

美作 トレッキング コース

mimasaka city trekkingcourse

登山道
● 登山口
▲ 山頂、展望台
■ 登山コース

※ 登山道はすべてが安全とは限りません。必ず確認して安全な道を利用しましょう。

難易度
★☆☆ … 初心者向けコース
★★☆☆ … 中級者向けコース
★★★☆☆ … 上級者向けコース

※ 難易度は個人差があります。天候や体調などを考慮して計画しましょう。

pick up! 林野駅 から行ける山

林野駅から徒歩で行けるトレッキングコース。駅に到着したら、そのまま登山へ向かうことができます！美作市の中心部の山に登って、市内を一望してみたいはいかがでしょうか。

01 里山公園 satoyamakoen

【登山口】山を囲うように各地域に設置されており、歩きやすいコースが多いので、高齢・体力的にヒココースも選択できるのも魅力である。左の写真は林野(美作市役所付近)からの登山口。

詳細 標高：292.0m(塩野尾山)
登山口(栄町)まで：徒歩約10分

【登山口】 中国自動車道美作IC

標高：292.0m
登山口(栄町)まで：徒歩約10分

02 三星山 mitsuboshiyama

山頂には天正7年(1579年)に落城した三星城跡がある。お盆と年末年始の時期には、山頂に「美」の文字の電光が浮かび上がる。山頂からは、中国自動車道美作IC方面に市街地が一望できる。

【登山口】美作中央病院(国道179号線沿いの道にある)明見三星稲荷神社に進む。

詳細 標高：233.2m
登山口まで：徒歩約10分

標高：233.2m
登山口まで：徒歩約10分

03 城山 shiroyama

南北朝時代から江戸時代の約300年にわたり林野城があったとされる。山頂の城跡付近には井戸の跡があり、住跡をしのべせる。登山道途中の「二の丸」から湯郷温泉方面が一望でき、三星山も対岸に垣間見ることができ。

【登山口】 国道179号線沿いの坂を上がり、安養寺の手前、パワーストーンの裏の道を進む(写真)。右手に看板がある。

詳細 標高：249.0m
登山口まで：徒歩約25分

標高：249.0m
登山口まで：徒歩約25分

湯郷温泉 から行ける山

湯郷温泉街のまわりにも、登山コースがあります。湯郷温泉は療養効果、美肌効果のある泉質ですので、登山で疲れた身体を癒しましょう。

04 大山 oyama

登山口からの舗装道路を約2.3km登ると展望台があり、湯郷温泉街を眼下に見渡すことができます。頂上までの道は整備されており、梅雨の時期には、約3,000枚の花びらが咲き、冷え込み時期には、展望台から雲海が見える。

【登山口】 湯郷温泉街をぬけて吉野川に架かる「からき橋」を渡り、林野方面へ300mほど進むと、大山展望台の看板があるのを登山口とする。駐車場があり、車で登ることも可能。

詳細 標高：342.3m
登山口まで：観光案内所から徒歩約10分

標高：342.3m
登山口まで：観光案内所から徒歩約10分

05 塩垂山 shiotareyama

湯郷温泉から散策するのに良い距離にあり、山頂から眼下に湯郷温泉街を見下ろすことができる。反対側へ下ると女子サッカーチーム岡山瀬戸の練習場である、美作ラグビー・サッカー場に続く。

【登山口】 湯郷温泉側の登山口は温泉街を進み、長興寺の石段へ向かう。登山道は「湯郷ウォーク」がコースとして整備されており、ラビー・サッカー場側は水道公園から登る。

詳細 標高：249.0m
登山口まで：観光案内所から徒歩約5分

標高：249.0m
登山口まで：観光案内所から徒歩約5分

24 大仙山 daisenzan

天正7年に攻められ落城した井の内城跡。眼下に吉野川を見下ろす眺望が良い場所である。山頂からは、東に後山、西に那岐山を望むことができる。山頂付近にある巨岩(鳥帽子岩)に施された文字は、世界最古の文字「シユール文字」ではないかと言われている。

【登山口】 下山地区の旧公文小学校跡付近からと、別所の池付近(写真)の二つのコースがある。

詳細 標高：252.2m
登山口まで：林野駅 から車で約15分

標高：252.2m
登山口まで：林野駅 から車で約15分

22 袴ヶ仙 hakamagasen

「籠笠富士」と呼ばれ、南から北方向を眺めると、袴の姿に見える美しい山。山頂からは、東に後山、西に那岐山を望むことができる。山頂付近にある巨岩(鳥帽子岩)に施された文字は、世界最古の文字「シユール文字」ではないかと言われている。

