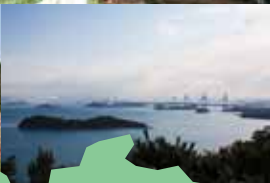


岡山県



若杉天然林



左から
備中国分寺
瀬戸内海
吹屋ふるさと村

岡山県内には、昭和52年

から57年度にかけて整備した、西は広島県境の井原市から、吉備高原、中国山地を横断して、北は西粟倉村から鳥取県へつなぐ、全長320kmの既存ルート「吉備高原横断ルート」「中国山地横断ルート」と、平成18年度から21年度まで整備を行った、吉備高原横断ルートから高梁市で分岐し、豪渓、吉備路、倉敷美観地区、鷲羽山などを巡り、JR児島駅から

JR瀬戸大橋線を経由して四国自然歩道(四国のみち)と連結する、全長140kmの新ルート「溪谷ルート」「吉備路ルート」「瀬戸内ルート」があります。



1 吉備高原横断ルート (22コース 246km)

1 弥高山とカルスト地形をたどるみち (広島県境)井原市芳井町上嶋～高梁市川上町高山)



弥高山からの眺め

井原市芳井町の石灰岩台地と千峯坂溪谷を通過して弥高山に行くコースです。石灰岩が雨水などによって浸食されてできた様々なカルスト地形(妙福寺のカレンフェルド、蛇の穴など)を見ることができます。千峯坂溪谷を上がって弥高山から望む360度の眺望は格別です。弥高山ではツツジなど四季折々の花や雲海を楽しめます。

距離 14.6km

所要時間 5時間10分

難易度 

区間 広島県境～蛇の穴～妙福寺～上嶋コミュニティハウス～千峯坂(石碑)～弥高山公園(路傍休憩地)～弥高山公園入口

見どころ 蛇の穴、妙福寺、弥高山公園



蛇の穴



妙福寺

2 磐窟谷とダイヤモンドケイブを訪ねるみち (高梁市川上町高山～高梁市備中町布瀬)



弥高山から円丸谷川沿いの磐窟谷(溪谷)を通過して布瀬橋へ向かうコースです。磐窟谷には高さ100メートルにも及ぶ断崖絶壁が連なっており、国の名勝に指定されるとともに高梁川上流県立自然公園の一部で、新緑や紅葉の頃は特に美しいです。

距離 10.4km

所要時間 3時間25分

難易度 

区間 弥高山公園入口～市道磐窟線入口～磐窟谷～布瀬橋

見どころ 弥高山公園、磐窟谷、磐窟洞

磐窟谷

3 成羽川の渓谷と巨大ダムを眺めるみち (高梁市備中町布瀬～高梁市備中町平川)

成羽川沿いを布瀬橋(高梁市備中町地内)から上流に向けて新成羽川ダムまで行くコースです。成羽川の流れ、その付近ののどかな集落、石灰岩の絶壁などを楽しめます。コース途中の浄福寺は精進料理でも知られています。新成羽川ダムは重力式アーチダムとしては日本一の大きさを誇っています。



浄福寺

距離 13.3km

所要時間

4時間40分

難易度



区間 布瀬橋～志藤橋～長屋橋～黒鳥ダム～阿部山橋～全通橋～田原橋～田原ダム～新成羽川ダム路傍休憩地～新成羽川ダム

見どころ 浄福寺、全通橋、新成羽川ダム



新成羽川ダム

4 天神山ハイキングのみち (高梁市備中町平川～高梁市成羽町吹屋)



天神山(鈴振崖からの眺め)

距離 16.8km

所要時間 5時間40分

難易度



区間 新成羽川ダム～観音寺～天神山(山頂)～天神山登山口～吹屋ふるさと村

見どころ 新成羽川ダム、観音寺、天神山、吹屋ふるさと村



観音寺

新成羽川ダムから天神山を経由して吹屋ふるさと村へと向かうコースです。天神山はチャートと呼ばれる古生代の地層からなり、長年の浸食により多くの奇峰が形成されています。植生が豊かで野鳥の種類も多く、鳥獣特別保護地区に指定されています。秋の紅葉は大変美しく、冬には松の緑が印象的です。

5 吹屋ふるさと村と彩りの山里宇治を結ぶみち (高梁市成羽町吹屋～高梁市宇治町宇治)




吹屋ふるさと村

高梁市成羽町吹屋は、昔、銅とベンガラで栄えたところで、ベンガラの製造工程がわかるベンガラ館、銅山坑道跡である笹畝坑道、銅とベンガラで財をなした広兼氏の屋敷などから往事の繁栄の様子を学ぶことができます。吹屋ふるさと村には、ベンガラ(赤褐色の顔料)の色が印象的な昔の古い街並みが残っています。築100年を超える吹屋小学校もぜひ訪れていただきたい箇所です。

距離 8.8km
所要時間 3時間00分



笹畝坑道


- 難易度 
- 区間 吹屋ふるさと村～吹屋ふるさと村路傍休憩地～ベンガラ館～笹畝坑道～広兼邸～備中宇治(彩りの山里)
- 見どころ 吹屋ふるさと村、ベンガラ館、笹畝坑道、広兼邸

6 羽山溪の自然を訪ねるみち (高梁市宇治町宇治～高梁市成羽町成羽)

島木川沿いの羽山溪谷と地層を楽しむコースです。羽山溪谷は石灰岩でできた溪谷で、不動の滝や巨岩が転がる川原、鍾乳洞など変化に富んだ自然美が楽しめます。コースの一部には岩石をくりぬいた半トンネル状態の箇所もあります。枝の不整合は地層にとっても興味がある人向けです。コース付近に成羽の化石層がありますが、現在ではその地層に直接化石を見ることはできず、岩石を割らないと見ることはできないそうです。



羽山溪付近

距離 9.4km
所要時間 3時間08分
難易度 

区間 備中宇治彩りの山里～羽山溪(路傍休憩地)～枝の不整合～成羽の化石層～成羽(総門橋)

見どころ 備中宇治彩りの山里、羽山溪、枝の不整合



元仲田邸

7 高梁自然公園を訪ねるみち (高梁市成羽町成羽～高梁市旭町)



稲荷神社



高梁自然公園(八丈岩付近)

高梁市役所成羽地域局前から高梁自然公園を通してJR備中高梁駅へと向かうコースです。高梁自然公園は新城池を中心として、赤松林をはじめさまざまな樹木・植物が生育しており、八丈岩・三枚岩などの奇岩もあります。夏にはキャンプ場も開設され、自然を満喫することができます。

距離 13.9km

所要時間 4時間38分

難易度

区間 成羽(総門橋)～新城池北口～高梁自然公園～山中鹿介の墓～落合橋～高梁大橋～JR備中高梁駅

見どころ 高梁自然公園、山中鹿介の墓、稲荷神社

8 備中松山城と城下町を巡るみち (高梁市旭町～高梁市旭町)



松連寺

JR備中高梁駅から、高梁市の市街地を通り、愛宕山、臥牛山、備中松山城を回るコースです。高梁駅周辺には、お城のような城壁を有する松連寺や薬師院、高梁基督教会堂、小堀遠州作の名庭で知られる頼久寺など歴史ある建築物がたくさんあります。臥牛山は日本でも有数の植物・昆虫・鳥類の宝庫です(この付近はサルも多くおり、サルによるいたずらや攻撃に注意しましょう)。備中松山城は国の重要文化財で、日本一高いところにある山城です。

距離 17.4km

所要時間 5時間48分

難易度

区間 JR備中高梁駅～愛宕山～櫓井(⇒高梁美しい森～賀陽インターバス停)～臥牛山～備中松山城～石火矢町ふるさと村～JR備中高梁駅

見どころ 頼久寺、臥牛山、備中松山城、石火矢町ふるさと村



愛宕山山頂付近

9 山田方谷の遺徳を偲ぶみち (高梁市旭町～高梁市津川町今津)

