6 中国自然歩道 三瓶山麓コース 令和2年12月改訂版

北の原・西の原モデルコース 西の原・湯抱モデルコース

北の原 ←約5.0km 徒歩約150分→ 西の原　西の原 ←約8.4km 徒歩約180分→ 湯抱

浮布池と三瓶山

コースの概要

■中国自然歩道　三瓶山麓コース

三瓶山（さんべさん）は、西・東・北にそれぞれ広大な草原をもったトロイデ型火山で、国立公園に指定されています。優美な裾野のうえには、男（お）三瓶山・女（め）三瓶山・子（こ）三瓶山・孫（まご）三瓶山などの峰々が環状に連なり、その内側に室の内（むろのうち）と呼ばれる火口があります。

■北の原・西の原モデルコース

三瓶山北の原から西の原草原へ続くコースで、三瓶山北斜面自然林を通って姫逃池に至る2.5kmの区間は、「自然観察モデルコース」に指定されています。

■西の原・湯抱（ゆがかい）モデルコース

三瓶山西の原から浮布池を通過し、山を越えて湯抱温泉へ至るコースです。

注意事項

自然歩道を歩くときはマナーを守り、安全第一で利用してください

- あらかじめ距離、時間、交通機関などを調べ、余裕のあるスケジュールを立てましょう。
- 通行止区間や熊・マムシの危険がないか等、観光案内所で最新情報を確認しましょう。
- 天気予報や雲の動きに注意し、天候が悪いときは歩行を控えましょう。
- 路上に転石や枯枝が見られる場所などでは、立ち止まらず、落石・落枝に注意して通行しましょう。
- 崖崩れや倒木で通行が難しいときは、無理せず元来た道を引返し、次に歩く人のために、観光案内所に状況をお知らせください。
- タバコやコンロの使用は、山火事の危険がありますので、十分気をつけてください。
- 動植物を傷つけないようにしましょう。
- ゴミは必ず持ち帰りましょう。
- 車道区間は、中国自然歩道の標識があまり整備されていませんので、お手持ちの地図や道路標識等でルートをご確認ください。

中国自然歩道の12コース（37モデルコース）をパンフレットで紹介しています。

No.	コース名称	No.	コース名称
1	美保関・大平山コース	7	石見銀山街道コース
2	朝日山・一畑寺コース	8	断魚渓・千丈渓コース
3	鰐淵寺・大社・立久恵コース	9	浜田海岸コース
4	宍道湖・斐川・雲南コース	10	大麻山・龍雲寺・双川峡コース
5	鬼の舌震・吾妻山コース	11	匹見峡・安蔵寺山コース
6	三瓶山麓コース	12	津和野コース

この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の数値地図25000（地図画像）、数値地図25000（地名・公共施設）及び数値地図50mメッシュ（標高）を使用した。承認番号　平22業使、第641号）

マツムシソウ

問い合わせ先
島根県　自然環境課
〒690-8501 松江市殿町128番地
TEL 0852-22-6172　FAX 0852-26-2142
ホームページ 島根県自然環境課 検索
E-mail：shizenkankyo@pref.shimane.lg.jp

印刷用の紙にリサイクルできます

交通アクセス

■三瓶（さんべ）方面へ

- JR大田市駅～三瓶温泉（バス約45分）
- JR大田市駅～三瓶自然館前（バス約60分）
- 石見銀山～県道46号（大田桜江線）～県道30号（三瓶山公園線）

バス会社の連絡先

【出雲空港連絡バス】
☎0853-21-1144
出雲一畑交通（HP有）

【大田市から三瓶方面へのバス】
☎0854-82-0662
石見交通　大田営業所（HP有）

タクシー会社の連絡先

大田市内に数社あります。
「大田市 タクシー」でHP検索するか、次の案内所へお尋ねください。

【大田市観光協会】
☎0854-88-5590
【温泉津観光案内所】
☎0855-65-2065

レンタカー会社の連絡先

大田市内に数社あります。
「大田市 レンタカー」でHP検索するか、次の観光案内所へお尋ねください。

【JR大田市駅観光案内所】
☎0854-84-5430

モデルプラン

三瓶自然館周辺のモデルプラン
【初　日】三瓶自然館見学、自然観察モデルコース散策、さんべ地区宿泊（北の原キャンプ場、さんべ温泉など）
【2日目】三瓶山登山

湯抱温泉周辺のモデルプラン
【初　日】西の原・湯抱モデルコース散策、湯抱温泉泊
【2日目】三瓶山登山（縦走）

便利情報

■周辺の最新情報、宿泊情報、温泉情報については、次へお問い合わせください。
- 大田市観光協会観光案内所事務局（大田市役所仁摩支所内）（HP有）☎0854-88-5590
- JR大田市駅観光案内所　☎0854-84-5430
- 島根県立三瓶自然館「サヒメル」（HP有）　☎0854-86-0500
- 北の原キャンプ場　☎0854-86-0152
- 三瓶小豆原埋没林公園「さんべ縄文の森ミュージアム」（HP有）☎0854-86-9500
- 国立三瓶青少年交流の家（HP有）　☎0854-86-0319

三瓶小豆原埋没林公園「さんべ縄文の森ミュージアム」
（国指定の天然記念物／令和2年6月日本遺産認定）

約4千年前の縄文時代後期の頃、太古の森の巨木群を三瓶山の火山活動による火砕流や土石流が飲み込み、巨木の森は地底に埋没した。長い年月を経た今、私たちはその地底の森を発掘されたままの姿で見たり、触れたりすることが出来る。展示されている根株は、顔を近づけると杉の香りが残っていることが分かる。縄文時代への時間旅行で太古のパワーを感じてみよう。

佐田行政センター
コースのスタート地点。

国立三瓶青少年交流の家
三瓶山北の原に位置し、自然体験や集団宿泊体験などの体験活動や研修活動を通して、青少年の健全育成を図ることを目的とした国立青少年教育施設。

島根県立三瓶自然館サヒメル
三瓶山を中心に島根の自然を紹介。見て、触れる体験型の展示や本格的な天文台、プラネタリウムなど子どもから大人まで楽しめる自然系博物館。いろいろなテーマの自然観察会や今日の星空を案内する生解説プラネタリウム、毎週土曜日に開催される天体観察会などが大好評！

齋藤茂吉鴨山記念館
美郷町湯抱にある鴨山を柿本人麻呂の終焉の地と定めた歌人・齋藤茂吉の研究の遺墨・遺品・写真・書物を展示。「人麿が　つひのいのちを　をはりたる　鴨山をしも　此処と定めむ」と刻まれた歌碑が建立されている。

北の原キャンプ場
三瓶の自然を満喫できるキャンプ場。テントサイトの他に冷暖房完備のケビンやペットも宿泊出来るドッグバンガローなども備え、個人から団体まで楽しむことができる。