

綾部トレイル

綾部トレイルは、樹齢2000年ともいわれる「大トチ」や京都府北部地域唯一の国宝建造物「光明寺二王門」を巡る「君尾山」をはじめとする、豊かな自然が体感できる魅力的なルートが複数整備されています。登山系人気アプリ「YAMAP」でもルートの確認ができます。



「YAMAP
京都綾貫トレイル」は
コナフから



登山のマナー

- ゴミは必ず家に持ち帰りましょう。
- 植物、昆虫、岩などの採取はやめましょう。
- 焚火やタバコのポイ捨ては厳禁。
- 登山ルート以外は立ち入らないようにしましょう。
- トイレは山前に済ませましょう。
- 獣害防止柵は開けたら必ず閉めてください。
- 山の恵み(山菜・木の実など)を持ち帰るのは止めてください。また水を汚さないようにしましょう。

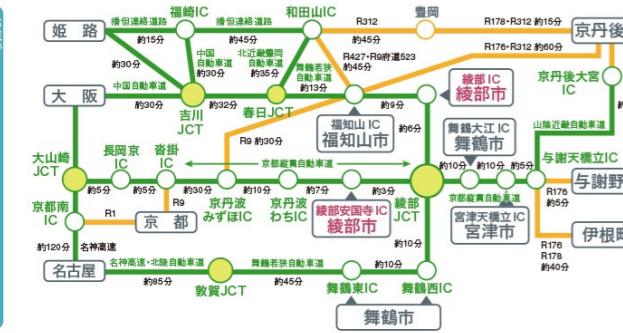
登山の注意

- 各数値は、あくまで目安であり、天候や体力、歩くスピードなどにより大きく変わることがあります。
- 事前に天候をチェックし、体調を万全に整え、十分な準備を心がけましょう。
- コースタイムは目安です。
- 蜂、マムシ、クマなどが生息しています。クマ鈴を用意し、蜂が寄ってくるため黒い服装は避けましょう。
- 登山道の一部には未整備区間および大雨や雪で荒れている場合があります。
- 低山が多いですが、山歩きには道迷い、滑落、急な天候不良など危険が伴います。各自の自己責任で十分に注意して登山してください。

緊急連絡先
綾部警察署
0773-43-0110
綾部市消防署
0773-42-0119

この地図の情報は2020年3月時点のものです。山の状況は常に変化しますので最新の情報をご確認ください。

綾部市へのアクセス



●京都から 山陰本線(特急)で約1時間
東海道本線(新快速)、山陰本線(特急)で約1時間50分または福知山線(特急)、山陰本線で約1時間50分
舞鶴線または山陰本線、京都丹後鉄道で約1時間15分
●大阪から 大阪環状線(特急)で約1時間50分
●天橋立から 北近畿自動車道で約1時間50分
●東舞鶴から 舞鶴線(特急)で24分

[発行] 綾部市観光協会 [一般社団法人京都府北部地域連携都市振興会(海の京都DMO)綾部地域本部]
〒623-0066 京都府綾部市駅前通り東石ヶ坪11番地の4 あやべ観光案内所内
TEL.0773-42-9550 FAX.0773-42-8514 http://www/ayabe-kankou.net/

令和2年3月発行



綾部には、個性豊かな「農家民宿」が20軒近くあります。その数は府内唯一。農業者がその住居を旅行者に提供する新しいスタイルの宿泊施設で、宿泊者はオーナーと一緒に農山村での生活や文化に触れる体験が楽しめます。

農家民宿



A バラ 見頃 5月中旬～6月中旬、10月中旬～11月中旬 綾部バラ園



市民ボランティア手作りのバラ園には、100種1,200本のバラが美しく咲き競います。中央花壇には、平和のシンボルとして綾部ゆかりの「アンネのバラ」を植栽。毎年5~6月と10~11月にかけて「バラまつり」が開催されます。

綾部市青野町亀屋1番地の2

0773-43-0811 (あやべ特産館)

D 梅 見頃 3月上旬～下旬 綾部市梅林公園



約15,000m²の広大な梅林公園。毎年花の見頃に合わせ無料開放します。南高梅や観賞用の梅が約450本あり、花と香りを楽しみながら散策できます。

綾部市館町畠山86

0773-42-4267 (綾部市農林課)

G ハス 見頃 7月中旬～8月中旬 極楽寺／楞厳寺



極楽寺のハスは、2,000年の眠りから覚めた「大葉ハス」と呼ばれる非常に珍しい古代種のハス。観賞は午前中がおすすめです。また、楞嚴寺でも20種類以上のハスの花が鑑賞できます。

綾部市白道路町鎌倉田34 (極楽寺)

