

健康登山 東海自然歩道と周辺の山 計画 & 報告No.

東海自然歩道（箕面～関ヶ原）							周辺の山コース		
No.	名称	コース	所要時間	山名	分県ガイド	報告No.	山名	分県ガイド	報告No.
	本線ルート								
1	箕面公園	箕面駅～勝尾寺	2:30	最勝ガ岳	分県大阪14	No.1	鉢伏山	分県大阪15	No.2
2	キリシタン道	勝尾寺～忍頂寺	4:35			No.1	明ガ田尾山	分県大阪16	No.2
3	摂津峡	忍頂寺～原立石	4:00	竜王山	分県大阪20	No.3			
4	ポンポン山	原立石～小塩	4:10	ポンポン山	分県大阪23	No.3	釈迦岳	分県京都47	No.4
5	大原野	小塩～国道沓掛	3:25			No.5	小塩山		No.4
6	嵐山	国道沓掛～嵐山駅	2:10			No.5	唐櫃越		No.6
7	清滝	嵐山駅～山城高雄	2:00			No.5、No.7	愛宕山	分県京都38	
8	鷹ガ峰	高雄～源光庵前	3:00			No.7	沢山	分県京都43	No.8
9	夜泣峠	源光庵前～鞍馬駅	3:05			No.7	十三石山	分県京都36	No.8
10	大原の里	鞍馬駅～大原	3:00	金毘羅山	分県京都33	No.9	天ガ岳他	分県京都32	No.10 No.11
							天ガ森	分県京都31	No.12
11	比叡山延暦寺	大原～延暦寺	3:10	水井山	分県京都44	No.13	大尾山		No.14
12	滋賀里	延暦寺～近江神宮前	3:05			No.13	比叡山	分県京都44	No.15
13	大津京	近江神宮～JR大津駅	1:20			No.16	千頭岳		No.17
14	音羽山	大津駅～京阪石山駅	3:35	音羽山	分県京都46	No.16	笹間ヶ岳	分県滋賀28	No.48
15	石山寺	JR石山駅～枝	2:00			No.48	竜王山	分県滋賀29	No.50
16	湖南アルプス	枝～田代	3:40	太神山	分県滋賀28	No.49	堂山		No.51
17	信楽高原	田代～紫香楽宮跡駅	2:40			No.49	飯道山	分県滋賀32	No.52
18	甲賀の里	紫香楽宮～上磯尾	5:10	岩尾山		No.55	十二坊山	菩提寺山	No.53
							阿星山		No.54
19	余野公園	上磯尾～JR柘植駅	4:20			No.56	笹ヶ岳	分県滋賀33	No.57
20	加太	JR柘植液～JR加太駅	5:30			No.59	油日岳	分県滋賀48	No.58
21	東海道	JR加太駅～坂下	2:00	筆捨山	分県三重17	No.61	錫杖ヶ岳	分県三重19	No.60
22	鈴鹿峠	坂下～石水溪口	3:45	鈴鹿峠		No.62	三子山/高畑山	分県滋賀49	No.64/No.79
23	椿大神社	石水溪口～椿大神社	2:40			No.63	仙ガ岳	分県三重16	No.76
							野登山	分県三重15	No.76
24	湯の山温泉	椿大神社～湯の山温泉	3:30			No.65	鎌ヶ岳	分県三重11	
							雲母岳	分県三重12	
25	朝明溪谷	湯の山温泉～田光	5:10			No.66	御在所岳	分県三重10	No.70
							国見岳	分県三重9	No.70
26	宇賀溪	田光～宇賀溪口	3:20			No.67	釈迦ガ岳	分県三重8	
							三池岳	分県三重7	

No.	名称	コース	所要時間	山名	分県ガイド	報告No.	山名	分県ガイド	報告No.
27	東藤原	宇賀溪口～西藤原駅	2:35			No.68	竜ヶ岳	分県三重6	
							静ガ岳	分県三重5	
28	西藤原	西藤原駅～川原	1:55			No.69	藤原岳	分県三重4	
							御池岳	分県三重3	No.77
29	川原越	川原～美濃津屋駅	4:20			No.69	烏帽子岳	分県岐阜1	
30	養老ノ滝	美濃津屋駅～養老駅	2:35	養老ノ滝		No.71	養老山	分県岐阜2	No.72
31	多芸七坊	養老駅～西沢田	2:35			No.73	笙ヶ岳		
32	不破関跡	西沢田～山中	2:25	松尾山		No.74			
33	関ヶ原古戦場	関ヶ原駅～関ヶ原駅	2:00			No.75	伊吹山	分県滋賀1	No.78

	山の辺ルート								
34	岩間山	石山寺～醍醐三宝院	4:30	上醍醐		No.17、No.18	高塚山		No.17
35	上醍醐	三宝院～京阪宇治駅	5:00			No.18	喜撰山		No.19
36	宇治天ヶ瀬	京阪宇治駅～郷ノ口	2:50			No.20	大峰山	分県京都48	No.21
37	鷲峰山	郷ノ口～原山	3:25	鷲峰山	分県京都49	No.22	三上山	分県京都51	
38	南山城童仙坊	原山～JR月ヶ瀬口駅	2:40	三ガ岳		No.23			
39	月ヶ瀬	月ヶ瀬口～大河原駅	3:25			No.25	三国峰		No.24
40	木津川	JR大河原駅～笠置駅	1:40			No.25			
41	笠置山古道	JR笠置駅～柳生	1:35	笠置山	分県京都52	No.25 No26			
42	柳生街道	柳生～忍辱山	2:15			No.26	芳山、若草山	分県奈良28	No.27
43	滝坂道	忍辱山～破石町	2:20			No.26	高円山		No.27
44	鹿野園	破石町～JR天理駅	3:10			No.28	大国見山		No.29
45	山の辺の道	天理駅～JR三輪駅	3:10			No.30	竜王山	分県奈良24	No.31
46	初瀬街道	三輪駅～近鉄長谷寺	2:30	三輪山		No.32	大和三山		No.33
47	鳥見山公園	長谷寺駅～近鉄榛原	3:35	鳥見山	分県奈良21	No.34	貝ガ平山	分県奈良23	No.37
48	額井岳	榛原駅～室生口駅	3:50	額井岳	分県奈良20	No.36 / No.37	三郎ガ岳	分県奈良17	No.35
49	室生寺	室生口駅～室生寺	1:15	室生山	分県奈良14	No.38	住塚山	分県奈良16	No.42
50	済浄坊溪谷	室生寺～太良路	3:10			No.39	鎧・兜岳	分県奈良15	No.41
51	曾爾高原	太良路～中太郎生	2:00	俱留尊山	分県奈良13	No.43	古光山	分県奈良12	No.40
52	尼ガ岳	中太郎生～高尾	4:25	尼ガ岳	分県三重24	No.44	大洞山	分県三重23	No.44
53	布引峠	高尾～近鉄西青山駅	6:15			No.45			
54	青山高原	西青山駅～富永	5:20	青山高原	分県三重21	No.46			
55	霊山	富永～JR柘植駅	4:00	霊山	分県三重18	No.47			

- 1) この計画は東海自然歩道 箕面公園～関ヶ原(山と溪谷社)と分県登山ガイド(山と溪谷社)を参考にして作成しました
- 2) 東海自然歩道は実情に合わせて適当に区切りながら先へ進めます
- 3) 周辺の山コースは山ヤが歩いた東海自然歩道として特徴のあるものにして考えています