



SUPERB VIEW  
全部絶景!

たっぷり

とっとり

たっぷり紹介!

ととりの山を



本とマルチメディアの融合! ▶

DIGITAL HYBRID BOOK



山の日

記念全国大会  
in鳥取 2018.8.11

# CONTENTS

▲ なぜ「山の日」ができたの？ .....	p.2
▲ 第3回「山の日」記念全国大会 in 鳥取 & 伯耆国「大山開山1300年祭」 .....	p.3
▲ とっどりの山 LINE UP <b>PART 1</b> .....	p.5
▲ 山を楽しむために 正しく準備しよう！ .....	p.21
▲ Compassアプリ/サイトを利用しよう！ .....	p.22
▲ とっどりの山 LINE UP <b>PART 2</b> .....	p.23
▲ 登るだけじゃない！ 山の楽しみ方 .....	p.29
▲ 山のお土産 アラカルト .....	p.31
▲ とっどりの山 ACCES MAP .....	p.33

# 8.11

## なぜ「山の日」ができたの？

日本は国土の約7割を山地が占める「山の国」です。山は水源の涵養や空気の浄化などの直接的な恩恵だけでなく、蓄えられた水や養分が川を流れて流域の生き物や農産物を育み、海に注いで豊かな漁場を形成するなど、この国で暮らす全ての人たちに多くの恩恵を与えています。

8月11日「山の日」は、そうした山の恩恵に感謝し、山に親しむことを目的に、世界で初めての山に関する祝日として2016年に制定されました。

このガイドブックは、とっとり県内の主要な山をたっぷりご紹介しています。動画あり、VRあり、3Dのマップありと、超盛りだくさんの「DIGITAL HYBRID BOOK」です。パソコンやスマホを片手に見るのもよし、山に携帯するのもよし、いろいろな使い方をしながらとっどりの山を存分に楽しんでください！



2018 8/10・11

鳥取で開催されます!

「山に親しむ機会を得て、山の恩恵に感謝する」という意義のもと、2016年より8月11日が「山の日」として祝日になりました。

2018年には、鳥取県大山で第3回「山の日」記念全国大会 in 鳥取が開催されます! 鳥取県では全県を挙げ、気運醸成を図り、豊かな自然と山の魅力をPRするさまざまな取り組みやイベントを行っています。



大会概要

**レセプション** 8/10(金) p.m. **記念式典** 8/11(土) a.m. **シンポジウム** 8/11(土) p.m.

ANA クラウンプラザホテル米子 大山総合体育館 米子市公会堂

**歓迎フェスティバル** 8/11(土)

〈大山エリア〉 〈米子エリア〉  
大山国体広場・森の恵み感謝祭 米子市公会堂～えるもーる・里の恵み感謝祭、ステージイベント、エクスカージョン

くわしくは <http://mountainday-tottori.jp/>



伯耆国「大山開山 1300年祭」

2018 5月～11月

大山寺開創より1300年

鳥取県の名峰「大山」は、2016年に日本遺産認定、また国立公園満喫プロジェクトモデル地域にも選定されるなど、大いに注目されており、2018年には開山1300年を迎えます。

この節目の年に大山山麓地域の自治体、観光、経済団体等官民が一体となって、伯耆国「大山開山1300年祭」を展開し、さまざまなイベントが開催されます。



伯耆国「大山開山1300年祭」ステージ構成

「大山への祈り」ステージ

- 開山1300年記念「開創法要」
- 開山1300年記念「特別祈禱」(要予約)
- 大山の大献灯
- 古の装束をまとい、御輿とともに練り歩く「御輿行列」ほか

「大山からの恵み」ステージ

- 第3回「山の日」記念全国大会 in 鳥取
- 特別展示「大山山麓の至宝」～「大山」ゆかりの刀を中心に～
- 古の大山道をたどる新しい「大山語り」ホーリー・トレイル大会
- 1300年祭おもてなし料理 ●大山「星」のフェスティバル
- 1300本のたいまつ行列 ほか

くわしくは <http://www.daisen1300.org/>



本ガイドの使い方

記載されている二次元コードを読み込むかURLを打ち込んでページにジャンプすると、動画やVR立体映像が見られたり、マップを3Dで動かして登山ルートや周辺情報を確認できたりとデジタルコンテンツ盛りだくさん! ぜひ試してみてください!



PCで360°グリグリ見回そう!

Shiftキーを押しながら画面をドラッグすると、マップが3Dでグリグリ動きます!

スマホで動画 or VRを楽しもう!

二次元コードを読み込むと、動画やVR映像が見られます。VR映像はスコープで見るとさらに臨場感UP!

