

「私は山に恋をした。」

歴史と果実に彩られた甲州市。
山々もまたバリエーション豊富！
あなたに合ったコースを見つけて
山歩きをお楽しみください。



COURSE

山梨百名山

裏面地図 A

笠取山周辺の山々を歩く

笠取山を中心としたこの地域は、多摩川・荒川そして富士川の分水嶺となっていて、一ノ瀬高原を起点とするこのエリアの歩道と樹林帯はよく整備されている。秩父の山々を眺めることができ、山深さを感じさせる。

COURSE

日本百名山

裏面地図 B

大菩薩嶺周辺を歩く

秩父多摩甲斐国立公園の山々を代表する大菩薩嶺を中心に山歩きを楽しむのがこのエリア。登山道もよく整備されていて、体力に自信がある人なら登山口からトライするのもおすすめ！上日川峠からのコースはファミリーにも大人気。

三窪高原を歩く

柳沢峠を起点におだやかなハイキングを楽しめるのがこのコース。登山道も歩きやすく、家族連れでもカップルでも気軽に楽しめる。富士山・南アルプスの眺望もすばらしく、シーズンにはつつじも見られる。

山梨百名山

黒川山・鶏冠山を歩く

柳沢峠の東側に入山口はある。登山者は割合少ないが、落ち着いた山行が楽しめる。山頂の東斜面の中腹には武田信玄公の軍資金を支えたといわれる黒川金山の遺構がある。

COURSE

小倉山、甲州市の里山を歩く

裏面地図 C

ザゼンソウ公園の駐車場からザゼンソウの群生地を経て小倉山に。甲府盆地のかたに南アルプスがそびえる。

COURSE

山梨百名山

裏面地図 D

棚横手山周辺の山々を歩く

登山には勝沼ぶどう郷駅からのルートと大善寺方面から登るルートがある。尾根道はどこも眺望に恵まれ、桃の花の時期の剣ヶ峰・南西尾根からの甲府盆地の展望は特にすばらしい。

COURSE

山梨百名山

裏面地図 E

湯の沢峠・大蔵高丸周辺の山々を歩く

大菩薩連嶺の湯の沢峠から大蔵高丸・ハマイバ丸を歩くコース一帯は、おだやかな草原である。この辺りは、南アルプスから富士山の眺望にすぐれ、山野草の宝庫である。

甲州市の溪谷を歩く。



一ノ瀬高原&溪谷

柳沢峠の北東部に位置する「一ノ瀬高原」は多摩川の源流域にあたり、近年は笠取山などへの玄関口として、多くのハイカーが訪れる。一ノ瀬溪谷は、緑豊かな水源林に囲まれた深い谷からなる。



竜門峡

大菩薩連嶺の南麓を流れる日川にあり、花崗岩の巨石と水量豊かな清流で知られる。溪谷に沿って約2kmの遊歩道が整備されており、新緑から紅葉まで、折々の溪谷美を満喫できる。竜門峡入口近くには日川溪谷レジャーセンターがあり大自然の中、釣りやバーベキュー、キャンプなどが楽しめる。



嵯峨塩溪谷

大菩薩峠の東麓に日川が南下する美しい溪谷。「嵯峨塩」とは、その昔温泉を探し当てたことから「さがしゆ」が転訛したといわれている。現在も温泉宿があり、秘湯として人気。



日川溪谷レジャーセンター

0553-48-2455
自然豊かなレジャー施設には、釣堀や食事処、バーベキューハウス、キャンプ場、水車小屋などがある。



日常から離れ、湯につかり景色を眺めれば
心ほっこり身体ゆったり、のんびりムード。



大菩薩の湯

0553-32-4126

裾野に湧出した高アルカリ性泉と展望の素晴らしい露天風呂が自慢。昔の民家をイメージした和風木造平家建てで落ち着いた雰囲気。

〈営業時間〉10:00～21:00(受付終了20:00) 〈定休日〉年末年始・火曜日(祝日の場合は営業)・臨時休業有り 〈料金〉小学生未満は無料 大人1,040円・小学生520円(1日券) 大人620円・小学生410円(3H以内) 〈泉質〉高アルカリ性泉 〈効能〉神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、運動麻痺、関節のこわばり、うちみ、くじきなど



勝沼ぶどうの丘 天空の湯

0553-44-2111

お風呂からの180度の大パノラマとアルカリ天然温泉が自慢で、夜景を眺めながら入る露天風呂は格別。その雄大さに癒される。

〈営業時間〉8:00～22:00(受付終了21:00) 〈定休日〉年中無休・臨時休業有り 〈料金〉大人760円・子供450円 〈泉質〉アルカリ単純泉 〈効能〉神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、慢性消化器病、冷え症、リウマチ、疲労回復