0773-42-9550 (綾部市観光協会)

※楞嚴寺は②と同様

B アジサイ 見頃 6月上旬～7月上旬 東光院



東光院には約2,500株のアジサイがあり、梅雨になると参道が色とりどりの花で彩られ風情満点。見頃には納涼床にてお茶席もあるほか、6~9月には700個以上の風鈴が飾られる「あじさい風鈴祭り」も開催されます。

綾部市上延町堂ノ奥7

0773-42-2432

E ミツバツツジ 見頃 4月中旬 綾部市梅林公園



数千株のミツバツツジが参道を魅了。最盛期にはツツジのトンネルができ、その中に歩くことができます。関西にある寺院のなかでも特に有名な「花の寺」で結成された「関西花の寺25ヶ所」の第2番札所として知られています。

綾部市館町楞嚴寺6

0773-47-0043

H スイセン 見頃 4月中旬～下旬 スイセンとヒガンバナの丘



水源の里・市志の休耕田を整備して球根を植栽したスイセン畠。毎年5~6万本ものスイセンが山あいの畠一面を黄色と白色に彩ります。秋には、ヒガンバナが咲き揃います。

綾部市五宮町宮ノ腰24 (市志公民館)

0773-54-0095

(上林いきいきセンター)

C ミツマタ 見頃 3月下旬～4月中旬 ミツマタとシャガ

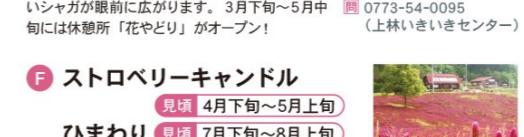


水源の里・老富では、黄色い可憐なミツマタが杉林一面を埋め尽くし、幻想的な光景に包まれます。ミツマタのシーズンが終わると、見渡す限りの神秘的な白いシャガが眼前に広がります。3月下旬～5月中旬には休憩所「花やどり」がオープン！

綾部市老富町在中

0773-54-0095

(上林いきいきセンター)



春にはクローバーの仲間であるストロベリーキャンドル、夏には約5万本のひまわりが、約4,000m²の牧場の丘一面に広がります。澄み切った青空に映える赤い絨毯と、猛暑に負けず太陽に向かう大輪の花々にエネルギーをもたらします。

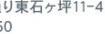
綾部市五宮町塩前81

0773-48-1000

(ハイジのキッチン)

ひまわり

お土産スポット



1 あやべ観光案内所



2 あやべ特産館



3 あやべ温泉「二王の湯」



綾部のお土産、勢ぞろい
綾部の素材で作られた農産加工品、地酒、銘菓をはじめ、綾部在住の作家が手がける民芸品や工芸品などの特産品がズラリと並びます。また、地元農家が丹念に育てた旬の新鮮野菜やお米なども豊富に揃っています。

綾部市青野町亀屋1番地の2

0773-43-0811

登山のあとは温泉でさわり
上林の大自然に包まれた天然温泉は、大浴槽をはじめ、薬湯、露天風呂、サウナ(ミスト・ドライ)などがあり「美肌の湯」が堪能できます。レストランでは、地元ならではのお料理が味わえます。食事や客室の設備も充実、宿泊も可能。春には桜の名所となります。

