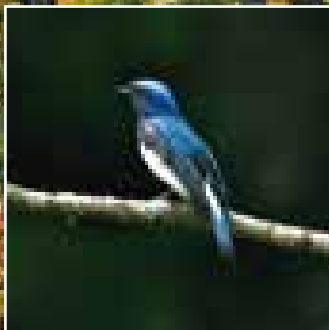


大山隠岐国立公園

National
Parks
of Japan

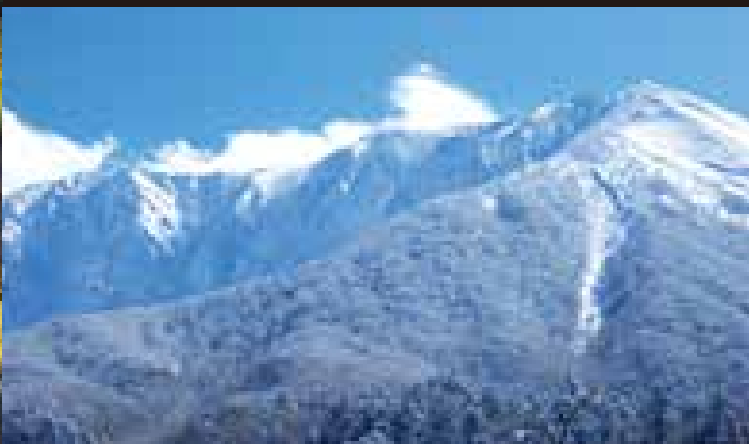
大山蒜山山間徒步路线图



大山是以标高 1,729m(剑之峰)自豪、中国地方的最高峰。

为约 100 万年前～1 万几千年前之间活动所形成的复合火山，由古老的成层火山和新形成的钟形火山组成，山容包含了和缓、宽广的山脚下原野和形成陡坡的中央部分。

山顶部分的北侧、南侧因反复的倒塌，故形成了绵延长达 2km 的“北壁”和“南壁”，可以欣赏到它粗旷的模样。另一方面，由西边可以展望被称为“伯耆富士”的安稳样貌。不同的方位可以欣赏到各种不同的表情。