やまと天目山温泉

0553-48-2000

PH10.3という日本有数の高アルカリ性温泉。わずかに白濁した湯は肌によく、湯上がりはツルツルになる女性に嬉しい温泉。

〈営業時間〉10:00～19:00(受付終了18:00) 〈定休日〉年末年始・水曜日(祝日の場合は営業)・臨時休業有り 〈料金〉幼児は無料 大人830円・小学生310円・幼児無料 〈泉質〉アルカリ性単純泉 〈効能〉神経痛、筋肉痛、関節痛、運動麻痺、関節のこわばり、うちみ、くじき、慢性消化器病、痔症、冷え性など

山梨百名山

笠取山周辺の山々を歩く

この山域の核をなすのが笠取山、その南面には多摩川の水源である水干がある。広葉樹も多いのがこの山域の特徴で、新緑、紅葉の季節の山歩きは特にすばらしい。



A

日本百名山

大菩薩嶺周辺を歩く

三窪高原を歩く

山梨百名山

黒川山・鶏冠山を歩く

大菩薩嶺周辺を歩く

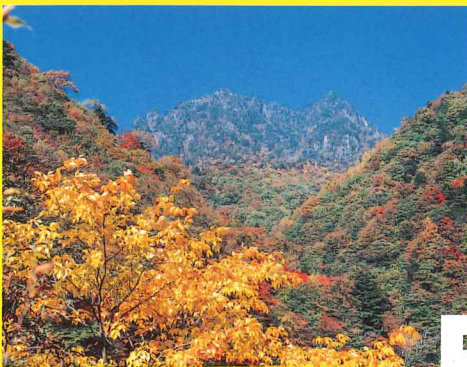
日本百名山にも選ばれ、古くから秩父多摩甲斐国立公園を代表する山として知られ、家族連れからベテランまでルートバリエーションが豊富な山として年間を通して多くの人々が訪れる。稜線からは富士山や南アルプスなどの山並みが一望でき、登山道沿いにも多くのビュースポットが点在する。

三窪高原を歩く

柳沢峠の駐車場から1時間程で、関東の富士見百景にも数えられる三窪高原一番のビュースポット、ハンゼノ頭に着。天候に恵まれれば富士山だけでなく、甲府盆地のはるか彼方の南アルプスの大展望も期待できる。そして、板橋峠を回って斉木林道で柳沢峠に戻ることができ、歩道も良く整備され、つつじも見る事ができる。

黒川山・鶏冠山を歩く

黒川山・鶏冠山へは、柳沢峠から東側のルートを進む。起点と山頂との標高差は200メートル程でファミリーでも楽に登れる。途中大菩薩への分岐を右に見て直進すると、黒川山・鶏冠山への登りとなる。黒川山を過ぎると、鶏冠山はすぐそこ。山頂にはほこらが建ち、大菩薩の展望も良い。



B

山梨県甲州市

TREKKING GUIDEBOOK

甲州市トレッキングガイドブック

自然に合ったコースが
きっと見つかる。

温泉・宿泊はこちら！





小倉山、甲州市の里山を歩く

ザゼンソウ公園の駐車場を後に小倉山を目指す。登りはじめて間もなくザゼンソウの群生地に入る。木道が整備されていて歩きやすい。小倉山の山頂には展望台もあり甲府盆地と南アルプスが見事だ。



山梨百名山

棚横手山周辺の山々を歩く

JR中央線の勝沼ぶどう郷駅を降り立つと、東にそびえるのが甲州高尾山の山並みである。最も簡単に山頂を目指すには、大滝不動尊まで車で向かい、そこから山頂をピストンで歩くのが最も負担が少ない。時間と体力にゆとりのある人は、勝沼ぶどう郷駅から徒歩で大滝不動尊まで行き、尾根を辿り、柏尾山を経て大善寺方面に下るのも良いだろう。尾根道からの景観はすばらしい。



山梨百名山

湯の沢峠・大蔵高丸周辺の山々を歩く

手軽に湯の沢峠を目指すのなら、焼山沢真木林道の終点まで車で行き、そこからは数分で湯の沢峠に着く。大蔵高丸は目の前にある。フルコースで楽しむには、やまと天目山温泉を起点に、焼山沢真木林道を歩き林道途中の湯の沢峠登山口から歩道に入るのが良い。湯の沢峠に出たなら、大蔵高丸、ハマイバ丸と正面にそびえ立つ富士山を見ながら南下し、米背負峠から天目山温泉に下る。疲れた体を癒す高アルカリ性温泉で名高い。

