

大山隱岐國立公園

National
Parks
of Japan

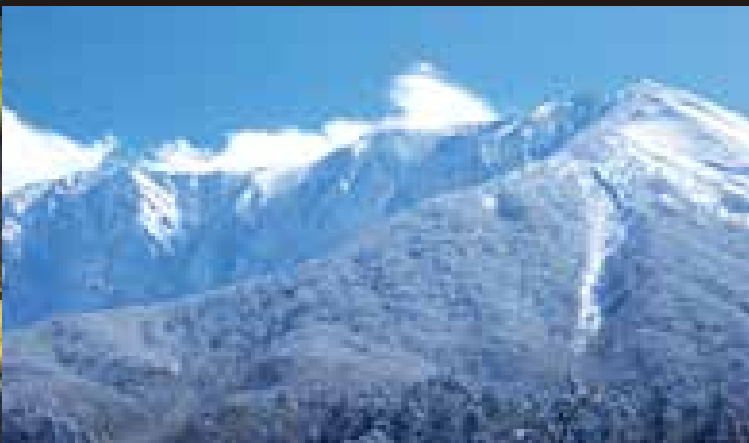
大山蒜山山間徒步路線圖



大山是以標高 1,729m(劍之峰) 自豪、中國地方的最高峰。

為約 100 萬年前～ 1 萬幾千年前之間活動所形成的複合火山，由古老的成層火山和新形成的鐘形火山組成，山容包含了和緩、寬廣的山腳下原野和形成陡坡的中央部分。

山頂部分的北側、南側因反覆的倒塌，故形成了綿延長達 2km 的“北壁”和“南壁”，可以欣賞到它粗曠的模樣。另一方面，由西邊可以展望被稱為“伯耆富士”的安穩樣貌。不同的方位可以欣賞到各種不同的表情。



西日本規模最大的山毛櫸林廣佈於標高 800m ～ 1,300m 之間，已確認有琉璃鳥、黃鶺鴒、普通鴉等野鳥，或以山毛櫸為食的富士燵灰蝶、華灰蝶（大山蝶）等蝴蝶。

山頂附近，除了有廣闊的國家特別天然紀念物大山東北紅豆杉的單一林，還有都賀櫻、伊予風露草等高山植物生長著，最近還確認有姬螢棲息。

① 大神山神社奧宮、大山寺路線 約2km 約50分鐘

沿著被稱為日本最長的自然石石板參拜道，前往大神山神社。包含創建1300年的大山寺，散發歷史浪漫情懷的路線。

由大山國家公園中心出發，沿御幸參拜道往上走。

走過山門（寺院大門）、爬上階梯，即達大山寺本堂（正殿）。這條路線也推薦由金門展望的景色。

大山國家公園中心

大山寺本堂

大神山神社奧宮

金門

大山國家公園中心

③ 大山元谷散步路線 約5km 約2小時

由大神山神社奧宮後園往上走，沿著林中登山路線（修行者登山道）前進，可以到達大水壩。從大水壩展望大山北壁的大屏風岩、小屏風岩和別山的岩石等壯麗景觀特別。

天氣晴朗時，眼前就可以展望日本海。

大山國家公園中心

大神山神社奧宮

大水壩

大神山神社奧宮

大山國家公園中心

⑤ 臺園山路線 約4km 約2小時

由臺園山山頂可見壯麗的大山北壁，天氣晴朗時可眺望日本海。山頂祭祀著象徵正的地藏（大活佛的菩薩），他是以大山寺為活動範圍，大山寺的復興之祖。

搭車到臺園山露營場停車場的話，再15分鐘左右就可到達山頂。

大山國家公園中心

寺之澤金藏 (Shin-zei) 高塔 (高塔)

臺園山麓大台

臺園山山頂

寺之澤金藏 (Shin-zei) 高塔 (高塔)

大山國家公園中心



② 阿彌陀院路線 1里約4km 約2小時

以國家重要文化遺產阿彌陀院為中心的路线。邊探尋1300年的歷史邊找出來的文化遺產、名勝、古蹟，連接觸大自然。

由大山國家公園中心出發，沿御幸參拜道往上走，便可見大山參拜道市場。

經過大山寺後，沿往右下方的石階，便抵達阿彌陀院。

可以欣賞到多種野鳥也是魅力之一。

大山國家公園中心

大山寺後

蓮淨院遺跡

蓮淨院遺跡

往右下方的石階

阿彌陀院

僧兵路跡

大山寺本堂

大山國家公園中心

④ 寂靜山路線 約5km 約2小時30分

寂靜山據說是創建大山寺的金蓮上人入山的隱居之地。可以一邊靜靜地追憶歷史，一邊散步的路线。

途中可見石頭做成的地藏（菩薩）、石碑、供奉神佛的塔等，每樣都能讓人感受大山信仰的歷史。

由大山國家公園中心出發，沿御幸參拜道往上走，便可見大山寺山門（仁王門）和塔。寂靜山可眺望大山北壁等。

大山國家公園中心

塔寺佛和信眾坊屋路跡

暗行路跡

金門

古寺地蔵 (菩薩)