西日本规模最大的山毛榉林广布于标高 800m～1,300m 之间，已确认有琉璃鸟、黄鹌、普通鹌等野鸟，或以山毛榉为食的富士璀灰蝶、華灰蝶(大山蝶)等蝴蝶。

山顶附近，除了有广阔的国家特别天然纪念物大山东北红豆杉的单一林，还有都贺樱、伊予风露草等高山植物生长着，最近还确认有姬萤栖息。

① 大神神社奥宫、大山寺路线 约2km 约50分钟

沿着被称为日本最长的自然石板参拜道，前往大神神社。包含创建1300年的大山寺，散发历史浪漫情怀的路线。

由大山国立公园中心出发，沿御幸参拜道往上走。

走过山门（寺院大），爬上阶梯，即达大山寺本堂（正殿）。这条路线也推荐由金门展望的景色。

大山国立公园中心
大山寺本堂
大神神社奥宫
金门
大山国立公园中心

③ 大山元谷散步路线 约5km 约2小时

由大神神社奥宫后面往上走、沿着林中登山路线（修行者登山道）前进，就可以到达大水坝。从大水坝展望大山北壁的大屏风岩、小屏风岩和别山的岩石等景观又特别。

天气晴朗时，眼前就可以展望日本海。

大山国立公园中心
大神神社奥宫
大水坝
大神神社奥宫
大山国立公园中心

⑤ 豪圆山路线 约4km 约2小时

由豪圆山山顶可见壮观的大山北壁，天气晴朗时可展望日本海。山顶祭祀着豪圆御正的地藏（大法师的菩萨），他是以大山寺为活动范围，大山寺的复兴之祖。

搭车到豪圆山露营地停车场的话，再15分钟左右就可到达山顶。

大山国立公园中心
豪圆山露营地
豪圆山山顶
豪圆山山顶
豪圆山露营地
大山国立公园中心



② 阿弥陀堂路线 1圈约4km 约2小时

以国家重要文化遗产阿弥陀堂为中心的路线。边探索1300年的历史造就出来的文化遗产、名胜、古迹，边接触大自然。

由大山国立公园中心出发，沿御幸参拜道往上走，便可见大山参拜道市场。

经过大山寺桥，沿往右下方的石阶，便抵达阿弥陀堂。可以欣赏到多种野鸟也是魅力之一。

大山国立公园中心
大山寺桥
莲净院遗迹
阿弥陀堂
往右下方的石阶
阿弥陀堂
僧兵路线
大山寺本堂
大山国立公园中心

④ 寂静山路线 约5km 约2小时30分

寂静山据说创建大山寺的金莲上人的国家之地。可以一边静听地脉怀历史，一边散步的路线。

途中可见石头做成的地藏（菩萨）、石碑、供奉神佛的塔等，每样都能让人感受大山信仰的历史。

由大山国立公园中心出发，沿御幸参拜道往上走，便可见大山寺山门（仁王门）和塔林碑和密宗坊遗址碑。由寂静山可展望大山北壁等。

大山国立公园中心
塔林碑和密宗坊遗址碑
密宗坊遗址碑
金门
密宗坊遗址碑（菩萨）
神门
大神神社奥宫
寂静山
僧兵布马太夫之道
大山国立公园中心

⑥ 大山森林散步路线 约2.5km 约1小时30分

由大山国立公园中心出发，沿御幸参拜道往上走，便可见大山参拜道市场。

经大山寺桥、沿着道路前进，即可到达下山露营地。边聆听小鸟婉转的叫声，边在山毛榉、水榉树的森林散步吧。“大山森林散步道”加进了许多可以接触大自然的巧思！请在散步前将大山自然图鉴应用程式下载到智能手机。

可乘车至下山露营地。

大山国立公园中心
大山参拜道市场
大山寺桥
下山露营地
大山森林散步道
下山露营地
大山国立公园中心

历史和 保护活动

大山山于出云国风土记开头的“国引神话”中登场，在那里，大山（火神岳）和三瓶山（佐比奥山）被当作柱子，把岛根半岛由新罗拉了过来。另外，在明治时代以前是禁止入山的圣地。而其信仰中心即为说是创建于718年的大山寺。据传，平安~室町时代建有100间以上的僧房和3,000名以上的僧兵。战后~昭和50年代，突然增加了许多登山者，而且山顶部分的裸地化和土壤侵蚀导致的倒树方面都成了问题。针对此问题，当地自然保护团体和行政机关共同联手，于昭和60年（1985年）展开“一木一石运动”，由每个登山者分别带着一棵树、一个石头登山，以阻止山顶继续倒树，并复原植被。这个运动现在仍持续进行中，山顶的植被已逐渐恢复中。

另一方面，为了维持日常生活所需草原，在豪圆山有举办“烧荒”活动，这项活动少说从一千多年前就已经开始了，在融雪后的春天，点火焚烧枯草。虽然其面积已缩小到极小，但部分地区现在仍由各个主体参与策划，保存烧荒文化。

大山・蒜山的四季



猪牙花

黄鹂

春

大山三叶杜鹃

烧荒

K.Kurosui

融雪后，猪牙花、独轮车等春天的仙子们（春季植物）展露头角。在新绿的森林中，聚集了许多像黄鹂、琉璃鸟等的夏季鸟类，准备繁殖，其美妙的鸟啼声令人着迷。建议您在这个能感受到生物气息的特别季节，来趟郊游或散步。另外，可以说是春天风景诗的火把活动在蒜山地区也看得到。



都贺樱

火把游行

夏

白珠

山毛榉森林

在自然环境严峻的大山山顶附近，盛开着都贺樱和白珠等高山植物，花朵虽小，色彩却丰富迷人。夏季正式进入登山季节。在山麓还有露营、骑自行车、山毛榉森林散步、骑马等各种各样有趣的活动。还有许多祭神仪式或例行仪式。



键挂岭



山毛榉的果实



山萝卜

秋



下坡滑行

Kohji Shiiki

秋天的艳阳下、西日本规模最大的山毛榉林有如金色耀眼的森林，充满幻想。山毛榉或水橡树等树木的果实，对于生物们有如森林莫大的恩赐。红叶以往都在 10 月下旬到 11 月上旬的时期最为艳丽。绝景景点包含键挂岭、御机、鬼面台等。

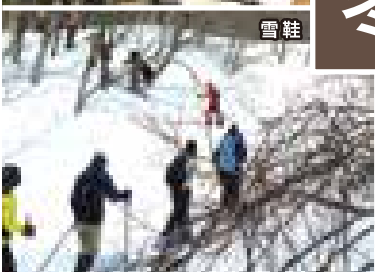


K.Kurosu

普通鸱



小啄木鸟



雪鞋

冬



三钴峰

为凛冽的寒气和纯白的雪所包围，一片有如干净水墨画的风景。宛如所有的东西都在沉睡的静谧之中，普通鸱和小啄木鸟等小鸟们精神饱满地跳跃着。另外有许多像滑雪、滑雪板或可以在冬天的林中散步的雪鞋等有趣的活动。

リサイクル適性 (A)