JR備中高梁駅から高梁川を上流に遡ってJR木野山駅へと向かうコースです。石火矢町ふるさと村は、武家屋敷の土塀が続く町で、公開されている武家屋敷があります。方谷林公園は儒学者・山田方谷の功績を顕彰するために造られました。園内には、サツキが多く植えられ、原爆慰霊碑があります。ここからは高梁の街並みが一望できます。その後は高梁川沿いに進みますが、高梁川の美しさを満喫できる道です。



高梁川の流れ

距離 6.7km

所要時間 2時間14分

難易度 

区間 JR備中高梁駅～方谷橋～方谷林公園～肉谷橋～JR木野山駅

見どころ 石火矢町ふるさと村、方谷林公園



石火矢町ふるさと村

10 木野山神社と祇園寺を訪ねるみち (高梁市津川町今津～高梁市有漢町有漢)

JR木野山駅から木野山を越えて国時地内の田園風景を楽しむ、祇園寺を經由して高梁市有漢町へ行くコースです。木野山神社は木野山のふもとに里宮、頂上に奥宮があり、里宮から奥宮までの表参道、奥宮から家地へと下る裏参道は車両が通行できない道で、ゆったりと自然を味わうことができます。家地から中山に向かう途中は、なだらかな丘陵地で牧歌的な雰囲気漂っています。国時地内は棚田が有名で、そこから



木野山神社奥宮

国時地内の田園風景



祇園寺のふもとにかけては、山をバックに人家と田畑が点在しています。祇園寺は弘法大師の開いた古刹で、石造宝塔や千手観音など数々の文化財や天狗大杉があります。

距離 19.4km

所要時間 6時間28分

難易度 

区間 JR木野山駅～木野山神社～木野山神社奥宮～山峠～祇園寺～国司橋～有漢市場

見どころ 木野山神社、国時地内の田園風景、祇園寺

11 大平山の風に吹かれるみち (高梁市有漢町有漢～吉備中央町加茂市場)



大平山山頂からの眺め



浄池山宝妙寺

高梁市有漢町の中心から、大平山を横断して吉備中央町加茂市場へ行くコースです。大平山は吉備中央町の最高峰(標高698m)で、晴天の日には遠く大山や瀬戸内海まで見渡せることもあります。山頂付近には「大平山いこいの森」が整備されています。天福寺は古代修験の場となったお寺で、周辺は郷土自然保護地域に指定されています。コース名のとおり季節や天候により風を強く感じる道です。

距離 21.3km

所要時間 7時間06分

難易度

区間 有漢市場～茶堂～大平山(山頂)～天福寺～加茂市場～総社宮

見どころ 大平山(山頂)、天福寺

12 総社宮と円城ふるさと村を訪ねるみち (吉備中央町加茂市場～吉備中央町上田西)

吉備中央町加茂市場の総社宮から吉備中央町内のなだらかな丘陵の頂上付近を通って円城、岩倉山を経由して道の駅かものがわ円城へと進むコースです。総社宮では、県下三大祭りの一つであり、県指定重要無形民俗文化財でもある「加茂大祭」が行われます。ここから円城寺までは丘陵の頂上部分が多く、空が近く感じられ、ところどころとても眺めがよいです。円城は円城寺を中心として昔の街並みが残っています。岩倉山の頂上付近には公園が整備され、展望もなかなかのもの。

距離 12.2km

所要時間 4時間04分

難易度

区間 総社宮～加茂市場～円城寺～いわくら公園(往復して)～道の駅かものがわ円城

見どころ 総社宮、円城寺、いわくら公園



総社宮



いわくら公園

13 スtockファーム自然体験のみち (吉備中央町上田西～岡山市北区建部町福渡)



ストックファーム遠景

吉備中央町の道の駅かもがわ円城から東の方へ進み岡山市北区建部町のJR福渡駅まで行くコースです。道の駅かもがわ円城は、岡山県内で最初に出来た道の駅で、農産物直売所やお食事処などがあります。そこからストックファームまでは人家がほとんどなく、イノシシなど野生生物の気配が濃厚に感じられます。ストックファームへは「岡山乗馬倶楽部」の標識を目印に行くとよいです。ストックファーム内には総合案内所、宿泊施設付き天文台「アストロコテージガリレオ」、木工体験研修棟匠工房、

岡山乗馬倶楽部などがあります。畑ヶ鳴峠から福渡のほうへ小玉川沿いに進みますが、ここは川と道との高低差があまりなく、溪流を身近に感じることができます。

距離 13.7km

所要時間 4時間34分

難易度 

区間 道の駅かもがわ円城～JR福渡駅

見どころ 道の駅かもがわ円城、ストックファーム



八幡歩道橋

14 社寺と牧場を訪ねるみち (岡山市北区建部町福渡～岡山市北区建部町下神目)

JR福渡駅から八幡神社、上山牧場、豊楽寺を經由して志呂神社へ向かうコースです。八幡神社の隨神門は旧建部町の文化財に指定されていました。友愛の丘は全国最大規模の勤労者の研修施設です。上山牧場とは上山さんの牧場ではなく、違う名前の3つの牧場の総称だそうです。この付近からの見晴しはとてもよいです。豊楽寺は真言宗の名刹です。神社仏閣の荘厳な雰囲気と牧場ののどかな雰囲気を味わえる道です。



豊楽寺

距離 7.1km

所要時間 2時間22分

難易度 

区間 JR福渡駅～八幡神社～友愛の丘～上山牧場～豊楽寺～志呂神社

見どころ 八幡神社、友愛の丘、上山牧場、豊楽寺、志呂神社




上山牧場からの眺め

15 久米南美しい森を訪ねるみち (岡山市北区建部町下神目～岡山市北区建部町角石谷)

志呂神社から久米南美しい森を通して岡山市北区建部町坂本へ行くコースです。志呂神社は本殿が特に印象的な大変歴史のある神社です。周囲は三樹山郷土自然保護地域に指定されており、この地域の原植生に近い貴重な植生を見ることができます。久米南美しい森にはビジターセンター、キャンプ場、野外音楽堂、遊歩道などが整備されています。県中部の田園風景、池、アカマツや赤土などが特徴的な道です。



志呂神社


- 距離 7.5km
- 所要時間 2時間30分
- 難易度 
- 区間 志呂神社～久米南美しい森～坂本
- 見どころ 志呂神社、久米南美しい森



久米南美しい森

16 両山寺と棚田を訪ねるみち (岡山市北区建部町角石谷～美咲町打穴里)

岡山市北区建部町坂本地内からいくつかの寺社を經由し二上山を横断して美咲町打穴上へ進むコースです。竹内流道場は古武道竹内流発祥の地で、立派な城壁が印象的です。真浄寺の仁王尊像は雲慶作と伝えられています。和田神社は本殿が文化財(市)に指定されている古社です。両山寺は二上山の頂上付近にある真言宗のお寺で、鯿口、二上杉、護法祭などが知られており、秋には紅葉や雲海が素晴らしいです。

- 距離 18.4km
- 所要時間 6時間08分
- 難易度 
- 区間 坂本～竹内流道場～真浄寺～和田神社～両山寺～打穴上
- 見どころ 竹内流道場、真浄寺、和田神社、両山寺




両山寺



竹内流道場

17 誕生寺と棚田を訪ねるみち (美咲町打穴里～久米南町里方)

美咲町打穴上(二上温泉付近)からJR誕生寺駅まで進むコースです。県内有数の美しい棚田をみることができ、誕生寺には国指定重要文化財の本堂、法然上人のお手植えと伝えられる逆木の大イチョウ、その他多くの文化財があります。