- 〈スコープをご利用の方へ〉
- ・ご利用の際は周りに十分ご注意ください。
  - ・定期的に休憩をとってください。
  - ・小さなお子様には使用させないでください。

スเปックアイコンについて

本ガイドでは、山の特徴をアイコンで表示しています。それぞれの意味は以下の通りです。



難易度について

難易度3の表示例  
(危険箇所あり/ある程度体力必要)  
【難易度】★★★★★

本ガイドでは、登山の難易度を★の数で表しています。体力が必要で危険度が高いと★が増えます。あくまで目安ですので、実際に登山する際は現地にご確認ください。

百名山について

日本百名山協会に認定された山については、「百名山」「花の百名山」「中国百名山」等の表示をしています。

歩行時間について

初心者が無理なく歩ける時間の目安を表示しています。(休憩時間は含まず)

登山ルートについて

登山ルートはイメージです。所要時間は参考数値です。諸条件によって異なります。必ず現地の最新の情報を電話等で確認してからお出かけください。



PHOTO  
八幡橋(米子市)付近からの  
「ダイヤモンド大山」

登山も、遊びも

写真も、お参りも

全部おまかせ。



01 大山

【別称】伯耆富士など

「だいせん」

【標高】1,729m(剣ヶ峰)  
【山域】中国山地中部  
【難易度】★★★★★

日本百名山 花の百名山 中国百名山 伯耆三山 ミシュラングリーンガイド1つ星★

## 中国地方最高峰 日本名峰ランキング3位の 山陰が誇る名山

### 大山を上から見ると

大山は西側から見た姿が富士山によく似ているため、「伯耆富士」とも呼ばれていますが、実は上から見ると屋根のような形をしていて、見る方向によってまったく違う表情を見せます。それぞれの地域でその見え方に誇りを持っています。

### 本当は1,709m?

大山の一番高いところは「剣ヶ峰」の1,729mですが、一般的には、登山客が登ることのできる最高地点である「弥山」の1,709mが頂上とされています。



山陰地方のほぼ中央、大山隠岐国立公園の中心に、中国地方の最高峰である大山はそびえ立っています。

歴史、文化、信仰、自然、アクティビティなど様々な面で重要な拠点であり、名実ともに中国山地の王者。「日本名峰ランキング」で3位を獲得したこともある、まさに山陰が誇る名山です。

## 【しょうめんだいせん】 正面大山

「伯耆富士」の名の由来は西側からのシルエット  
多くの人を訪れる重要な山

いわゆる「伯耆富士」と呼ばれるのは西側から見た姿が由来で、遠くは島根県松江市からもその美しい姿を拝むことができます。出雲大社も大山との関係があるという説もあるほど、大山は山陰にとって非常に重要な山なのです。

米子からアクセスしやすく、登山やスキーの拠点ということもあり、また登山ブームも追い風となって、非常に多くの人を訪れる山です。



### 夜の大山も素晴らしい!

2017年から鳥取県は「星取県」と名乗ってキャンペーンを展開しています。

大山周辺の星の輝きは説明の必要もありません。その瞬間を収める多くの写真家が夜な夜な出かけるのうなずけます。

ダイヤモンド大山は、必ず朝日。  
当たり前ですが、正面大山は西から撮影しますので、必ず朝日になります。



PHOTO  
博労座から望む大山北壁

【だいせんじ】  
**大山寺**

大山登山の拠点があり  
スキー場もある地域

2つの登山道はいずれも大山の北側にあり、どちらも大山寺付近が始点となることから、この辺りが登山の拠点として栄えています。特に大山自然歴史館や大山ナショナルパークセンター、KOMOREBITO（観光案内所）では、大山にまつわる豊富な情報が得られます。

その他、山岳信仰で隆盛を誇った大山寺・大神山神社奥宮も登山道の途中にあり、その他の寺社も周辺に集まっています。

スキー場も北側に多くあり、だいせんホワイトリゾートは「海が見えるグレンデ」として冬の期間には多くの人を訪れます。



**遭難事故に注意！**

大山は日本海に面した独立峰であることから、気象条件が厳しく、特に冬は寒気の影響をまともに受けるため、標高に対し遭難事故が比較的多い山です。十分な準備と適切な判断で、事故を未然に防ぎましょう。

**登山ルート**

MAP  
↓PCがおすすめ!  
<https://goo.gl/h1pEit>

所要時間目安(片道)

- ① 夏山登山コース：約3時間
- ② ユートピアコース：約4時間



① **ダイセンキャラボク**

キャラボクはイチイの変種で、8合目付近に大群落が形成されており、「ダイセンキャラボク」の名で親しまれています。国の特別天然記念物に指定されており、鳥取県の県木でもあります。