綾部市青野町亀屋1番地の2
0773-55-0262

市街地にあるので気軽にトレッキングが楽しめる。山頂からの眺望抜群。登山道は木々に囲まれ街中にいる深山にいるような趣き。

① 寺山・四尾山

Mt.Terayama/Mt.Yotsuoyama

初級～
標高
201m/287m



小畑地区は環境省「生物多様性保全上重要な里地里山」に選定。美しい里山風景が広がり尾根にはミツバツツジが群生。4月初旬～中旬が見ごろ。

② 小畑ミツバツツジの尾根

Ridge of Mitsubatsutsuji in Obata

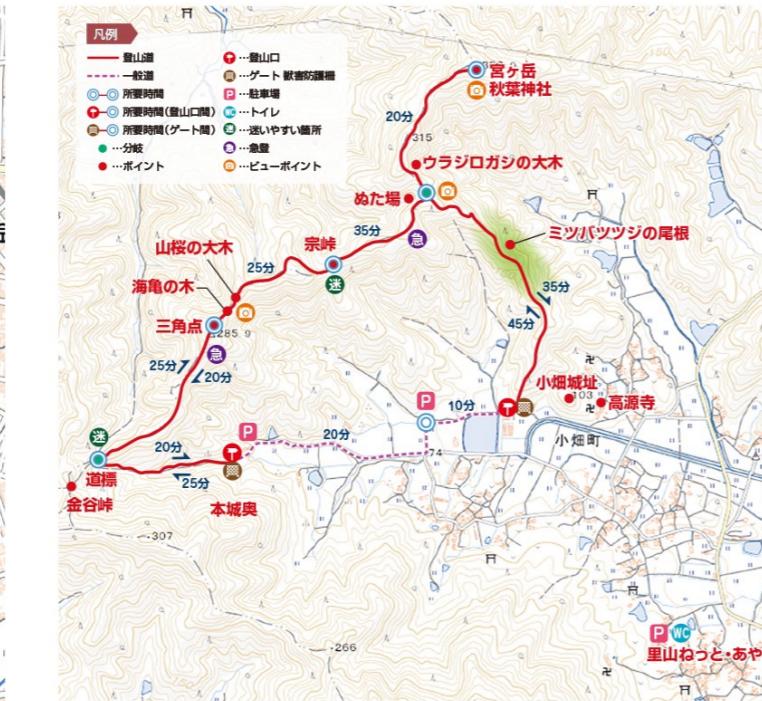
初級～
標高
332m
菅ヶ岳



【モデルコース】

■四尾山コース
南ヶ丘公園登山口⇒分岐⇒体力づくりコース⇒分岐⇒四尾山山頂⇒分岐⇒健康づくりコース⇒分岐⇒南ヶ丘公園登山口
【約3km 1時間40分】

■四尾山・寺山縦走コース
南ヶ丘公園登山口⇒分岐⇒体力づくりコース⇒分岐⇒四尾山山頂⇒分岐⇒健康づくりコース⇒分岐⇒寺山山頂⇒若宮神社登山口⇒(車道)⇒南ヶ丘公園登山口
【約4.5km 2時間20分】



三郡山は綾部と三和と知和3つの市町の境。大原峠合む尾根周辺はかつて人々の往来が盛んで石仏や道標が今も残る。岩根山行者堂は今でも多数が参拝。

③ 三郡山

Mt.Mikooriyama

初級～
標高
498m



【モデルコース】

■三郡山・岩根山行者堂コース
運動公園⇒岩根山行者堂⇒石仏⇒三郡山⇒展望所⇒林道分岐⇒石仏⇒運動公園
【約4.5km 2時間45分】

■大原峠往復コース
駐車スベース⇒登山口⇒行者堂⇒大原峠⇒尾根古道⇒林道⇒分岐⇒展望所⇒三郡山⇒石仏⇒岩根山行者堂⇒運動公園
【約7.8km (三郡山と岩根山行者堂往復含む) 3時間20分】

*総走る場合は自家用車・タクシー利用でご対応ください。
尾根古道は一部不明瞭な部分があり、林道で古道が失われている部分もあります。



秀麗な姿は丹波富士ともいわれ、昔からの修験道の靈峰。「改心の道」は天狗が悪さをして改心したとの伝承から。

④ 弥仙山

Mt.Misensan

初級～
標高
664m



【モデルコース】

■回遊コース
於与岐登山口⇒水分神社⇒於成神社⇒弥仙山山頂⇒改心の道分岐⇒回遊コース分岐⇒林道⇒於与岐登山口
【約6.5km 2時間45分】

■日置谷(へきだに)コース(縦走)
於与岐登山口⇒水分神社⇒於成神社⇒弥仙山山頂⇒改心の道分岐⇒回遊コース分岐⇒元権現跡⇒炭窯跡⇒林道⇒車道⇒綾部市観光センター
【約6.5km 3時間55分】

