於此。