PHOTO  
山頂小屋付近を上空から撮影



登山は必ず複数で！  
山の中では正常な判断ができなくなるおそれも、必ず登山は複数人で行くようにしましょう！

2017年11月から  
閲覧可能になりました！



Googleストリートビューで登山道を見てみよう！  
<http://www.pref.tottori.lg.jp/270596.htm>

大山登山での動植物の採取は絶対禁止！  
大山は国立公園、自然保護ルールは厳格に定められています。木の枝一本でも持ち帰りNGです。

【だいせんみなみかべ】

# 大山南壁

かきかけとげ  
鍵掛峠からの紅葉は絶景  
奥大山の水は全国に流通

大山の南側といえば鍵掛峠からの眺めが有名で、紅葉シーズンは多くの写真家が訪れます。ゴツゴツした岩肌と紅葉のコントラストがとても美しく、まさに絶景です。

江府町の御机地区では、古くからの佇まいを残す茅葺き屋根の小屋と大山南壁が同時に収まる撮影スポットが有名です。

また、このエリアは「奥大山」とも呼ばれ、豊かなブナ林に育まれた水は全国から注目されています。



## 御机の茅葺き小屋

御机地区の一角に建つ茅葺き屋根の小屋が地元カメラマンの目にとまり、今や町を代表する撮影スポットとして定着しています。

## 岩肌と紅葉のコントラスト

鍵掛峠から大山の南壁を見る景色は、ゴツゴツした岩肌と鮮やかに色づく紅葉の対比がとても美しく、圧倒されます。

PHOTO

鍵掛峠からの大山と紅葉



人と話すのが好きだに。



# 大山登山のススメ

頂上に笑顔の花が咲く☆

頂上の避難小屋では、笑顔の素敵な「歩荷さん」が、登山者の疲れた身体と心を癒やしてくれます。この触れ合いも、山の楽しみのひとつです。



大山が大好き！

この屈強な肉体を見よ！

快適な山小屋のため、毎日荷物を運んでくれる歩荷さん。20~40kgの荷物を時には1日2回、工事資材運搬では3~4回運びます。脱帽！

ここにまた戻りたくなる。

避難小屋の中はなんとも言えない味わい深さ。「山に登ってきたんだ」という非日常感を味わうことができます。

この味わい。



至福の一杯。

最高にロマンチック♪

一緒に山を登った仲間意識と最高の景色から、普段あまり話さない相手とも会話がはずみます。時にはロマンチックな展開も？



星を眺めると素直になれる

山は人を素直にさせます。しーんと静まり返った夜の景色を眺めていると、人生観さえも変わってしまうかも。

肉眼の方がはるかに綺麗。



# 02 烏ヶ山

「からすがせん」

【標高】1,448m  
 【山域】中国山地中部  
 【難易度】★★★★★



奥大山の恵みを

存分に堪能しよう！

中国百名山

## 「山陰のmatterホルン」の愛称で親しまれる独立峰

大山の南東に鋭くそそり立つ姿が精神な独立峰。  
 「山陰のmatterホルン」の愛称で親しまれています。  
 南側から見ると、大きなカラスが飛び立つ様に見えることが名前の由来とされています。\*謝辞あり  
 鳥取県中部地震の影響で山頂付近では崩落の危険があり登山の際には注意が必要です。  
 東側の鏡ヶ成高原には休暇村があり、キャンプ、トレッキング、スキーを楽しみに多くの人が訪れます。

### 奥大山の水は大山の恵み

木谷沢渓流の近くには、「サントリー天然水 奥大山ブナの森工場」があります。ここで採取された水は、ミネラルウォーターとして主に西日本で流通しています。硬度はおよそ20の軟水。口当たりがやわらかく、「甘い」と言ってもいいほどに水のおいしさを感じます。



### 木谷沢渓流

ブナの森を通った清らかな水が滔々と流れる、奥大山の重要なスポットです。

### 所要時間目安(片道)

① 約2時間



### 大山滝

大山滝は、「日本の滝百選」に選ばれています。片道30分ほどの遊歩道には吊橋もあり、人気のスポットです。

PHOTO

切り立った烏ヶ山頂上。奥に見えるのが大山。

MAP

↓PCがおすすめ!

<https://goo.gl/mp2Wu7>





中国地方で

2番めに高い山。

おとくち MEMO

山に入ったら自己責任  
山の危険をきちんと把握して、時には思い切って引返す判断も必要です。

## 登山ルート

所要時間目安(片道)

- ① 氷ノ越コース：約2時間
- ② 三ノ丸コース：約3時間
- ③ 仙谷コース：約3時間

MAP

↓PCがおすすめ!

<https://goo.gl/BFwUUz>

PHOTO  
三ノ丸コース中腹から見た  
山頂避難小屋



### わかさ氷ノ山 キャンプ場

オートキャンプやバンガローなど、大自然に囲まれた中国地方有数の施設とロケーションを誇るキャンプ場です。

日本二百名山 中国百名山

## 鳥取・兵庫に またがる山 スキー場が有名

氷ノ山の名前は、かつては鳥取県側が「須賀ノ山」、兵庫県側が「氷ノ山」と呼ばれていましたが、現在は「氷ノ山」となっています。中国地方第2位の標高をもつ氷ノ山は、ブナの自然林が残り、ツキノワグマなどが生息する、まさに自然の宝庫です。漣川平や那岐山などとともに氷ノ山後山那岐山国定公園に指定されています。

登山道の途中には「氷ノ越」と呼ばれる峠があって、因幡と但馬を結ぶお伊勢参りの峠として知られています。

豪雪地帯のためスキー場としても有名で、多くの人を訪れますが、それ以外は原生林が保全されていて、「21世紀に残したい日本の自然100選」や「日本の秘境100選」などに選ばれています。

03 氷ノ山

【別称】須賀ノ山

【ひょうのせん】

【標高】1,510m  
【山域】中国山地東部  
【難易度】★★★★★





# 04 三徳山

「みとくさん」

【標高】900m

【難易度】★★★★★



これぞ

日本一危ない

国宝鑑賞!!