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

天山蘇山山間徒步路表圖



全部或部分的名、姓、名、姓的登山者，是管理員。請進行檢查安全。享受登山之喜。

了解基本知识·享受登山之乐

初学者 登山 入门

自己的行动自己管理！ 登山的基本知识

以登山来说，依地点和目的的不同，需要准备的东西和所需的技术也不同。可以亲近大自然的登山活动，虽说是种美好的体验，不过事前应了解登山比日常生活更容易发生事故或受伤。

事前确实做好准备，
享受有趣的登山之乐！

必备物品

- | | |
|-------------|---------------|
| ■ 登山背包 | ■ 手机 |
| ■ 适合登山的鞋子 | ■ 地图 |
| ■ 帽子 | ■ 罗盘 |
| ■ 替换衣物·御寒衣物 | ■ 照明 |
| ■ 雨具 | ■ 手表 |
| ■ 药品 | ■ 便携厕所 |
| ■ 移动时的食品 | ■ 防虫喷雾剂 |
| ■ 饮料 | ■ 登山杖（前端付橡胶套） |
| ■ 水溶性卫生纸 | ■ 短裹腿 |
| ■ 垃圾袋 | ■ 手套 |
| ■ 健康保险证 | ■ 防晒霜 |

山上的气候变化多端，请务必备好可以对应的雨具。
另外，山上的气温比平地低，请确实准备御寒用品。

在山上时应注意的事项

● 洗手间
大山的登山道没有洗手间，登山前请务必先上洗手间。
紧急时，请使用便携厕所。

● 大山的冬天
大山的标高约有 1700m，不过因为它是面向日本海的单一山脉，据说一旦天候变坏，其恶劣程度会有如 3000m 级的山脉一般。除了需准备足够的装备和清楚的行动计划，并且千万不要靠近危险的路段。

● 国立公园
大山已被指定为国立公园，垃圾请自行带回。并且，这里禁止采集植物或捕捉动物。

请提出登山申请

若遇难时，可以当作搜寻、营救的线索。登山口或周边设施都设有可提出登山申请的信箱。

另外，登山申请共享系统“compass”也与警察的系统连接，也可以通过智能手机申请。
出发前除了提出登山申请，也让家人或朋友等知道你的去处。

应用程序
开始启用！

大山自然图鉴“DAISEN GURDI”

DAISEN・GURDI

介绍大山的野鸟或植物的
照片或鸟鸣的应用程式 开始传信了！

下载应用程序，来趟“大山森林散步道”之旅吧！



下载应用，请到
Google Play



App Store
下载

Google Play 及 Google Play 商标是 Google LLC 的商标。
Apple 及 Apple 商标是已在美国及其他国家注册的 Apple Inc. 的商标。
App Store 是 Apple Inc. 的服务标记。

以“大山”
检索

大山隐岐国立公园官方 SNS 介绍

大山隐岐国立公园
官方 SNS 开始启用了！

传递辽阔大自然景观等具魅力的信息

大山隐岐国立公园官方 Instagram

大山隐岐国立公园官方 Facebook



扫描 QR 码就可以和大山隐岐国立公园的
Instagram 或 Facebook 链接。

官方 Instagram

<https://www.instagram.com/daisenokinationalpark/>

官方 Facebook

<https://www.facebook.com/Daisen-Oki-National-Park-209406796282541/>

大山国立公園中心



作为大山登山据点、 具有休憩、信息传递等多种功能

大山国立公园中心位于中国地方最高峰的山脉“大山”的入口处，除了提供有关登山、散步、观光、活动等大山隠岐国立公园的信息，还有投币式淋浴、更衣室、投币式存放柜等设施 and 便于等待大巴的休憩室可以使用。由 2F 阳台可以展望国立公园中的岛根半岛、三瓶山以及包含隠岐、由山至海的壮阔景色。特别推荐黄昏时段。

〔开馆时间〕 8:00 ~ 18:30 (入馆免费)

〔休馆日〕 全年无休

〔所在地〕 邮编 689-3318

鸟取县西伯郡大山町大山 40-33

〔咨询处〕 (财)自然公园财团鸟取支部大山事业地

TEL: 0859-52-2165

发行年份:2018 年



環境省

Ministry of the Environment

淋浴室使用介绍

使用 时 间	8:00 ~ 18:00
设 置 数	3 台 (男、女、多用途各 1 间) ※并设有化妆室

投币式存放柜使用介绍

设 置 数	大 : 20 台, 中 : 17 台, 小 : 8 台 滑雪板架 : 12 座
使用时的注意事项	行李请在两天内 (含开始使用日) 取回

鸟取县立大山自然历史馆 (入馆免费)

可以边参观大山的诞生, 以及历史、文化、信仰和丰富大自然的样貌或其保护活动等, 边学习相关知识的设施。

大山町观光导游处

复合设施 KOMOREBITO 的 1 楼有大山周边的观光介绍、旅游安排、导游介绍或安排。在建筑物的 2 楼有咖啡店。