- 距離 5.8km
- 所要時間 1時間56分
- 難易度 
- 区間 打穴上～誕生寺～JR誕生寺駅
- 見どころ 誕生寺



誕生寺

18 本山寺と血洗の滝を訪ねるみち (久米南町里方～美咲町吉ヶ原)

JR誕生寺駅から吉井高原を通って美咲町吉ヶ原へ行くコースです。天津神社の表参道は車が通行できないので、ゆったりと自然を満喫できます。広大な敷地を持つ本山寺には国指定重要文化財の三重塔を始め県指定の重要文化財も多々あります。本山寺の南東側、金刀比羅山の頂上北西側付近には岡山森林管理署の学術参考保護林があります。吉井高原には吉井高原・是里森林公園が整備され、展望の森・野鳥の森・モトクロス練習コースなどがあります。名前だけ聞くとおどろおどろしい血洗の滝は、実際は清々しい雰囲気ので付近に池もあり、夏には涼を取ることができます。

- 距離 21.1km
- 所要時間 7時間02分
- 難易度   
- 区間 JR誕生寺駅～天津神社～本山寺～吉井高原～血洗の滝～宗形神社～吉ヶ原(藤原橋)
- 見どころ 本山寺、吉井高原、血洗の滝、宗形神社



血洗の滝



吉井高原からの眺め

19 月輪古墳で古代の歴史を学ぶみち (美咲町吉ヶ原～美作市奥)



月の輪古墳からの眺め

美咲町吉ヶ原からウネ山、月の輪古墳を巡るコースです。本経寺の本堂は伏見桃山時代の遺構を残したもので県の重要文化財に指定されています。柵原ふれあい鉱山公園は、鉱石輸送用の片上鉄道の吉ヶ原駅舎と操車場のあった場所に作られた鉱山をテーマにした公園です。月の輪古墳は美咲町飯岡の大平山の山頂に五世紀前半に作られた古墳で、地域集団の首長の墳墓であると考えられています。吉ヶ原の自然、鉱山や古墳などの歴史を堪能できる道です。

距離 9.3km
所要時間 3時間06分



柵原ふれあい鉱山公園

難易度

区間 吉ヶ原(藤原橋)～八幡神社～本経寺～月の輪古墳～月の輪郷土館～奥

見どころ 本経寺、柵原ふれあい鉱山公園、月の輪古墳、月の輪郷土館

20 大芦高原ハイキングのみち (美作市奥～美作市上山)



大芦高原から後山方面を望む



大芦池

かな田園風景を楽しむことができます。大芦高原や妙見山からの展望は大変良く、県北の中国山地の山並みを望むことができます。大芦池付近には温泉、キャンプ場、バンガロー、テニスコート等が整備されています。

距離 10.2km
所要時間 3時間24分
難易度

区間 奥～大芦高原(大芦池)～妙見山
見どころ 大芦高原(大芦池)、妙見山

21 妙見山の展望と長福寺の歴史に触れるみち (美作市上山～美作市真神)



上山の千枚田

妙見山から上山を經由して長福寺へと進む道です。上山地区では、千枚田という言葉がふさわしい細やかな美しい棚田を見ることができます。長福寺は唐の鑑真和尚が開基したと伝えられる真言宗の名刹で、三重塔をはじめ他にも国指定重要文化財があります。

- 距離 11.5km
- 所要時間 3時間50分
- 難易度
- 区間 妙見山～上山～長福寺
- 見どころ 妙見山、妙徳寺、上山神社、三保原神社、長福寺

22 長福寺と八塔寺ふるさと村を結ぶみち (美作市真神～備前市吉永町加賀美)

長福寺から真木山山腹、美作市北、滝宮地区などを通して備前市の八塔寺ふるさと村へ向かうコースです。真木山、山あいにも関わらず開放的な雰囲気のある河会川沿い、少しコースからはずれますが滝宮ダム周辺など、自然を満喫することができます。八塔寺には、名前の由来の八塔寺を始め、高頭寺、八塔寺ふるさと村などがあります。



長福寺の三重塔

- 距離 14.5km
- 所要時間 4時間50分
- 難易度



- 区間 長福寺～横川のムクの木～八塔寺ふるさと村
- 見どころ 長福寺(三重塔は国指定重要文化財)、横川のムクの木(県指定天然記念物)、滝宮ダム周辺、八塔寺ふるさと村

横川のムクの木

2◎中国山地横断ルート(7コース 74km)

1 白水の滝を訪ねるみち (備前市吉永町加賀美～美作市土居)

八塔寺ふるさと村から兵庫県境に立ち寄り、白水の滝を訪れてJR美作土居駅へと向かうコースです。八塔寺地域は八塔寺山のふもとにひらけた高台にあり、昔は山岳仏教が栄えていました。現在はかやぶきの民家が点在する農村風景が保存されています。八塔寺川沿いを北上し白水の滝まで向かう辺りは人の気配がほとんどありません。白水の滝には男滝、女滝があり、それぞれ違った魅力があります。周辺には池や白水川があり、新緑や紅葉の頃は特に美しいです。八塔寺の田園風景や白水の滝と渓流美、それにちょっぴり秘境ムードを味わえる道です。



八塔寺ふるさと村

距離

19.6km

所要時間

6時間 32分

難易度



区間

八塔寺ふるさと村～兵庫県境(往復して)～白水の滝(男滝)～JR美作土居駅

見どころ

八塔寺ふるさと村、白水の滝(男滝)、滝谷神社



白水の滝(男滝)

2 蓮花寺と杉坂峠を訪ねるみち (美作市土居～美作市大内谷)



蓮花寺北側からの展望

JR美作土居駅から蓮花寺を詣で、杉坂峠を訪れ、美作市日指地域を通り、美作市大内谷へ進むコースです。蓮花寺は真言宗のお寺で、裏手に枯山水等禅的思想を取り入れた庭園があり、美作市の文化財に指定されています。蓮花寺北側の集落付近から南側の展望はとても良いです。杉坂峠へは途中兵庫県の山中も通過しながら進みます。峠には杉坂の関の跡があります。日指の集落の中に長城寺、毘沙門天があります。イノシシなど野生生物の気配を感じながら、この地方の田園風景や山林を楽しめる道です。

距離

13.3km

所要時間

4時間 26分

難易度



区間

JR美作土居駅～蓮花寺～杉坂峠～大内谷

見どころ

蓮花寺、杉坂峠



蓮花寺

3 大聖寺のあじさいを楽しむみち (美作市大内谷～美作市立石)

美作市大内谷の集落から大聖寺を詣で、美作市立石へ行くコースです。大聖寺は別名「あじさい寺」と呼ばれており、約1万ものアジサイが咲きます。門前には小説「宮本武蔵」に登場する千年杉のモデルとなった大イチョウがあります。そこから立石に向かう途中の小滝地区にはカタクリの里があり、時期には花を楽しめます。



大聖寺

距離 11.9km

所要時間 3時間58分

難易度 

区間 大内谷～大聖寺～立石

見どころ 大聖寺、法輪寺

4 武蔵と大原本陣の歴史を学ぶみち (美作市立石～美作市古町)



大原本陣

美作市立石から、宮本武蔵生誕地を訪れ、大原本陣を通り、智頭鉄道大原駅へと向かうコースです。中国山地をバックに手前に田畑が広がっている、といった絵になる風景を時に楽しみながら進むと、武蔵の里に着きます。ここには、宮本武蔵の生家跡、生誕地の碑、讀甘神社、武蔵神社、武蔵資料館などがあります。大原本陣は、因幡街道を往復する鳥取藩主池田侯が参勤交代の時に宿泊するところでした。数寄屋造の御殿と御成門が当時の面影を残しています。