中国百名山 | 伯耆三山 | ミシュラングリーンガイド2つ星★★

## 山全体が三徳山三佛寺の境内

さんぶつじ

三徳山は、古くは「美徳山」と記された山岳仏教の霊場です。切り立った断崖絶壁に建てられた国宝の「三佛寺投入堂」が有名です。建立年代は平安時代後期とされ、修験道の開祖、役小角が法力で建物ごと平地から投げ入れたという伝承が語り継がれています。

山自体の標高は900mですが、この投入堂は520mの位置にあります。天候によっては入山が禁止される

ほか、道中は「行者道」と言われる非常に険しい山道を進むので、十分な用意と注意が必要です。両手両足を使って進んだり、鎖を使って崖をよじ登る「行場」もあります。

登ることが難しい場合は、ふもとの車道から投入堂を遠望できる「遙拝所」から見るすることができます。

## 登山ルート

所要時間目安(片道)

※山頂への登山ルートはありません

① 約40分



### 文殊堂からの眺めも絶景!

国の重要文化財、文殊堂は手すりのない廻り縁が特徴的です。高いところが苦手な人は足がすくんでしまうかも!

PHOTO  
三佛寺投入堂

MAP  
↓PCがおすすめ!  
<https://goo.gl/q9NoSp>



PHOTO  
見晴らし抜群の頂上

たたら<sup>たたら</sup>のルーツ

山陰の歴史に

大きく関わった山。

## 登山ルート

所要時間目安(片道)

- ① 上萩山コース: 約1時間  
(健脚コース)



### ! カタクリの花

4月中旬から5月初旬まで、頂上で一面に咲く「カタクリの花」は必見です。苦勞してたどり着いた頂上で広がる景色は感動を覚えます。

### ! せんようさい 宣揚祭

霊峰として知られる船通山山頂では毎年7月28日に奉納神振行事「宣揚祭」が行われ、神楽「剣の舞」が奉納されます。



体力づくりは普段からしっかりと！  
運動不足の状態ではいきなり挑戦するのはケガや事故のもと。しっかりと体力をつけてから挑みましょう。

中国百名山

## 登山をしながら 歴史探訪

鳥取県日南町と島根県奥出雲町にまたがる山で、『古事記』の中の神話「スサノオノミコトのヤマタノオロチ退治」の舞台となったことで知られています。

山頂にはスサノオがオロチを退治したときに尾から出た剣「天叢雲剣(三種の神器の一つ。草薙剣の異名)」が出現したことを記す「天叢雲剣出願の地」の碑が建っています。

良質の砂鉄が採れたことから、船通山の一带はたたら製鉄の一大産地となりました。また、山を切り崩して大量の土砂を流したことから、山陰の地形に大きな影響を与えたり、農耕文化や食文化にも変化を起こしたと言われています。

登山は比較的容易で、見晴らしが良いのが特徴です。山頂付近には樹齢1,000年とも言われる国の天然記念物「イチイの木」が、扇状に地表を覆って繁茂しています。

動植物の種類も豊富で観察にも適していますので、シーズン中の晴れた日に登るのがおすすめです。

# 05 船通山

「せんつうざん」

【標高】1,142m

【山城】中国山地中部

【難易度】★★★★★



# 06 船上山

「せんじょうざん」

【標高】615m  
【難易度】★★★★



中国百名山 伯耆三山

## 歴史好きと山好きに愛される山

船上山は大山火山の噴火でできた山で、大山から北東へ続く尾根の末端に位置しています。

溶岩が冷えて固まった断崖絶壁が数キロに渡って続いていて、「屏風岩」と呼ばれています。この地形は要塞に適していて、古戦場となりました。

船上山は、鎌倉時代に隠岐の島を脱出した後醍醐天皇が新政復活を誓って立てこもった山として、歴史ファンにも知られています。

またこの山麓には、遅咲きの桜が有名な「船上山万本桜公園」も整備されており、その八重桜は4月下旬に見頃を迎えます。

高原ドライブやハイキングも楽しめる人気の山です。

後醍醐天皇と

鎌倉幕府軍の

古戦場



### 船上山万本桜公園

昭和62年の「むらおこし事業」の一貫として、住民の手によって桜が植栽されました。1万本を目指したことが名前の由来とされています。毎年4月下旬には、「船上山さくら祭り」が開催され、多くの人を訪れます。

