

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、黃鸝、普通鶇等野鳥，或以山毛櫸為食的富士瑾灰蝶、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。

大山隱岐國立公園

大山國家公園中心

大山國家公園中心

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。	



鳥取縣立大山自然歷史館

大山町觀光導遊處

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部
TEL:0859-52-2165

發行年份:2018 年

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。	大山國家公園中心
由大山國家公園中心出發，沿御幸參拜道往上走。	大山寺本堂
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。	大神山神社奧宮
	金門
	大山國家公園中心



② 阿彌陀堂路線	1 圈約 4km 約 2 小時
以國家重要文化遺產阿彌陀堂為中心的路線。邊探尋 1300 年的歷史造就出來的文化遺產、名勝、古蹟，邊接觸大自然。	大山國家公園中心
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。	大山寺橋
經過大山寺橋，沿往右下方的石階，便抵達阿彌陀堂。可以欣賞到多種野鳥也是魅力之一。	蓮淨院遺跡
	圓流院
	往右下方的石階
	阿彌陀堂
	僧兵路線
	大山寺本堂
	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面往上走、沿著林中登山路線（修行者登山道）前進，就可以到達大水壩。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暨壯觀又特別。	大山國家公園中心
天氣晴朗時，眼前就可以展望日本海。	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



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的圓寂之地。可以一邊靜靜地緬懷歷史，一邊散步的路線。	大山國家公園中心
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。	塔然碑和信濃坊源盛碑
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）和塔然碑和信濃坊源盛碑。由寂靜山可展望大山北壁等。	暗夜行路碑
	金門
	吉持地藏（菩薩）
	神門
	大神山神社奧宮
	寂靜山
	僧兵車馬太天之道
	大山國家公園中心

⑤ 豪圓山路線	約 4km 約 2 小時
由豪圓山山頂可見壯闊的大山北壁，天氣晴朗時可展望日本海。山頂祭祀著豪圓僧正的地藏（大法師的菩薩），他是以大山寺為活動範圍、大山寺的復興之祖。	大山國家公園中心
搭車到豪圓山露營場的停車場的話，再 15 分鐘左右就可到達山頂。	中之原金蓮 (Gin-Ran) (酒店) 前
	豪圓山烽火台
	豪圓山山頂
	中之原金蓮 (Gin-Ran) (酒店) 前
	大山國家公園中心



⑥ 大山森林散步道路線	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。	大山國家公園中心
經大山寺橋、沿著道路前進，即可到達下山露營場。邊聆聽小鳥婉轉的叫聲，邊在山毛櫸、水橡樹的森林散步吧。“大山森林散步道”加進許多可以接觸大自然的巧思！請在散步前將大山自然圖鑑應用程式下載到智慧型手機手機。	大山參拜道市場
可乘車至下山露營場。	大山寺橋
	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

大山・蒜山的四季



在自然環境嚴峻的大山山頂附近，盛開著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。



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。



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，普通鶇和小啄木鳥等小鳥們精神飽滿地跳躍著。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。