距離 11.9km

所要時間 3時間58分

難易度 

区間 立石～宮本武蔵生誕地～大原本陣～智頭鉄道大原駅

見どころ 大野神社、宮本武蔵生誕地、武蔵神社、大原本陣、智頭鉄道大原駅



宮本武蔵生家跡

5 愛の村東粟倉を訪ねるみち (美作市古町～美作市中谷)



青野神社

- 距離 8.8km
- 所要時間 2時間56分
- 難易度
- 区間 智頭鉄道 大原駅～宝妙寺～こぶしの里後山
- 見どころ 智頭鉄道 大原駅、大原本陣、寶妙寺

智頭鉄道大原駅から後山川沿いに後山のふもと、東粟倉へ進むコースです。このコースには、大原神社、寶妙寺、吉田神社、天一神社、青野神社などの神社仏閣があります。後山川沿いにこれらの神社等をはじめ、周囲の集落や山々の景色を楽しめる道です。



寶妙寺

6 岡山県下最高峰の後山の展望と自然に触れるみち (美作市中谷～美作市後山)

美作市後山地区(後山のふもと)から船木山へ登り、鍋ヶ谷山、駒ノ尾山へと縦走するコースです。愛の村パークはお食事処、売店、温泉などがある施設です。船木山山頂(1,334m)までは登山道が2kmあり、下半分は石がゴロゴロして不安定で、また、2回沢を渡るので靴など装備を十分にしましょう。船木山山頂からは両側にネマガリタケが茂る道を、途中鍋ヶ谷山を経て、駒ノ尾山へと向かいます。ブナ、ドウダンツツジ、カエデ類などが見事です。駒ノ尾山山頂からは、360度の視界が開け、快晴の日には瀬戸内海まで見渡せる、とのことですよ。



駒ノ尾山からの風景

- 距離 9.3km
- 所要時間 3時間40分
- 難易度
- 区間 こぶしの里後山～護摩堂女人堂～後山キャンプ場～船木山分岐(⇒後山)～駒ノ尾山分岐(避難小屋)
- 見どころ 護摩堂、後山キャンプ場、船木山、後山、鍋ヶ谷山、駒ノ尾山



後山キャンプ場

7 若杉原生林の森林浴を楽しむみち (美作市後山～西粟倉村大字大茅(鳥取県境))



駒ノ尾山山頂



若杉天然林

駒ノ尾山山頂からダルガ峰、大茅スキー場・キャンプ場を経由して若杉天然林へ向かうコースです。ダルガ峰は頂上付近がなだらかで高原のようになっており、ススキが繁茂しています。ダルガ峰林道から大茅スキー場にかけては、途中急斜面もあります。大茅スキー場から若杉天然林入口までは左右にスギの美林が広がっています。

西粟倉村の奥深くに位置する若杉天然林は、森林浴の森100選にも選ばれている豊かな植生の森です。ブナ、ミズナラ、ホオノキなどの巨木をはじめ、スギ天然林、多くのカエデ類などが生育し、199種もの植物が確認されています。若杉自然研究路も廻ると一層若杉の自然を楽しめます。

距離 9.6km

所要時間 3時間40分

難易度

区間 駒ノ尾山分岐(避難小屋)～ダルガ峰～ダルガ峰避難小屋～ダルガ峰林道～大茅スキー場～若杉天然林(鳥取県境)

見どころ 駒ノ尾山、ダルガ峰、大茅スキー場、若杉渓谷、若杉天然林

3◎ 渓谷ルート (2コース 22km)

1 高梁美しい森を訪ねるみち (高梁市旭町～吉備中央町西)

JR備中高梁駅から高梁の街中を通って愛宕山を縦断し、高梁美しい森を経由して賀陽インターバス停へ行くコースです。高梁駅周辺には、庭園で有名な頼久寺、高梁基督教会堂などがある紺屋川美観地区、武家屋敷が並ぶ石火矢町ふるさと村など、見どころがたくさんあります。高梁美しい森には6つのテーマに基づいた森のほかキャンプ場などがあります。



石火矢町の町並み

距離 15.7km

所要時間 5時間30分

難易度

区間 JR備中高梁駅～愛宕山～樽井～高梁美しい森～賀陽インターバス停

見どころ 松連寺、薬師院、頼久寺、高梁美しい森



高梁美しい森



頼久寺

2 豪渓を訪ねるみち (吉備中央町西～総社市宍粟)

賀陽インターから景勝地・豪渓を経由してJR豪渓駅へ向かうコースです。豪渓は、槇谷川沿いに花崗岩の切り立った崖が連なる渓谷で、国の名勝地として指定されています。天柱山などの奇岩や絶壁があり、新緑や紅葉の頃は特に美しいです。井風呂谷川砂防公園は、明治時代に造られた巨石によるえん堤を中心に整備された公園です。独特の渓谷美を楽しめる道です。

距離 16.9km

所要時間 5時間40分

難易度



区間 賀陽インターバス停～豪渓～井風呂谷川砂防公園

～JR豪渓駅

見どころ 豪渓、天柱山、井風呂谷川砂防公園

(コース付近) 妙本寺の「番神堂」(国指定重要文化財)・「出土備前焼壺・大壺」「本堂」(県指定重要文化財)



井風呂谷川砂防公園



豪渓

4 吉備路ルート (7コース 67km)

1 秋葉山と井山宝福寺を訪ねるみち (総社市宍粟～総社市門田)



秋葉山山頂からの眺め

距離 7.8km

所要時間 2時間50分

難易度



区間 JR豪渓駅～秋葉山～井山宝福寺～十二ヶ郷用水～JR総社駅

見どころ 秋葉山、井山宝福寺、十二ヶ郷用水

JR豪渓駅から秋葉山を縦断し、井山宝福寺を訪れ、JR総社駅へ進むコースです。秋葉山山頂には展望台や鐘があり、特に南側の眺めがよく、遠く四国の山並みを望むことができます。井山宝福寺は雪舟が涙でねずみの絵を描いたエピソードが有名で、紅葉の名所でもあります。秋葉山登山と井山宝福寺の歴史を楽しむ道です。



井山宝福寺の方丈
(雪舟がねずみの絵を描いた建物)

2 ヒイゴ池湿地を訪ねるみち (総社市門田～総社市北溝手)

JR総社駅から総社北公園を経由し、ヒイゴ池を観察してJR服部駅に行くコースです。総社北公園は総社市の運動公園で、陸上競技場やテニスコートなどがあります。ヒイゴ池湿地には、トキソウやサギソウなど多くの植物と、世界最小のトンボの仲間であるハッチョウトンボなどが生息しています。総社市の田園風景とヒイゴ池の豊かな植生などにふれられる道です。



ヒイゴ池湿地



ヒイゴ池湿地木道

距離 7.5km

所要時間 2時間40分

難易度

区間 JR総社駅～ヒイゴ池湿地～JR服部駅

見どころ ヒイゴ池湿地

(コース付近) 栢寺廃寺跡

3 古代山城を訪ねるみち (総社市北溝手～岡山市北区福崎)

JR服部駅から砂川公園を経由し、鬼城山によって頂上付近を周遊し、奥坂の方へ下ってJR足守駅へ進むコースです。砂川公園にはキャンプ場や親水施設が整備され、休日には家族連れなどでにぎわっています。鬼城山の山頂には古代山城の跡があり、石垣や門などの復元整備が進められています。岩屋付近には、「総社ふるさと自然のみち」のうち、岩屋奇岩めぐりコース、三十三観音みちコース、北の吉備路コースの一部などがあります。鬼城山を味わう道です。

距離 17.6km

所要時間 6時間20分

難易度

区間 JR服部駅～砂川公園～鬼城山ビジターセンター～鬼ノ城(西門)～岩屋～奥坂休憩所～JR足守駅

見どころ 砂川公園、鬼ノ城、皇の墓



鬼城山西門復元状況



砂川公園

4 足守の町並みと備中高松城跡を訪ねるみち (岡山市北区福崎～岡山市北区高松)