PHOTO  
屏風岩により独特の雰囲気をもたらす船上山

## 登山ルート

所要時間目安(片道)

① 約50分



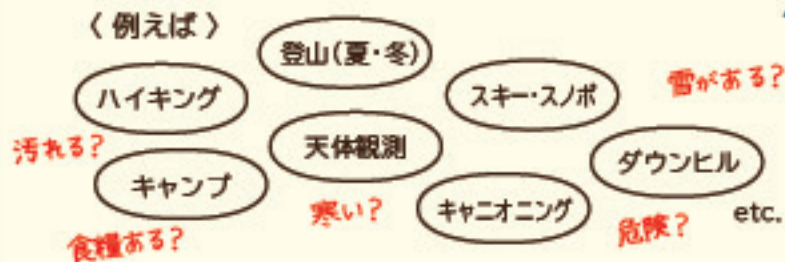
# 山を楽しむために 正しく準備しよう!

SMART PREPARATION FOR CLIMBING

安全に山を楽しむためには、さまざまな準備が必要です。十分な知識と準備を整えてから山に向かいましょう!  
最初は経験者と!

## 山で何をする?

山の楽しみ方は実にさまざま。シチュエーションによって準備も変わります。あなたがやりたいのはどれですか?



## 何を準備する?

〈例えば登山の場合〉

- バックパック  
取り出しやすいものを。
- 無線機器 **ケータイも!**  
トランシーバーが心強い!
- 食器とカトラリー  
持ち運びやすいものが◎。
- 栄養補助食品  
素早い栄養補給に。
- ボトル(水筒)  
飲み物を入れておく。
- レインウェア  
上下揃えて必ず用意。
- アンダーウェア  
綿は汗が乾きにくいので×。疲労軽減に効果を発揮。
- ストック
- タオル  
吸水性の高いものを。
- コンパス  
地図とセットで常備。
- クッカー  
調理器具があると便利。
- 音が鳴るもの  
熊よけに必要です。

いろいろな規定をして準備をしていきましょう。

〈登山の服装例〉



## その他気をつける事は?

- 体調は万全に **お酒は控えよう。**  
山では基本的に誰も助けてくれません。自力で下山できるように、体力づくりや体調管理に努めましょう!
- 天気はこまめにチェック  
山の天気は、本当に変わりやすいんです。天候によっては躊躇せず中止しましょう!



- 山のマナーを勉強しよう **挨拶は基本。**  
気持ちよく過ごすためにはもちろんマナーが大切。調べていきましょう!
- 緊急連絡先を確認  
もしもの時にどこに連絡すればよいか、誰が自分の連絡先を知っているか確認しましょう!

- 登山届を出そう **これ重要!**  
自分の所在を知らせる重要な届け出です。ネットでもできるので、必ず登山届を出しましょう!



- コースの予習は入念に  
最近ではインターネットで簡単にコースがわかります。イメトレは大事ですよ!

## ネットで登山届

## 楽々♪ 登山計画

## 登山記録&みんなでつながる



# Compass

アプリ/サイトを利用しよう!

これまで、登山の際の登山届は登山口のポストや警察に直接提出していました。Compassは、登山計画・登山届・下山届をインターネットで提出でき、友人や家族との共有もできるサービスです。安全に、安心して山や自然を楽しむための情報もサイトには満載。ぜひ利用しましょう!

## Compassの使い方

### 1. 会員登録する **登録無料!**

まずは無料で会員登録。必要事項を記入して、送られてきたメールのURLをクリックするだけです。



※画面はイメージです。

### 2. 登山計画を立てる

地図を見ながら目指すルートをクリックしていくだけで、簡単に行動予定が登録できます。



※画面はイメージです。

### 3. 必要事項を入力→登山届を送信

入山日時、装備品のチェック、食料や水の携行量、保険加入の有無、性別や血液型、生年月日など本人の情報、同行者の情報などを入力し、「登山届を提出」ボタンをクリックすれば完了です。

## Compassの良いところ

インターネットで簡単に登山届が出せるのはもちろんですが、下山予定時刻から7時間を過ぎると、緊急連絡先にメールが届きます。つまり、気を失っていても、電波が繋がらなくても連絡が行くので、もしもの時にたいへん心強いのです。

### 今後の動き

- 登山届を義務化へ  
長野県では2016年7月から登山届の提出を条例で義務化しており、今後他の県でも提出を義務化する流れが加速すると予想されています。
- 「スマート山岳道標」実証実験 5月から  
Compassと連動する装置で登山者の通過状況を把握するシステムの実証実験が、2018年5月から大山・烏ヶ山の登山道で開始されます。安心・安全な山の環境が整うことが期待されます!