【登山口】 宮ノ上集落からの登山口(写真)。300mほど進むと左手に山に入る登山道が続く。塩地区からのコースもある。

詳細 標高：930.4m
登山口(宮ノ上)まで：林野駅 から車で約45分

標高：930.4m
登山口(宮ノ上)まで：林野駅 から車で約45分

19 小房山 obusayama

かつて小房城が築かれた山。山頂からは西に袴ヶ仙、北に駒の尾山、後山、日名倉山など360度の眺望が見渡せる。

【登山口】 能登香の里近くの小房集落の民家の横に登山口の看板(写真)がある。登山口付近は車道が狭いので注意。

詳細 標高：509.9m
登山口まで：江見駅 から車で約20分

標高：509.9m
登山口まで：江見駅 から車で約20分

25 愛宕山 atagosan

鎌倉、安土桃山の時代を浪谷氏により300年あまり統治されており、1580年ごろまでこの愛宕山の頂上付近にあった城尾城を中心に築いていた。

【登山口】 県道374号線福本の信号から入り県道414号線沿いをしばらく進むと、真神の境内の塚から登る。

詳細 標高：359.0m
登山口まで：林野駅 から車で約20分

標高：359.0m
登山口まで：林野駅 から車で約20分

23 真木山 makisan

長福寺は当初、真木山の山頂に開かれていたが、昭和3年に現在の場所に移築された。真木山頂への道は、中国自然歩道として整備されているので、当時の歴史を探索しながら、登山が楽しめる。

【登山口】 長福寺から左奥に入っていくと、千の滝と高きう道の途中に看板があり、登山口が示されている(写真)。

詳細 標高：428.8m
登山口まで：林野駅 から車で約20分

標高：428.8m
登山口まで：林野駅 から車で約20分

20 杉坂峠 sugisakatoge

中国自然歩道のJR美作土居駅から大内谷までの13.3kmのコースに杉坂峠がある。峠には杉坂の間の跡があり、かつて後醍醐天皇がこの関所を超えたと伝えられる。

【登山口】 能登香の里近くの小房集落の民家の横に登山口の看板(写真)がある。登山口付近は車道が狭いので注意。

詳細 標高：509.9m
登山口まで：江見駅 から車で約20分

標高：509.9m
登山口まで：江見駅 から車で約20分

21 郷路山 goroyama

江見小学校の校歌で歌われるなど、昔から地元で親しまれる山。江見地区を代表する山であり、頂上からは全方位の眺望が良い。

【登山口】 国道179号線から南に下り、原地区にある、ほの宮のハウスホール前側の道を下ると登山口へつながる。

詳細 標高：300.0m
登山口まで：江見駅 から車で約10分

標高：300.0m
登山口まで：江見駅 から車で約10分

06 日名倉山 hinakurasan

「美作富士」と呼ばれ、初心者でも登山が楽しめる。山頂からは稲庭、小豆島が眺望できる。8合目に整備されたベルビール自然公園の鍾乳には、日本の大きさを誇るスウィングベルが設置され、東粟倉地域を一望できるパノラマが広がる。

【登山口】 国道429号線からベルビール自然公園への登山口に入り、すぐ左手が登山口。

詳細 標高：1047.1m
登山口まで：大原駅 から車で約20分

標高：1047.1m
登山口まで：大原駅 から車で約20分

07 総検行山 sokenyugosan

登山道からは、東に「美作富士」日名倉山を望むことができる。眼下には後山・中谷集落を見下ろすことができる。尾根道は歩きやすくハイキングコースとしておすすめ。

【登山口】 国道429号線から県道556号線に入り、兵庫県界の手前に登山口の看板がある。

詳細 標高：823.7m
登山口まで：大原駅 から車で約15分

標高：823.7m
登山口まで：大原駅 から車で約15分

美作アルプス Mimasaka alps

標高1,200m以上の峰を連ねる後山・船木山・鍋ヶ谷山・駒の尾山は「美作アルプス」と呼ぶにふさわしい山容。四季を通じて登山者を魅了する。ハイキングやバードウォッチングなど自然を感じる森林浴で心も体もリフレッシュ!

【登山口】 大原駅から登山口まで：1. 車で約30分 2. 車で約20分

標高1,200m以上の峰を連ねる後山・船木山・鍋ヶ谷山・駒の尾山は「美作アルプス」と呼ぶにふさわしい山容。四季を通じて登山者を魅了する。ハイキングやバードウォッチングなど自然を感じる森林浴で心も体もリフレッシュ!