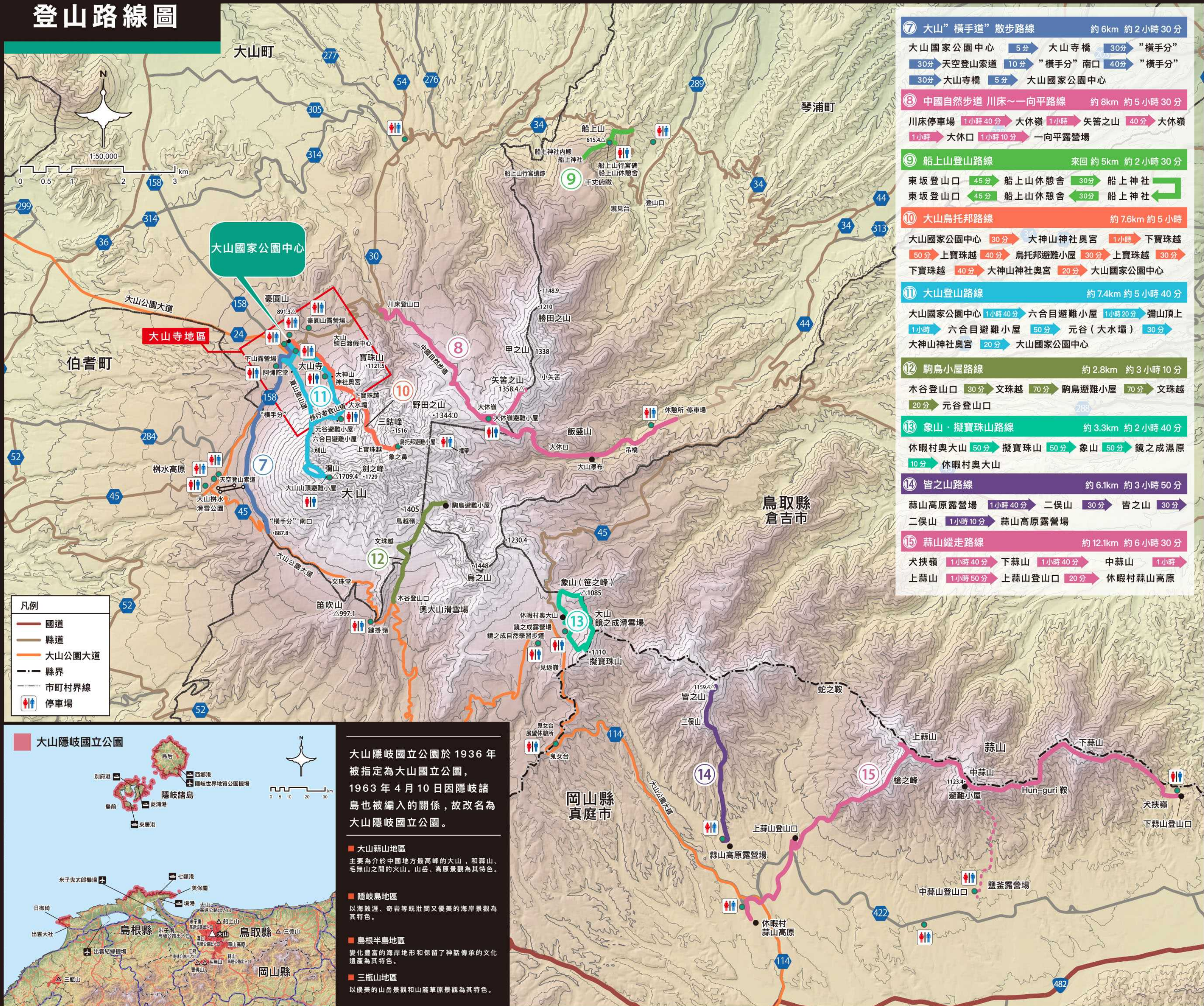
歷史和保護活動

大山於出雲國風土記開頭的“國引神話”中登場，在裡面，大山（火神岳）和三瓶山（佐比賣山）被當作柁子，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，而且山頂部分的裸地化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，以阻止山頂繼續倒塌，並復原植被。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，在蒜山有舉辦“燒荒”活動，這項活動少說從一千年前就已經開始了，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，保存燒荒文化。

登山路線圖



- ⑦ 大山”橫手道”散步路線 約6km 約2小時30分

大山國家公園中心 5分 大山寺橋 30分 ”橫手分” 30分 天空登山索道 10分 ”橫手分”南口 40分 ”橫手分” 30分 大山寺橋 5分 大山國家公園中心
- ⑧ 中國自然步道 川床～一向平路線 約8km 約5小時30分

川床停車場 1小時40分 大休養 1小時 矢筈之山 40分 大休養 1小時 大休口 1小時10分 一向平露營場
- ⑨ 船上山登山路線 來回約5km 約2小時30分

東坂登山口 45分 船上山休憩舍 30分 船上山神社 45分 船上山休憩舍 30分 船上山神社
- ⑩ 大山烏托邦路線 約7.6km 約5小時

大山國家公園中心 30分 大神山神社奧宮 1小時 下寶珠越 50分 上寶珠越 40分 烏托邦避難小屋 30分 上寶珠越 30分 下寶珠越 40分 大神山神社奧宮 20分 大山國家公園中心
- ⑪ 大山登山路線 約7.4km 約5小時40分

大山國家公園中心 1小時40分 六合目避難小屋 1小時20分 彌山頂上 1小時 六合目避難小屋 50分 元谷(大水壩) 30分 大神山神社奧宮 20分 大山國家公園中心
- ⑫ 駒鳥小屋路線 約2.8km 約3小時10分

木谷登山口 30分 文珠越 70分 駒鳥避難小屋 70分 文珠越 20分 元谷登山口
- ⑬ 象山・擬寶珠山路線 約3.3km 約2小時40分

休暇村奧大山 50分 擬寶珠山 50分 象山 50分 鏡之成濕原 10分 休暇村奧大山
- ⑭ 皆之路線 約6.1km 約3小時50分

蒜山高原露營場 1小時40分 二俣山 30分 皆之山 30分 二俣山 1小時10分 蒜山高原露營場
- ⑮ 蒜山縱走路線 約12.1km 約6小時30分

犬狹嶺 1小時40分 下蒜山 1小時40分 中蒜山 1小時 上蒜山 1小時50分 上蒜山登山口 20分 休暇村蒜山高原

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 | ■ 手機圖鑑 |
| ■ 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 |
| ■ 移動時的食物 | ■ 防蟲噴霧劑 |
| ■ 飲料 | ■ 登山杖(前端付橡膠套) |
| ■ 水溶性衛生紙 | ■ 登山褲 |
| ■ 垃圾袋 | ■ 緊身褲 |
| ■ 健康保險證 | ■ 手套 |
| | ■ 防晒霜 |

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.的服務商標。

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/daisenokinationalpark/
Daisen-Okii-National-Park-209406796282541/

大山隱岐國立公園於1936年被指定為大山國立公園，
1963年4月10日因隱岐諸島也被編入的關係，故改名為大山隱岐國立公園。

■ 大山蒜山地區
主要為介於中國地方最高峰的大山，和蒜山、毛無山之間的火山。山岳、高原景觀為其特色。

■ 隱岐島地區
以海蝕崖、奇岩等既壯闊又優美的海岸景觀為其特色。

■ 島根半島地區
變化豐富的海岸地形和保留了神話傳承的文化遺產為其特色。

■ 三瓶山地區
以優美的山岳景觀和山麓草原景觀為其特色。

本地圖在製作時，得到國土地理院長的許可，並使用了國土地理院發行的基礎地圖信息。(許可號碼 平29(2017)情使、第1342號)

全部或部分的⑧、⑨、⑩、⑫路線的登山道，沒有管理者。請自行確保安全，享受登山之樂。