最上稲荷

JR足守駅から足守の町並みを訪れ、龍中山を經由して、最上稲荷を詣で、備中高松城跡を通してJR備中高松駅へ行くコースです。足守は江戸時代、木下氏(始まりは豊臣秀吉の正室の兄)を藩主とする足守藩の陣屋町でした。中心部一帯は足守町並み保存地区に指定され、現在も当時の面影が残っており、付近には大名庭園の近水園もあります。近く足守川にはホタルが飛び交います。最上稲荷は日本三大稲荷の一つで、大鳥居が有名で、お正月以外にも人出

があります。備中高松城は毛利氏の要塞でしたが、豊臣秀吉の水攻めにあい落城したところで、現在は歴史公園として整備されています。

距離 14.1km

所要時間 5時間20分

難易度

区間 JR足守駅～八幡神社鳥居～葦守八幡宮～近水園(往復して)～八幡神社鳥居～龍泉寺～最上稲荷奥の院～最上稲荷～備中高松城跡～JR備中高松駅

見どころ 近水園、最上稲荷、備中高松城跡



近水園

5 吉備の中山を訪ねるみち (岡山市北区吉備津～岡山市北区一宮)

JR備前一宮駅から吉備津彦神社を詣で、吉備の中山を横断し、吉備津神社を詣で、JR吉備津駅に進むコースです。吉備津彦神社は大吉備津彦命を主祭神とする、推古天皇の時代に創建されたとも伝えられる大変由緒ある神社です。吉備の中山は、山全体が神の山として崇敬されており、史跡の宝庫です。吉備津神社はここでしか見られない建築様式「吉備津造り」、長い回廊や鳴釜の神事で有名です。古代吉備国の発祥を考えさせられる道です。

距離 4.1km

所要時間 1時間40分

難易度

区間 JR備前一宮駅～吉備津彦神社～中山茶臼山古墳(御陵)～吉備津神社～JR吉備津駅

見どころ 吉備津彦神社、中山茶臼山古墳(御陵)、吉備津神社、岡山県古代吉備文化財センター



吉備津神社(回廊)



吉備津神社

6 備中国分寺と古墳を訪ねるみち (総社市三須～岡山市北区吉備津)



備中国分寺

JR吉備津駅から造山古墳、こうもり塚古墳、備中国分寺などを訪ねサンロード吉備路へ行くコースです。造山古墳は全国四番目の大きさを誇る古墳で、遠くからそういう目で見ると古墳であることがわかります。こうもり塚古墳は自然の丘陵を利用して作られた前方後円墳です。備中国分寺は五重塔が特に有名で、周囲の田園風景と合わせた景観は吉備路を代表するものです。



こうもり塚古墳

- 距離 9.3km
- 所要時間 3時間30分
- 難易度
- 区間 JR吉備津駅～鯉喰神社～造山古墳～備中国分寺跡～こうもり塚古墳～備中国分寺～サンロード吉備路
- 見どころ 鯉喰神社、造山古墳、こうもり塚古墳、備中国分寺

7 作山古墳と三輪山の遺跡群を訪ねるみち (総社市清音軽部～総社市三須)

サンロード吉備路から作山古墳に行き吉備路自転車道を通って三輪山北側に行き、宮山墳墓群を巡ってJR清音駅へ進むコースです。作山古墳は全国第九位の大きさを誇る前方後円墳です。宮山墳墓群は弥生時代後期から古墳時代初頭の墳墓群で、すぐ近くに三笠山古墳、天望台古墳があります。古墳づくしの道です。



作山古墳



宮山墳墓群

- 距離 7.9km
- 所要時間 2時間50分
- 難易度
- 区間 サンロード吉備路～作山古墳～やよい広場～宮山墳墓群～JR清音駅
- 見どころ 作山古墳、宮山墳墓群 (コース付近)角力取山古墳

5◎瀬戸内ルート(5コース 51km)

1 福山城跡と安養寺を訪ねるみち (総社市清音軽部～倉敷市阿知1丁目)

JR清音駅から軽部神社を訪れ、福山へ上がって安養寺のほうへ下り、JR倉敷駅へ行くコースです。軽部神社には、かつて「垂乳根の桜」と呼ばれる枝垂れ桜があったことから、乳神様として安産・育児などの信仰の対象となっていました。このため、乳房をかたどった絵馬が奉納されています。標高302mの福山へは1,234段の階段を上がります。ここには古代より山岳寺院(福山寺)が存在しましたが、鎌倉時代にお城へと改造されました。現在は、城門跡、井戸跡などを見ることができます。安養寺は毘沙門天がご本尊の神仏習合のお寺で、近年は花の寺としても知られています。お寺の周囲は郷土自然保護地域です。



福山城跡からの眺め

距離 10.0km
所要時間 3時間40分

難易度

区間 JR清音駅～軽部神社～福山城跡～安養寺～JR倉敷駅

見どころ 軽部神社、福山城跡、安養寺



安養寺

2 倉敷の歴史文化を訪ねるみち (倉敷市阿知1丁目～倉敷市木見)

JR倉敷駅から、倉敷美観地区を通り、倉敷川沿いに南下し、藤戸寺、熊野神社、五流尊瀧院を詣でJR木見駅へ向かうコースです。倉敷美観地区は全国的に有名な観光地で、大原美術館を始めとして見どころが非常に多いです。熊野神社と五流尊瀧院は不可分一体で、以前は両者あわせて新熊野権現と呼ばれていましたが、明治の神仏分離令により、熊野神社と五流尊瀧院に分かれています。熊野神社は和歌山の熊野本宮大社と似た形式を有しています。五流尊瀧院は修験道の総本山で、後鳥羽上皇供養塔など数々の文化財を見ることができます。倉敷川沿いに倉敷の町並みの変化を、また神社仏閣により歴史を感じる道です。



五流尊瀧院(三重塔)

距離 12.1km
所要時間 4時間30分

難易度

区間 JR倉敷駅～倉敷美観地区～藤戸寺～熊野神社～五流尊瀧院～JR木見駅

見どころ 倉敷美観地区、藤戸寺、熊野神社、五流尊瀧院



熊野神社

3 由加山の自然と歴史を訪ねるみち (倉敷市木見～倉敷市児島上の町2丁目)




ふれあいの森

JR木見駅から由加山へ登り、ふれあいの森を通ってJR上の町駅へ進むコースです。由加山へは昔からある旧道を通って行きます。由加山は由加大権現と呼ばれる神仏習合の山でしたが、明治の神仏分離令により、蓮台寺と由加神社に分かれました。特に厄除けの御利益があることで知られています。ふれあいの森には小鳥の森、展望の森などがあり、展望台からは遠く四国まで望むことができます。



由加山蓮台寺


- 距離 13.1km
- 所要時間 4時間30分
- 難易度 
- 区間 JR木見駅～由加神社・蓮台寺～ふれあいの森～JR上の町駅
- 見どころ 由加神社、蓮台寺、さくら園地、ふれあいの森

4 児島の歴史を探るみち (倉敷市児島駅前3丁目～倉敷市児島上の町2丁目)

JR上の町駅から中山運動公園を經由して、自転車歩行者専用道路を通り、野崎家旧宅を訪れ、児島の商店街を通ってJR児島駅へ向かうコースです。野崎家旧宅は製塩業と新田開発で財を成した野崎武左衛門が築いた邸宅です。建物はもちろん3つの茶室がある庭園、土蔵群なども見事で、一見の価値があります。



野崎家旧宅(土蔵群)

- 距離 5.4km
- 所要時間 2時間00分
- 難易度 
- 区間 JR上の町駅～野崎家旧宅～JR児島駅
- 見どころ 野崎家旧宅、野崎武左衛門翁旌徳碑



野崎家旧宅

5 多島美を展望するみち (倉敷市児島駅前3丁目～倉敷市下津井田之浦2丁目)