Compassのサイトはこちら

〈運営〉公益社団法人日本山岳ガイド協会  
<http://www.jfmgga.com/>





大山と並ぶ

火山の両横綱

PHOTO  
ブナ林の紅葉が美しい扇ノ山

# 07 扇ノ山

「おうぎのせん」

【標高】1,310m  
【山域】中国山地東部  
【難易度】★★★★★



日本三百名山 関西百名山 中国百名山

## 360°の眺望が美しい 地元に愛される山

扇ノ山は中国・近畿地方の代表的な火山の一つで、大山と  
ならぶ鳥取県の「火山の両横綱」とされています。

多様な動植物が見られ、希少種で国産でもあるオオムラサキを  
見ることができます。また、北方系のユリ科であるタケシマ  
ランは鳥取県内では扇ノ山のみ分布しています。

- 所要時間目安(片道)
- ① ふる里の森コース：約2時間
  - ② 姫路公園コース：約1時間
  - ③ 河合谷コース：約1時間強



！ 005765  
檜櫓

6合目付近(1,150m)には、  
檜櫓と呼ばれる巨岩があります。  
登ることもできますが、かなり  
勇気が要ります。



中国百名山

## 鳥取市街地を一望できる 登りやすい山

鳥取市市街地にありアクセスがよく、山頂からの眺めもよいこと  
から、登山者が多い山です。久松公園としても知られ、山頂からは  
鳥取砂丘や鳥取市街地が一望でき、麓は桜の名所となっています。

山頂には鳥取城の本丸跡(天守跡)が残っています。鳥取城は室町  
時代後期に築かれ、江戸時代には鳥取藩主池田家の居城として知ら  
れていましたが、明治維新後に解体されました。



所要時間目安(片道) ① 約40分

【標高】263m  
【難易度】★★★★★



！ ひんぷろかく  
仁風閣

明治40年、元鳥取藩  
主池田家の別邸として建  
てられた白亜の洋館。国  
の重要文化財です。



信長も「名城」と評した

ひのもと  
日本にかくれなき名山

PHOTO  
久松公園と仁風閣



# 09 米子城跡

「よなごじょうあと」

【標高】90m  
【難易度】★★★★★



## 所要時間目安(片道)

- ① <駅から> 約30分  
<登山口から> 約15分



## 米子市民の憩いの場 であり桜の名所

米子市街地に隣接した湊山の山頂に、かつて天守閣をもつ四層の本格的な城であった米子城の石垣が残っています。

コースはよく整備されており15分ほどで登ることができ、山頂からの展望もよいため、散歩やウォーキングのコースとして地元民に人気があります。麓の湊山公園から山頂にかけて、桜の名所として親しまれています。

かつての城山は

地元民の

お散歩コース



PHOTO 米子城跡公園から望む大山

花・紅葉・スキーで

一年中楽しめる



中国百名山

## 季節の花々と ファミリースポーツ

日南町にある花見山は、その名の通り花が多く咲き花見登山が楽しめる山です。春のスイセンに始まり、初夏はヤマツツジやアヤメ、秋にはドウダンツツジやマツムシソウが咲きます。また紅葉も美しく、季節の色彩を楽しむことができます。また、冬季はスキー場として親しまれています。なだらかで、比較的登りやすい山です。

所要時間目安(片道) ① 約30分

# 10 花見山

「はなみやま」

【標高】1,188m  
【難易度】★★★★★



花見山山頂(1,188m)

花見山スキー場

中国百名山

## 毛(木)の無い 山頂から見渡せる絶景

鳥取県江府町と岡山県新庄村にまたがる山で、4月下旬から5月上旬にかけてカタクリの可憐な花が楽しめます。平成9年に地元団体によって鳥取県側の登山道が新たに開設されました。登山道にある巨岩やブナ林のほか、付近には「白馬の滝」などのスポットもあり、見どころの多い山です。

所要時間目安(片道) ① 約1時間

# 11 毛無山

「けなしやま」

【標高】1,218m  
【難易度】★★★★★



大山の

ビュースポットとしても人気

PHOTO 毛無山全景



大山の

背比べ伝説が  
残る山

PHOTO  
鷲峰山 全景

14  
宝仙山  
「ほうぶつさん」



ブナの巨木が

見つめてきた

自然

PHOTO  
麓から見た宝仙山

中国百名山

古くからの信仰の山

日野町にある宝仙山は、かつては畑地や放牧場として利用されてきた里山です。平成11年に地元ボランティアにより登山道が開設され、登りやすくなりました。

豊かな景観と自然が残されており、登山道にはブナ林や杉林、クヌギなどの林が続き、5月の新緑や11月の紅葉など森林浴が楽しめます。山頂からは大山や美保湾が一望できます。



所要時間目安(片道)