*総走る場合は自家用車・タクシー利用でご対応ください。



シデ山にかつてあった広大な茅場は現在では廻しの雑木林に。大栗峠は生活道、巡礼路、商人の道として多くの往来があった古道。石仏や道標が残る。

⑤ シデ山・大栗峠

Mt.Shideyama/Ooguritouge

中級～
標高
735m/645m
シデ山・大栗峠



古道を歩き、国宝光明寺二王門へ。モミとスギの巨木群、天然記念物の大トチなど、歴史を感じ巨樹の森を巡るトレッキング。

⑥ 君尾山

Mt.Kiminoosan

初級～
標高
582m



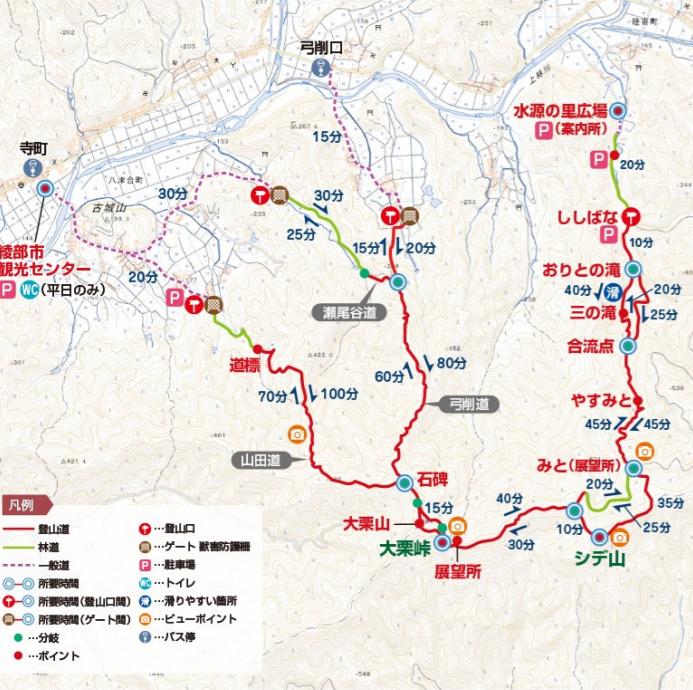
*総走る場合は自家用車・タクシー利用でご対応ください。
※ゲートは必ず閉めてください。

■シデ山往復コース
しじな⇒おりとの滝⇒渓流コース⇒三の滙⇒合流点⇒やすみと⇒みど(展望所)⇒尾根道⇒シテ山山頂⇒林道⇒みと⇒やすみと⇒合流点⇒(山道コース)林道出合⇒しじな
【約6km 3時間55分】

■大栗峠周回コース
大栗峠(展望所)⇒石碑(分岐)⇒弓削道⇒分岐⇒瀬尾谷道⇒ゲート⇒綾部市観光センター⇒山田道⇒大栗峠
【約9.8km 4時間25分】

■シデ山～大栗峠縦走コース
しじな⇒シテ山山頂⇒尾根道⇒大栗峠⇒石碑(分岐)⇒山田道⇒綾部市観光センター⇒弓削道⇒瀬尾谷道⇒綾部市観光センター
【約8km 4時間35分】

■大栗峠縦走コース
しじな⇒大栗峠⇒尾根道⇒大栗峠⇒石碑(分岐)⇒弓削道⇒分岐⇒瀬尾谷道⇒ゲート⇒綾部市観光センター⇒弓削道⇒瀬尾谷道⇒綾部市観光センター
【約9.3km 5時間】



■モデルコース
あやべ温泉⇒山内古道⇒国宝光明寺二王門⇒光明寺本堂⇒巨樹の森⇒大トチ⇒(林道経由)光明寺本堂下⇒二王門⇒山内古道⇒あやべ温泉
【約7km 3時間45分】

※雲海ポイント：あやべ温泉から君尾山林道を車で約10分。
道幅は狭くすれ違い困難箇所あり。

■周回コース
古屋公民館⇒石仏⇒白石原ゲート(枯木の木群生地)⇒大トチ⇒森(枯木の木群生地)⇒尾根分岐⇒大ブナ⇒洞爺石仏⇒古屋公民館
【約5.6km 3時間35分】

※天狗畠登山は距離が長く、迷いやすいところがあるため登山に慣れた健脚向き。

※ゲートは必ず閉めてください。



山には約800本の桜の木が群生。洞爺は古くからの京街道の一つ。つづら折れの道に古道の風情が残る。尾根には大ブナもそびえる。

⑦ 古屋(洞爺・天狗畠)

Koya(Horatouge/Mt.Tengubata)

中級～
標高
848m
天狗畠



【モデルコース】

■枯木の木を巡る周回コース
古屋公民館⇒石仏⇒白石原ゲート(枯木の木群生地)⇒大トチ⇒森(枯木の木群生地)⇒尾根分岐⇒大ブナ⇒洞爺石仏⇒古屋公民館
【約5.6km 3時間35分】

※天狗畠登山は距離が長く、迷いやすいところがあるため登山に慣れた健脚向き。

※ゲートは必ず閉めてください。



綾部市最高峰。府内有数のブナ林は京都府自然200選。山頂の景色は抜群。尾根にはオオイワカガミ、イワクチ、サラサドウダンなどが点在。

⑧ 頭巾山

Mt.Tokinzan

中級～
標高
871m



【モデルコース】

■往復コース
参道尾根登山口⇒頭巾山山頂
【約7km 3時間40分】

■周回コース
参道尾根登山口⇒三合目⇒ブナ原生林⇒京都府自然200選標柱⇒林道分岐⇒頭巾山山頂⇒林道分岐⇒林道終点⇒裏八反の滝⇒ゲート⇒参道尾根登山口
【約7.9km 4時間】

※参道尾根登山口は川を渡る。
※登山道や林道は荒れている場合があるので要注意。