JR児島駅から風の道を利用して下津井まで行き、港町下津井を通り、鷺羽山へ上がって、JR児島駅へ戻るコースです。風の道は下津井電鉄の軌道跡地を整備した歩行者及び自転車専用道です。下津井は江戸時代中期以降、本格的に栄えた港町で、町並み保存地区には当時の商屋やニシン倉などが多く残されています。むかし下津井回船問屋は当時の回船問屋を修理・復元した資料館で、お食事処や土産物店もあります。鷺羽山頂上は360度の展望が開け、瀬戸内海の多島美、瀬戸大橋や遠く四国の山々まで望むことができます。下津井の歴史に思いを馳せ、風の道ウォークと鷺羽山からの展望を楽しむ道です。



むかし下津井回船問屋

距離 15.5km

所要時間 6時間00分

難易度 

区間 JR児島駅～児島味野～旧鷺羽山駅～旧下津井駅～祇園神社～むかし下津井回船問屋～鷺羽山～旧鷺羽山駅(旧鷺羽山駅からは周遊コース)

見どころ 風の道、祇園神社、むかし下津井回船問屋、鷺羽山
(コース付近)瀬戸大橋



瀬戸内海と多島美

広島県



竜王山からの展望



紅葉の佛通寺

帝釈峡・雄橋

広島県の自然歩道は、県の南部、東部、北東部を通る中国自然歩道の一周ルートと南北ルート(455km)があります。

なお、中国自然歩道一周ルートは、山口県下関市の火の山を起点とし、山口

県内の秋吉台、長門峠を経て、島

根県に入り、山陰路を浜田、三

瓶山、出雲大社、美保関を通

って鳥取県に入り、大山、

鳥取砂丘を通って岡山県に

入り、八塔寺、旭川湖を

通って広島県に入り、山

陽路を山野峡、佛通寺、

野呂山、極楽寺、羅漢山

を通過して山口県に入り、

山口市を通過して秋吉台から

下関の火の山に至る歩

道です。また、中国自然

歩道南北ルートは、広島

県福山市の山野峡を起点と

し、帝釈峡、吾妻山を経て、島根

県に入り宍道湖近くの一

周ルートにつながる歩道です。



1◎中国自然歩道一周ルート

1 極楽寺・羅漢山ルート (山口県境) 廿日市市巾道～廿日市市原)



万古溪 大滝

このコースは、奇岩、岩峰が複雑にかみ合い、垂直な断崖などで見事な渓谷美が見られる万古溪や瀬戸内海の展望地で、国立公園にもなっている極楽寺山などがある、自然景観を満喫できます。

- 距離 41.0km
- 所要時間 15時間00分
- 難易度
- 区間 生山峠～津和野街道(峠の茶屋跡)～栗栖バス停～岩倉バス停～所山バス停～万古溪～中地バス停～広源寺～大沢バス停～七曲峠～極楽寺山キャンプ場～極

楽寺(山)

見どころ 万古溪、瀬戸内海の展望、極楽寺山、津和野街道、奇岩、広源寺、山椿群生地、七曲峠、極楽寺

備考 主要道路のバス停を結ぶ支線ルートや生山峠から巾道へのコースの途中に羅漢山へ登る支線があります。

問合せ 西部農林水産事務所 林務第一課自然保護係 TEL: 082-228-2111(代)



津和野街道石畳の道

2 矢口・極楽寺ルート (廿日市市原～広島市安佐南区川内4丁目)



極楽寺

このコースは極楽寺山から、瀬戸内の風景を眺め昔からの登山道を下ると三宅の滝や竜神釜があります。下ってしばらく歩くと、広島市植物公園が見えます。この辺から山の中に入り、途中植林されたヒノキやスギを見ながら荒谷林道を下り、旧河内峠を経て、八幡川上流に出ます。ここから、窓ガ山までは健脚コースです。窓ガ山頂上に登ると絵の島を中心とした瀬戸内の風景が拡がり疲れをいやしてくれます。

- 距離 51.9km
- 所要時間 18時間40分
- 難易度
- 区間 極楽寺(山)～三宅の滝～竜神釜～延命寺・円明寺～坪井将監の力石～広島市植物公園～荒谷林道～旧河内峠～白川バス停～窓ヶ山～広島市憩の森～平治林道～奥畑バス停～八ツ面神社～瀬戸橋～岡崎神社～伴学校バス停～専念寺～横田権現堂～音崎神社～西山本峠林道～浄円寺池・迫池～熊岡神社～日吉神社・河内神社・教徳寺～稲荷神社～せせらぎ公園～安佐大橋

見どころ 極楽寺山、瀬戸内海展望、極楽寺、三宅の滝、竜神釜、広島市植物公園、広島市の憩の森、八ツ面神社、岡崎神社、専念寺、八木梅林公園

問合せ 西部農林水産事務所 林務第一課自然保護係 TEL: 082-228-2111(代)



広島市植物公園

3 岩屋観音ルート (広島市安佐南区川内4丁目～安芸郡府中町)

このコースは、市街地に近く、交通の便も比較的よいので気軽に利用できます。コースには、岩屋観音や府中町の憩の森があります。憩の森には水分峡があり、施設も比較的整っています。

距離 16.9km

所要時間 5時間40分

難易度 

区間 安佐大橋～安芸矢口駅前～上温品バス停～岩屋観音～長伝寺～水分峡～茶臼山

見どころ 岩屋観音、水分峡

備考 水分峡から市街地を結ぶ支線ルートがあります。

問合せ 西部農林水産事務所 林務第一課自然保護係 TEL：082-228-2111(代)



4 絵下山・茶臼山ルート (安芸郡府中町～安芸郡坂町字二艘木)

このコースは、市街地の近くを通るため気軽に利用できます。コースには絵下山があり、山頂からは広島市街地、広島湾が一望のもとに見渡せます。

距離 23.7km

所要時間 9時間00分

難易度 

区間 茶臼山～影橋～国信橋～出崎森神社～八幡神社～串掛林道～浄光寺バス停～昭和入口バス停～絵下山～坂町二艘木(呉市焼山町との境)

見どころ 絵下山、山頂からの景色、出崎森神社

備考 呉市境界瀬戸内海沿岸の坂町を結ぶ支線ルートがあります。

問合せ 西部農林水産事務所 林務第一課自然保護係 TEL：082-228-2111(代)



絵下山 山頂

5 烏帽子岩山ルート (安芸郡坂町字二艘木～呉市焼山町)



深山の滝



二河峡の奇岩・巨岩

烏帽子岩山からの江田島および広島方面を中心とする瀬戸内海の眺望や、天応町の深山の滝、吉浦町の鳴滝や二河峡の奇岩・巨岩はしばしの憩いを与えてくれます。

距離 12.5km

所要時間 4時間 10分

難易度 

区間 坂町二艘木(呉市焼山町との境)～深山の滝～深山の滝バス停～烏帽子岩～鳴滝～つつじガ丘キャンプ場～松ヶ丘団地バス停

見どころ 深山の滝(焼山町)、烏帽子岩山、瀬戸内海の眺望、鳴滝(吉浦町)、二河峡の奇岩・巨岩

備考 鍋土峠から二河峡公園を経て呉市二河球場前バス停(上山手橋)を

結ぶ支線があります。

問合せ 西部農林水産事務所 呉農林事業所 林務課自然保護係 TEL：0823-22-5400(代)

6 灰ヶ峰ルート (呉市焼山町～呉市郷原町)

大庭山、八畳岩、灰ヶ峰からは、眼下に基盤の目のように整然とした呉市街地、呉港、休山、広湾、遠くは四国連山が一望できます。終点の二級峡は、奇岩・巨岩(甌穴岩)が数多くあり、春には桜、秋には紅葉とシーズンを問わず楽しめます。