1 約3時間

12  
鷲峰山  
「じゅうぼうやま」

【標高】921m  
【山域】中国山地中部  
【難易度】★★★★★

中国百名山

鷲が羽を広げたような  
勇壮な佇まい

鳥取市鹿野町にある鷲峰山は、鷲が羽を広げて飛び立とうとする姿に見えることから、この名がついたとされています。大山と背比べをして鷲峰山が勝った『大山の背比べ』伝説が知られています。登山道入り口が5つあり、いずれも標高のわりに距離が長いコースで、さまざまな景観が楽しめます。



所要時間目安(片道)

1 約1時間40分

※その他のコースも長い距離を歩くこととなりますので、十分な準備をして挑みましょう。

中国百名山

13  
那岐山  
「なぎさん」

【標高】1,255m  
【難易度】★★★★★

中国百名山

花々が咲く  
神宿る山

那岐山は鳥取県智頭町と岡山県奈義町にまたがり、古くからイザナギ・イザナミが宿る信仰の山として知られています。標高1,000m付近にはドウダンツツジの群生があり、5月下旬から6月上旬に見頃を迎えます。4月下旬から5月上旬にはシャクナゲが咲き、また小さな滝や小川、大木など見どころがたくさんあります。

所要時間目安(片道)

1 約1時間30分  
2 約1時間30分

日本三百名山 中国百名山

山頂からの  
360°大パノラマは  
圧巻の一言

那岐山は鳥取県智頭町と岡山県奈義町にまたがり、古くからイザナギ・イザナミが宿る信仰の山として知られています。

標高1,000m付近にはドウダンツツジの群生があり、5月下旬から6月上旬に見頃を迎えます。4月下旬から5月上旬にはシャクナゲが咲き、また小さな滝や小川、大木など見どころがたくさんあります。

PHOTO  
那岐山 山頂付近

登る  
だけじゃない!



# の楽しみ方

近年、新しい山の楽しみ方が続々と登場しており、人気を博しています。あなたに合った楽しみ方を見つけましょう!

なが  
眺める

## 山ウォッチング/紅葉狩り/野鳥観察

山はどこから見ても美しい。そしてそこに生きるものもまた美しいものです。まずは山に目を向けて、よく観察してみましょう。

あが  
崇める

## 寺社巡り/ 御朱印帳巡り

多くの山は崇拝の対象であり、寺社も多数存在します。それぞれを巡りながら、心を清らかにするのがオススメです。



←大山寺本堂

と  
捕らえる



## 昆虫採集/溪流釣り/きのこ狩り/山菜採り

山の恵みに感謝。採取・狩猟禁止の山も多いので、必ずその山のルールを調べてから出かけてください!

ふか  
深める



## キャンプ/ハイキング

友人や家族と絆を深めるには、山が最適。大自然の中では心も開放的になります。助け合いの精神で共同作業をしてみましょう。

せ  
攻める



## シャワークライミング/ダウンヒル/ キャニオニング/トレッキング

自然と一体になることで、新しい何かを発見しましょう! ※マナーを守って正しく遊びましょう。

きわ  
極める

## スキー/スノーボード/ソリ/ スノーシュー/雪合戦

超定番のスノーアクティビティ。王道の楽しさ。雪を操る快感は格別です!



おさ  
収める

## 写真撮影

山の表情は刻々と変わり、シャッターチャンスだらけ! その一瞬の美しさを逃す手はありません。



ひろ  
広める



## SNS

山の素晴らしさをできるだけ多くの人に伝えましょう。あなたも山大使だ!

## 星ウォッチング/ ほたるウォッチング

澄んだ空気の中で、幻想的な夜を過ごすのは、まさに非日常。休日前のお楽しみにいかがでしょうか。

きら  
煌めく





地元推薦!

# 山のお土産 アラカルト

SOUVENIRS A LA CARTE

山にまつわるお土産を集めました♪  
どの品も自信を持っておすすめできる逸品です!



## 大山

豪円とうふ、豪円豆乳、  
豪円豆乳のチーズケーキ

【大山火の神岳温泉 豪円湯院】  
県内産大豆と地下1,200mから湧き  
出る天然温泉の源泉水をたっぷり使っ  
た、濃厚な豆腐が人気。

## 大山

天然水奥大山

【江府町地域振興 水工場ヨーデル】  
大山の天然水を標高800m地点で汲み上げ、  
工場まで導きボトリング。硬度21を誇る軟水  
で、デリケートな赤ちゃんのミルクにも最適。

## 大山

大山Gビール

【久米桜麦酒場】  
大山のブナの森が育んだ恵みの水から  
造られた本格地ビール。「ヴァイツェン」  
が国際大会で世界一に輝くなど、国内外  
のコンテストで多数の受賞歴を誇る。  
大山開山1300年記念ビールも登場!  
(H30.5予定)

## 船上山

大山  
のむヨーグルト

【大山乳業農業協同組合】  
鳥取県産の生乳と乳製品を  
使った飲みごたえのある  
ヨーグルトです。



## 三徳山

愛染明王護摩木  
(お守り付)