神門

大神山神社奧宮

寂靜山

僧兵路跡為大山之道

大山國家公園中心

⑥ 大山森林散步路線 約2.5km 約1小時30分

由大山國家公園中心出發，沿御幸參拜道往上走，便可見大山參拜道市場。

經大山寺後，沿著道路前進，即可到達大山露營場。邊聆聽小鳥婉轉的叫聲，邊在山毛櫸、水樺樹的森林散步吧。“大山森林散步道”加速了許多可以接觸大自然的巧思！請在散步前將大山自然園應用程式下載到智慧型手機手機。

可乘車至大山露營場。

大山國家公園中心

大山參拜道市場

大山寺後

下山露營場

大山森林散步道

下山露營場

大山國家公園中心

歷史和保護活動

大山於出雲國土記開頭的“國引神話”中登場，在裡面，大山（火神岳）和三瓶山（佐比貴山）被當作種子，把島根半島由新羅等拉了過來。另外，在明治時代以前是禁止入山的聖地，而其信仰中心即為據說是創建於718年的大山寺。據傳，平安～室町時代曾有100間以上的僧房和3,000名以上的僧兵。戰後～昭和50年代，突然增加了很多登山客，而且山頂部分的植被和土壤侵蝕導致的倒塌方面都成了問題。針對此問題，當地自然保護團體和行政機關共同聯手，於昭和60年（1985年）展開“一木一石運動”，由每個登山者分別帶着一棵樹、一個石頭登山，以阻止山頂崩塌倒塌，並恢復植被。這個運動現在仍持續進行中，山頂的植被已逐漸恢復中。

另一方面，為了維持日常生活所需的草原，在蘇山有舉辦“鹿荒”活動，這項活動少說從一千多年前就已經開始了，在融雪後的春天，點火焚燒枯草。雖然其面積已縮到極小，但部分地區現在仍由各個主體參與策劃，保存著文化。

大山・蒜山的四季



豬牙花



大山三葉杜鵑

春



黃鶺鴒



燒荒

融雪后，豬牙花、獨輪車等春天的仙子們（春季植物）展露頭角。在新綠的森林中，聚集了許多像黃鶺鴒、琉璃鳥等的夏季鳥類，準備繁殖，其美妙的鳥鳴聲令人着迷。建議您在這個能感受到生物氣息的特別季節，來趟郊遊或散步。另外，可以說是春天風景詩的燒荒活動在蒜山地區也看得到。



都賀櫻

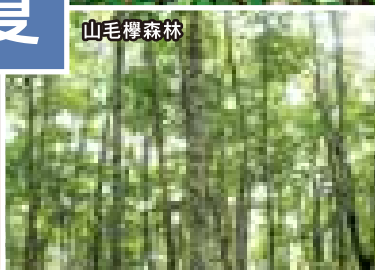


白珠

夏



火把遊行



山毛櫸森林

在自然環境嚴峻的大山山頂附近，盛開着都賀櫻和白珠等高山植物，花朵雖小，色彩卻豐富迷人。夏季正式進入登山季節。在山麓還有露營、騎自行車、山毛櫸森林散步、騎馬等各種各樣有趣的活動。還有許多祭神儀式或例行儀式。



鍵掛嶺



山毛櫸の果實



山蘿蔔

秋



下坡滑行

Kohji Shiiki

秋天的艷陽下、西日本規模最大的山毛櫸林有如金色耀眼的森林，充滿幻想。山毛櫸或水橡樹等樹木的果實，對於生物們有如森林莫大的恩賜。紅葉以往都在 10 月下旬到 11 月上旬的時期最為艷麗。絕景景點包含鍵掛嶺、御機、鬼面台等。

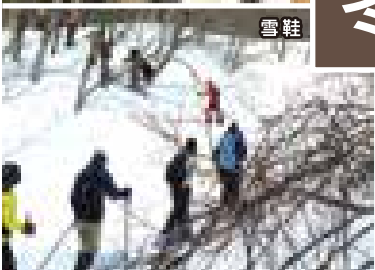


K.Kurosu

普通鴉



小啄木鳥



雪鞋

冬



三鈷峰

為凜冽的寒氣和純白的雪所包圍，一片有如乾淨水墨畫的風景。宛如所有的東西都在沉睡的靜謐之中，普通鴉和小啄木鳥等小鳥們精神飽滿地跳躍着。另外有許多像滑雪、滑雪板或可以在冬天的林中散步的雪鞋等有趣的活動。