距離 19.9km

所要時間 6時間 40分

難易度 

区間 松ヶ丘バス停～大庭山～神山八幡宮～神山峠バス停～灰ヶ峰～成田山不動明王院～二級峡

見どころ 灰ヶ峰、呉市街地、呉港、休山、広湾、四国連山の眺望、二級峡の奇岩・巨岩

備考 灰ヶ峰中腹の展望休憩所東側から呉市上平原バス停を結ぶ支線ルートがあります。

問合せ 西部農林水産事務所 呉農林事業所 林務課自然保護係 TEL：0823-22-5400(代)



灰ヶ峰・夜景



休山からの眺望

7 野呂山ルート (呉市郷原町～呉市安浦町内海北5丁目)

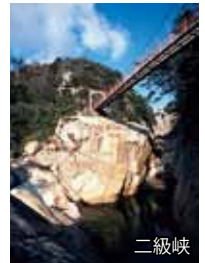


野呂山からの眺望(ハチマキ展望台)

膳棚山・野呂山からの瀬戸内海の眺望、氷池周辺の植物、大重岩・小重岩・かぶと岩・大なめら岩等の奇岩、弘法寺のスギ・ヒノキ、亀山神社のシイノキ・コバンモチ群集とイチガシの巨木等の見所がたくさんあります。

周辺には、野呂山オートキャンプ場・常設キャンプ場、県木の森、氷池木道、かぶと岩展望台、星降る展望台、野呂高原ロッジ、絵のある休憩室(土・日・祝日開館)、筆づくり資料館、岩海遊歩道、三本松公園など施設も充実しています。

距離 21.0km
所要時間 7時間 10分



二級峽

難易度

区間 二級峽～二級峽公園～国立公園野呂山～野呂公園ロッジ～野呂山キャンプ場～弘法寺～三本松公園～王幡神社～亀山神社

見どころ 二級峽、野呂山、膳棚山・野呂山からの瀬戸内海の眺望、氷池周辺の植物、大重岩・小重岩・かぶと岩・大なめら岩等の奇岩、弘法寺のスギ・ヒノキ、亀山神社のシイノキ・コバンモチ群集とイチイガシの巨木等

備考 氷池からかぶと岩・さざなみスカイラインを經由してJR安芸川尻駅を結ぶ支線ルートがあります。

問合せ 西部農林水産事務所 呉農林事業所 林務課自然保護係 TEL：0823-22-5400(代)

8 内海・仁賀ルート (呉市安浦町内海北5丁目～三原市本郷町南方(竹原市との堺))

このコースは、呉市、東広島市、竹原市の3市にまたがっています。なかでも、東広島市安芸津町の風早付近から見る瀬戸内海の眺望は万葉集にも歌われており、すばらしいものがあります。竹原市へ入ったら包山の南側を通過して仁賀小学校まで下り、のんびりと賀茂川沿いに市内中心部へ入ると、古い町並みがあります。そこには、国・県・市が指定した文化財等が数多くあり一見に値します。周辺には、首なし地藏、祝詞山八幡神社万葉歌陶壁、県天然記念物コバンモチの木、万葉火の灘山(保野山)、松尾城趾、岩伏の棚田、池田元総理美術コレクション、パンプー公園など見所がいっぱいです。

距離 42.2km
所要時間 15時間 50分
難易度

区間 亀山神社前～女子畑バス停～祝詞山八幡神社～安芸津病院バス停～岩伏の棚田～仁賀小学校前バス停～長善寺～照蓮寺～西方寺～蟻ヶ平山

見どころ 瀬戸内海展望、竹原市街(古い町並みの文化財)等

周辺/万葉火の灘山(保野山)、祝詞山八幡神社の県天然記念物コバンモチの木、松尾城趾、たけはら美術館の池田元総理コレクション

問合せ 安浦町分：西部農林水産事務所 呉農林事業所 林務課自然保護係
TEL：0823-22-5400(代)
安芸津町・竹原市分：西部農林水産事務所 東広島農林事業所 林務課自然保護係
TEL：082-422-6911(代)



たけはら町並み保存地区



西方寺普明閣

9 佛通寺・竹原ルート (三原市本郷町南方(竹原市との堺)～三原市高坂町許山)

このコース沿いでは、本郷町にある横穴式石室の梅木平古墳・御年代古墳・貞丸古墳がみられます。沼田川沿いに登ると小早川氏本拠地の高山城跡、新高山城跡があり、旧三原市側に入ると、馬井谷(奈良時代、都と太宰府を結ぶ官道真良駅に設置していた馬の飼育所)、自然休養村、昇雲の滝があり、このルートの終点である佛通寺(1397年創建、臨済宗佛通寺派大本山)に着きます。このコースは、いろいろ見どころの多いコースといえます。



佛通寺



昇雲の滝

距離 19.2km

所要時間 5時間20分

難易度

区間 蟻ヶ平山～御年代古墳～梅木平古墳～小早川氏城跡・高山城跡・新高山城跡～馬井谷～佛通寺御調八幡宮県立自然公園～佛通寺

見どころ 本郷町内古墳群(梅木平古墳、御年代古墳、貞丸古墳)、佛通寺、高山城跡、新高山城跡、馬井谷、自然休養村、昇雲の滝

問合せ 東部農林水産事務所 尾道農林事業所 林務課自然保護係 TEL: 0848-25-2011(代)

10 御調八幡宮・佛通寺ルート (三原市高坂町許山～三原市八幡町宮内)

このコースは、全コース佛通寺御調八幡宮県立自然公園の区域内を通過していて、コース沿いには、佛通寺、高羽山(別名大峰山、昔修験者がいたといわれます。)、八坂峠、龍王山(三原市内で一番高い山、標高665m)、貴船神社(御調八幡宮奥の院)、御調八幡宮(769年創建)があります。一般的に山道主体のコースで、高い所からは瀬戸内海が眺望できます。

距離 10.2km

所要時間 4時間50分

難易度

区間 佛通寺～大峰山(高羽山)～佛通寺御調八幡宮県立自然公園～八坂峠～龍王山～貴船神社(奥の院)～御調八幡宮

見どころ 佛通寺御調八幡宮県立自然公園、高羽山(別名:大峰山)、八坂峠、龍王山、貴船神社、御調八幡宮、瀬戸内海の眺望、やはた川自然公園

問合せ 東部農林水産事務所 尾道農林事業所 林務課自然保護係 TEL: 0848-25-2011(代)



龍王山からの眺め(夕日)

11 御調八幡宮・木門田ルート (三原市八幡町宮内～尾道市木ノ庄町木門田)



御調八幡宮

このコース沿いには、御調八幡宮(法均尼創建)、法均尼ゆかりの衣掛けの栗の木、足跡、御調坂、弁慶ゆかりの落石、彭祖の滝、桜滝、高平ダム、竜泉寺ダムなどがあり、全般的に山道主体のコースです。

距離 12.3km

所要時間 5時間10分

難易度 

区間 御調八幡宮～八幡神社前バス停～法均尼衣掛けの栗の木～法均尼の足跡～延命の泉(化粧坂の水)～御調坂の辻堂～落石・名水～高平ダム～竜泉寺ダム～尾道市木ノ庄町木門田(木門田天満宮付近)

見どころ 御調八幡宮、法均尼ゆかりの衣掛けの栗の木・足跡、御調坂、弁慶ゆかりの落石、彭祖の滝、桜滝、高平ダム、竜泉寺ダム

問合せ 東部農林水産事務所 尾道農林事業所 林務課自然保護係 TEL：0848-25-2011(代)

12 木門田・小原ルート (尾道市木ノ庄町木門田～尾道市原田町小原(福山市との堺))