【三朝温泉観光協会・三徳山】  
国宝【投入堂】併設されている愛染堂  
の守護神【愛染明王】には、すべての  
愛を叶えるご利益があるといわれてい  
ます。この護摩木は、恋愛成就の祈願、  
お守りとして女性に人気です。



## 那岐山

ルパーブジャム、  
智頭杉の木工品、  
クロモジウォーター

【(一社)智頭町観光協会】

甘酸っぱいテイストのルパーブジャム、智頭杉のランプシェード  
やコースター、森の香りを詰め込んだクロモジウォーターなど、  
智頭の魅力満載の品々です。



## 宝仏山

金持酒(徳利)

【(株)大岩酒造本店】

金持神社で開運祈願をおこ  
なされた御神酒を徳利に。  
ご贈答に喜ばれる縁起の  
良い品です。



## 米子城跡

十八万石

【米仙堂】

米子城に因んだ銘菓。甘味をおさえたつぶあん  
をそぼろ状の皮で包みあげ、くるみをのせ香り  
良く焼き上げた一品。



## 馬ノ山

豆乳  
ドーナツ

【(株)とうふ工房雨滝】

生しぼり豆乳をたっぷり使い、揚げたては  
外はサクッと中はふんわりとして甘さも  
控えめ。



## 氷ノ山

氷ノ山  
夏いちごジャム

【道の駅若桜 桜ん坊】

若桜町氷ノ山(標高900m)の清らかな水を活  
かし、栽培した夏いちごを原料に、酸味と甘さ  
にこだわったジャムです。すっきりとした味  
が、夏の暑さにぴったりです。



## 船通山 花見山

音楽熟成  
トマトジュース

【日南トマト加工場】

日南町特産の「桃太郎ト  
マト」に音楽を聞かせる  
“音楽熟成”という手法で  
熟成。無添加ながら、驚  
異の「糖度7度以上」!



## 問い合わせ先一覧

大山	大山町役場大山支所 伯耆町役場 江府町役場	TEL 0859-53-3110 TEL 0859-68-4211 TEL 0859-75-3222
氷ノ山	若桜町役場	TEL 0858-82-2238
三徳山	三朝温泉観光協会	TEL 0858-43-0431
馬ヶ山	江府町役場	TEL 0859-75-3222
船通山 花見山	日南町観光協会	TEL 0859-82-1715
船上山	琴浦町商工観光課	TEL 0858-55-7801
馬ノ山	鳥取市役所国府支所 八頭町役場 八頭町観光協会	TEL 0857-39-0560 TEL 0858-76-0208 TEL 0858-72-6007
鷲峰山	鳥取市役所鹿野町総合支所	TEL 0857-84-2012
那岐山	智頭町役場	TEL 0858-75-4111
毛無山	江府町役場	TEL 0859-75-3222
米子城跡	米子市役所	TEL 0859-22-7111
久松山	鳥取市役所	TEL 0857-20-3235
宝仏山	日野町役場	TEL 0859-72-0332

○県内のバリアフリー観光施設などの情報  
NPO法人トラベルフレンズ・とっとり  
<http://tottori-hahoho.net/>

OTourist information for Tottori, Japan  
多言語観光情報提供ページ(とりネット)  
<http://www.pref.tottori.lg.jp/250417.htm>

## たっぷり とっとり 山GUIDE

2018年3月発行

発行者  
第3回「山の日」記念全国大会 in 鳥取 実行委員会 事務局  
鳥取県生活環境部 「山の日」大会推進課

企画・編集デザイン  
今井印刷株式会社  
〒683-0103 鳥取県米子市富益町8  
TEL 0859-28-5551



「たっぷり とっとり 山GUIDE」は  
いかがでしたか？

中国地方最高峰あり、巷で話題の山あり、  
歴史ある山、パワーを感じる山、  
満天の星がふりそそぐ山、紅葉や桜が美しい山、  
ちょっとスリリングな山あり…

魅力あふれるとっとりの山を  
たっぷり、楽しくご紹介しました。

「山に登ってみたいくなった」  
「写真を撮りに行きたくなった」など  
興味をもっていただけたら幸いです。

8月11日は山の日ですが、  
その日に限らず山はいつでもずっとそこに在り、  
私たちのすぐ近くで日々移ろっていきます。

こうしている間にも、宝物のような風景が  
日々繰り広げられています。

どうぞ、山へお出かけください。  
山の恵みに感謝して、  
とっとりの山をもっともっと  
好きになってください。

それが私たちの願いです。



<http://mountainday-tottori.jp/>

第3回「山の日」記念全国大会 in 鳥取 実行委員会 事務局  
鳥取県生活環境部 「山の日」大会推進課

〒683-0054 鳥取県米子市鞆町1丁目160  
TEL 0859-31-9382 FAX 0859-31-9389  
✉ [yamanohi-taikai@pref.tottori.lg.jp](mailto:yamanohi-taikai@pref.tottori.lg.jp)