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。

天山山山間徒步路圖



全部或部分的山、泉、石、松樹被登山道，如有使用者，請自行確保安全。享受登山之樂。

了解基本知識・享受登山之樂

初學者 登山 入門

自己的行動自己管理！ 登山的基本知識

以登山來說，依地點和目的的不同，需要準備的東西和所需的技術也不同。可以親近大自然的登山活動，雖說是種美好的體驗，不過事前應了解登山比日常生活更容易發生事故或受傷。

事前確實做好準備，
享受有趣的登山之樂！



必備物品

- | | |
|-------------|---------------|
| ■ 登山背包 | ■ 手機 |
| ■ 適合登山的鞋子 | ■ 地圖 |
| ■ 帽子 | ■ 羅盤 |
| ■ 替換衣物・禦寒衣物 | ■ 照明 |
| ■ 雨具 | ■ 手錶 |
| ■ 藥品 | ■ 攜帶式尿袋 |
| ■ 移動時的食品 | ■ 防蟲噴霧劑 |
| ■ 飲料 | ■ 登山杖（前端付橡膠套） |
| ■ 水溶性衛生紙 | ■ 緊身褲 |
| ■ 垃圾袋 | ■ 手套 |
| ■ 健康保險證 | ■ 防曬霜 |

山上的氣候變化多端，請務必備好可以對應的雨具。
另外，山上的氣溫比平地低，
請確實準備禦寒用品。



在山上時應注意的事項

● 洗手間

大山的登山道沒有洗手間，登山前請務必先上洗手間。
緊急時，請使用便攜廁所。

● 大山的冬天

大山的標高約有 1700m，不過因為它是面向日本海的單一山脈，據說一旦天候變壞，其惡劣程度會有如 3000m 級的山脈一般。除了需準備足夠的裝備和清楚的行動計劃，並且千萬不要靠近危險的路段。

● 國立公園

大山已被指定為國立公園，垃圾請自行帶回。並且，這裡禁止採集植物或捕捉動物。



請提出登山申請

若遇難時，可以當作搜尋、營救的線索。登山口或周邊設施都設有可提出登山申請的信箱。

另外，登山申請共享系統“compass”也與警察的系統連接，也可以通過智能手機申請。
出發前除了提出登山申請，也讓家人或朋友等知道你的去處。

應用程式
開始啟用！

大山自然圖鑑“DAISEN GURDI”

DAISEN・GURDI

介紹大山的野鳥或植物的
照片或鳥鳴的應用程式開始傳信了！

下載應用程式，來趟“大山森林散步道”之旅吧！



Google Play
立即下載



App Store
下載

Google Play 及 Google Play 商標是 Google LLC 的商標。

Apple 及 Apple 商標是已在美國及其他國家註冊的 Apple Inc. 的商標。
App Store 是 Apple Inc. 的服務標記。

以“大山”
檢索

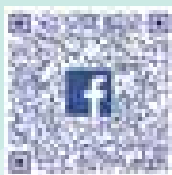
大山隱岐國立公園官方 SNS 介紹

大山隱岐國立公園
官方 SNS 開始啟用了！

傳遞遼闊大自然景觀等具魅力的信息

大山隱岐國立公園官方 Instagram

大山隱岐國立公園官方 Facebook



掃描 QR 碼就可以和大山隱岐國立公園的
Instagram 或 Facebook 連接。

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

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



大山國家公園中心



作為大山登山據點、 具有休憩、信息傳遞等多種功能

大山國家公園中心位於中國地方最高峰的山脈“大山”的入口處，除了提供有關登山、散步、觀光、活動等大山隱岐國立公園的信息，還有投幣式淋浴、更衣室、投幣式存放櫃等設施和便於等待大巴的休憩室可以使用。由 2F 陽台可以展望國立公園中的島根半島、三瓶山以及包含隱岐、由山至海的壯闊景色。特別推薦黃昏時段。

〔開館時間〕 8:00 ~ 18:30 (入館免費)

〔休館日〕 全年無休

〔所在地〕 郵編 689-3318

鳥取縣西伯郡大山町大山 40-33

〔諮詢處〕 (財)自然公園財團鳥取支部大山事業地

TEL: 0859-52-2165

發行年份 : 2018 年



環境省

Ministry of the Environment

淋浴室使用介紹

使用時間	8:00 ~ 18:00
設置數	3 台 (男、女、多用途各 1 間) ※並設有化妝室

投幣式存放櫃使用介紹

設置數	大:20 台, 中:17 台, 小:8 台 滑雪板架:12 座
使用時的注意事項	行李請在兩天內 (含開始使用日) 取回

鳥取縣立大山自然歷史館 (入館免費)

可以邊參觀大山的誕生，以及歷史、文化、信仰和豐富大自然的樣貌或其保護活動等，邊學習相關知識的設施。

大山町觀光導遊處

複合設施 KOMOREBITO 的 1 樓有大山周邊的觀光介紹、旅遊安排、導遊介紹或安排。在建築物的 2 樓有咖啡店。