このコース沿いには、標高382mの摩訶衍山の山上に奈良時代の名僧行基が創建したと言われる摩訶衍寺があります。この寺の本尊は、重要文化財に指定されています。

距離 13.9km

所要時間 4時間20分

難易度 

区間 尾道市木ノ庄町木門田(木門田天満宮付近)～幣高八幡神社・木ノ庄簡易郵便局・木ノ庄東小学校～光林寺～摩訶衍寺～妙得寺～原田中学校～尾道市原田町小原(福山市本郷町との境)

見どころ 摩訶衍寺、木門田天満宮、妙得寺

問合せ 東部農林水産事務所 尾道農林事業所 林務課自然保護係 TEL：0848-25-2011(代)

13 上岩成・尾道境ルート (尾道市原田町小原(福山市との堺)～福山市御幸町大字上岩成)



俄山不動院

このコース沿いには、静かな温泉街の本郷温泉やキャンプ場もある本郷憩の森があり、展望の良い大谷山や八反田など所々に福山市街地を望むことができ、山守橋からは平坦なコースとなっています。

距離 23.4km
所要時間 7時間 50分

難易度

区間 尾道市原田町小原(福山市本郷町との境)～吉田橋バス停～本郷温泉(旅館)～鈴池～ふくやま・ふれ愛ランド～俄山不動院～山守橋～福山市御幸町大字上岩成

見どころ 妙皇寺、本郷憩の森、弘法の水、俄山不動院、大谷

山、ふくやま・ふれ愛ランド

問合せ 東部農林水産事務所 林務課自然保護係 TEL: 084-921-1311(代)

14 山野峡・加茂ルート (福山市御幸町大字上岩成～福山市山野町大字山野(岡山県境))

このコースは、上岩成からは加茂川に沿って上り、途中から天神山に登ります。天神山から大谷池へは展望の良い尾根道となっています。

大谷池からは山道が主体となってきますが、途中、岩室観音、馬乗観音、石灰岩の巨大礫である岩屋権現があり、山野峡県立自然公園に入ると聖嶽の奇観や龍頭の滝などがあり、見どころの多いコースです。

距離 33.2km
所要時間 11時間 40分
難易度

区間 福山市御幸町～上岩成バス停～倉田池～太田石バス停～天神山城跡～大谷池～岩室観音～楠田バス停～高松寺～岩屋権現(⇒馬乗観音)～龍頭滝入口バス停(⇒龍頭の滝～四段の滝)～光明寺～猿鳴峡～福山市山野町大字山野(岡山県境)

見どころ 天神山城跡、岩室観音、高松寺、馬乗観音、岩屋権現、聖嶽の奇観、龍頭の滝、四段の滝、光明寺の五葉松

問合せ 東部農林水産事務所 林務課自然保護係 TEL: 084-921-1311(代)



岩屋権現

2◎中国自然歩道南北ルート

1 山野峡・帝釈峡ルート (福山市山野町大字山野～神石郡神石高原町永野)



仙養ヶ原ふれあいの里

このコースは、北の帝釈峡ルート、南の山野峡・加茂ルートを結ぶ歩道で、山野峡、仙養ヶ原、亀鶴八幡神社、観音堂遺跡などのみどころがあります。

距離 57.3km

所要時間 20時間30分

難易度 

区間 福山市山野町大字山野～山野峡キャンプ場～仙養ヶ原ふれあいの里～油木亀鶴八幡神社～帝釈峡観音堂洞窟遺跡～(⇒帝釈川ダム)神竜湖～歴史民俗資料館(神石高原町永野)

見どころ 山野峡、仙養ヶ原、亀鶴山八幡神社、観音堂洞窟遺跡、帝釈峡・神竜湖

問合せ 東部農林水産事務所 林務課自然保護係 TEL：084-921-1311(代)



◀▼帝釈峡 神竜湖



2 帝釈峡ルート (神石郡神石高原町永野～庄原市西城町栗)



帝釈峡 雄橋

このコースは、比婆道後帝釈国定公園の帝釈地区を経て、北の比婆山ルート、南の山野峡・帝釈峡ルートを結ぶ歩道で、特に神竜湖から上帝釈までのおよそ5kmの区間は、溪流沿いのすばらしい歩道となっています。また、上帝釈には石器時代の遺跡も多く文化財の宝庫といわれています。

距離 19.0km

所要時間 5時間30分

難易度

区間 神石高原町永野～神龍橋～

そうめん滝～養魚場～断魚溪～雄橋～白雲洞～永明寺～馬渡遺跡～鬼の岩屋～始終バス停～庄原市西城町栗

見どころ 帝釈峡、神竜湖、断魚溪、雄橋、白雲洞、馬渡遺跡、鬼の岩屋、寄倉岩陰遺跡

問合せ 北部農林水産事務所 林務第一課自然保護係 TEL：0824-72-2015(代)

3 比婆山ルート (庄原市西城町栗～庄原市比和町三河内(島根県境))

このコースは比婆道後帝釈国定公園の比婆山地区の中心部を経て島根県に通じる歩道で、比婆山連峰の雄大な山塊に育った神話、伝説、各種の文化財があり、豊かな自然に包まれています。

周辺には県民の森や休暇村の施設もあり、教育訓練や家族向けレクリエーションなど幅広く利用できるコースです。

距離 37.3km

所要時間 11時間50分

難易度

区間 庄原市西城町栗～大富山城跡～別所鳥居前バス停～イザナミ茶屋～熊野神社～那智ノ滝～竜王山～立烏帽子山～池ノ段～比婆山のブナ純林～烏帽子山～吾妻山

見どころ 比婆山連峰、比婆山のブナ純林、県民の森、熊野神社、竜王山、立烏帽子山、池ノ段、烏帽子山、吾妻山

問合せ 北部農林水産事務所 林務第一課自然保護係 TEL：0824-72-2015(代)



休暇村吾妻山ロッジ



ひろしま県民の森

問合せ先一覧

■ 山口県

山口県 環境生活部 自然保護課 自然共生推進班
〒753-8501 山口県山口市滝町1-1
TEL ● 083-933-3060 FAX ● 083-933-3069
URL ● <http://www.pref.yamaguchi.lg.jp/cms/a15600/index/>

■ 島根県

島根県 環境生活部 自然環境課
〒690-8501 島根県松江市殿町1番地
TEL ● 0852-22-6172 FAX ● 0852-26-2142
URL ● <http://www.pref.shimane.lg.jp/environment/nature/shizen/shimane/chugokusizenhodo/>

■ 鳥取県

鳥取県 生活環境部 公園自然課 自然公園担当
〒680-8570 鳥取県鳥取市東町1-220
TEL ● 0857-26-7200 FAX ● 0857-26-7561
URL ● <http://www.pref.tottori.lg.jp/dd.aspx?menuid=81291>



■ 岡山県

岡山県 環境文化部 自然環境課 自然公園班
〒700-8570 岡山県岡山市北区内山下2-4-6
TEL ● 086-226-7312 FAX ● 086-224-7572
URL ● <http://www.pref.okayama.jp/seikatsu/sizen/sizenkouen.etc/>

■ 広島県

広島県 環境県民局 自然環境課 自然公園グループ
〒730-8511 広島県広島市中区基町10-52
TEL ● 082-511-6705 (直通) FAX ● 082-227-4815
URL ● <http://www.pref.hiroshima.lg.jp/eco/j/j1/sizenhodo/index.htm>

写真協力

山口県、社団法人山口県観光連盟、島根県、鳥取県、政木昭夫氏(鳥取県)、岡山県、広島県、社団法人広島県観光連盟

発行日 平成23年3月
編集 公益社団法人日本環境教育フォーラム
発行 環境省自然環境局総務課自然ふれあい推進室
〒100-8975 東京都千代田区霞が関1-2-2
TEL : 03-5521-8271 (直通)