08 駒の尾山 komanosan

複数の登山道があり、雪山登山もできる人気の山。山頂からの眺望は360度開け、好天時は東に後山・日名倉山、西に大山・那岐山、北に美ノ山、南に瀬戸内海が望める。登山道は整備されており、冬季の登山も人気。冬は西粟倉側からのスタートがおすすめ。

【登山口】 国道429号線から県道556号線に入り、兵庫県界の手前に登山口の看板がある。

詳細 標高：823.7m
登山口まで：大原駅 から車で約15分

標高：823.7m
登山口まで：大原駅 から車で約15分

09 鍋ヶ谷山 nabegatanisan

駒の尾山と船木山の間にあり、尾根はチンマザサ(根曲が竹)の道となっている。登山口は、駒の尾山、船木山の登山口から登りそれぞれの頂上から、鍋ヶ谷山の頂上を目指すことができる。兵庫側からの林道が登山道として利用できる。

【登山口】 県道5号線壬生地区にある大辛郵便局から集落を東に470m行くと林道を通る登山口に到着する。

詳細 標高：385.5m
登山口まで：大原駅 から車で約15分

標高：385.5m
登山口まで：大原駅 から車で約15分

12 高照峰 kosyobo

大原地域で最も高い山で、学校の名前に使われたり、投網にも登場。また、地元が初めて補助自動車を購入したときに、「高照峰」と名づけたという話もあり、地元では親しみのある山。山頂からは旧因幡街道大原街を見下ろすことができる。

【登山口】 大原駅から国道373号線を左折し南へ100m進み、マルクの建物が見えたら右折。連なり約1.5km付近に登山口がある。

詳細 標高：655.0m
登山口まで：大原駅 から徒歩約25分

標高：655.0m
登山口まで：大原駅 から徒歩約25分

14 二重寺山 nijujisan

頂上からは、二重寺観音堂があり、旧山城主新左衛門の菩提寺でもある。旧大野尋常高等小学校の校歌で歌われていた。

【登山口】 国道429号線川上地区にある一茶山登山寺の山門前。国道沿いに登山寺の看板がある。雲山寺の裏の池を登る。

詳細 標高：523.0m
登山口まで：大原駅 から車で約10分

標高：523.0m
登山口まで：大原駅 から車で約10分

15 城山 joyama

登山口から約600m付近に高林正一位稲荷大明神がある。旧城山中学校の校歌に歌われ、昔から地元で親しまれてきた。

【登山口】 県道5号線壬生地区にある大辛郵便局から集落を東に470m行くと林道を通る登山口に到着する。

詳細 標高：385.5m
登山口まで：大原駅 から車で約15分

標高：385.5m
登山口まで：大原駅 から車で約15分

13 竹山城跡 takeyamajoseki

竹山城は「太平記」にも登場する中世後期の山城。宮本武蔵の祖父・平田経監、父・平田二郎はこの城の豪者であり、剣道師範としても仕立てられた。南東には武蔵の塁、北東には後山、眼下に吉野の町並みなどの眺望が広がる。

【登山口】 大原駅から南へ約1.5km進み、柱本プロントが見えたらすぐ右折。その先、橋を渡り、左折するとすぐに登山口の看板あり。

詳細 標高：424.0m
登山口まで：大原駅 から徒歩約20分

標高：424.0m
登山口まで：大原駅 から徒歩約20分

17 能登香山 notokayama

「組織 能登香の山 誰れか 君来ませるに 組織かつ寝む」能登香山は万葉集にも詠まれる。地元では双子山とも呼ばれている。

【登山口】 国道429号線沿い旧栗井小学校の横に入り道なりに進み、突き当りに看板あり。右折し、しばらく行くと池がある。池の手前と奥に別々の登山口がある。

詳細 標高：398.6m
登山口まで：江見駅 から車で約15分

標高：398.6m
登山口まで：江見駅 から車で約15分

18 黒見山 kurumiayama

頂上付近は黒見山公園として整備され、展望台(写真)からは美しいパノラマが広がる。春は桜、秋は紅葉を楽しむことができる。

【登山口】 県道46号線沿いの井上商店の前から、舗装道路を渡る(写真)。公園の駐車場まで舗装道路が続き、車で登ることができる。

詳細 標高：441.0m
登山口まで：土居駅 から車で約15分

標高：441.0m
登山口まで：土居駅 から車で約15分

16 竜王山 ryuowayama

大鳴池は、明治時代に灌漑用として二つの池が整備され、天婦池の別称があったが、平成4年老朽化により再整備が行われて一つの池となった。

【登山口】 登山口から約600mあたりに大鳴池があり、この付近まで車で行くことができる。

詳細 標高：439.0m
登山口まで：宮本武蔵駅から徒歩約10分

標高：439.0m
登山口まで：宮本武蔵駅から徒歩約10分