

神来た、山。

# かみきたやま

**本格登山**  
世界遺産「大峯奥駈道」  
近畿の最高峰に挑戦!



**ハイキング**  
ユネスコエコパーク「大台ヶ原」  
東大台「絶景と大パノラマ」  
×  
西大台「神秘のコケの森」

**癒やし**  
究極の自然美  
「滝」に会いに行こう。



**自然と戯れる** 夏は「清流」、冬は「雪山」で  
大自然を遊び尽くせ!



**週末に行く!**



ビギナーも安心!  
攻略マップ付き!

# 秘郷ドライブ!



ひきよる

大阪市内から**2時間**半の**秘郷**

# 「上北山村」

屋久島と並ぶ日本を代表する原生林を形成し、水源地として美しい水を育む上北山村。ここには、清らかで力強い大地のエネルギーが満ち溢れています。雄大な山々を巡り、水辺を満喫しながら大自然と対話するよろこび。癒やしを超えて本来の自分に戻ることができる郷、それが上北山村です。

ドライブで“ちょっと遠く”へ  
美しい日本と出会える、

## 週末旅

景色を満喫できる奈良を走り、上北山村へ

近畿圏の主要都市から上北山村へ向かう道中には、かつて「倭は國のまほろば」(大和は国の中で最も素晴らしい場所)と歌われ、歴史舞台となった奈良の美しい風景が広がっています。古都の風情ただよう「奈良市中心部」や日本の発祥の地「飛鳥地方」、そして修験道ゆかりの聖地「吉野地方」など、日本の原風景をドライブしながら歴史・文化の薫りを満喫することができます。

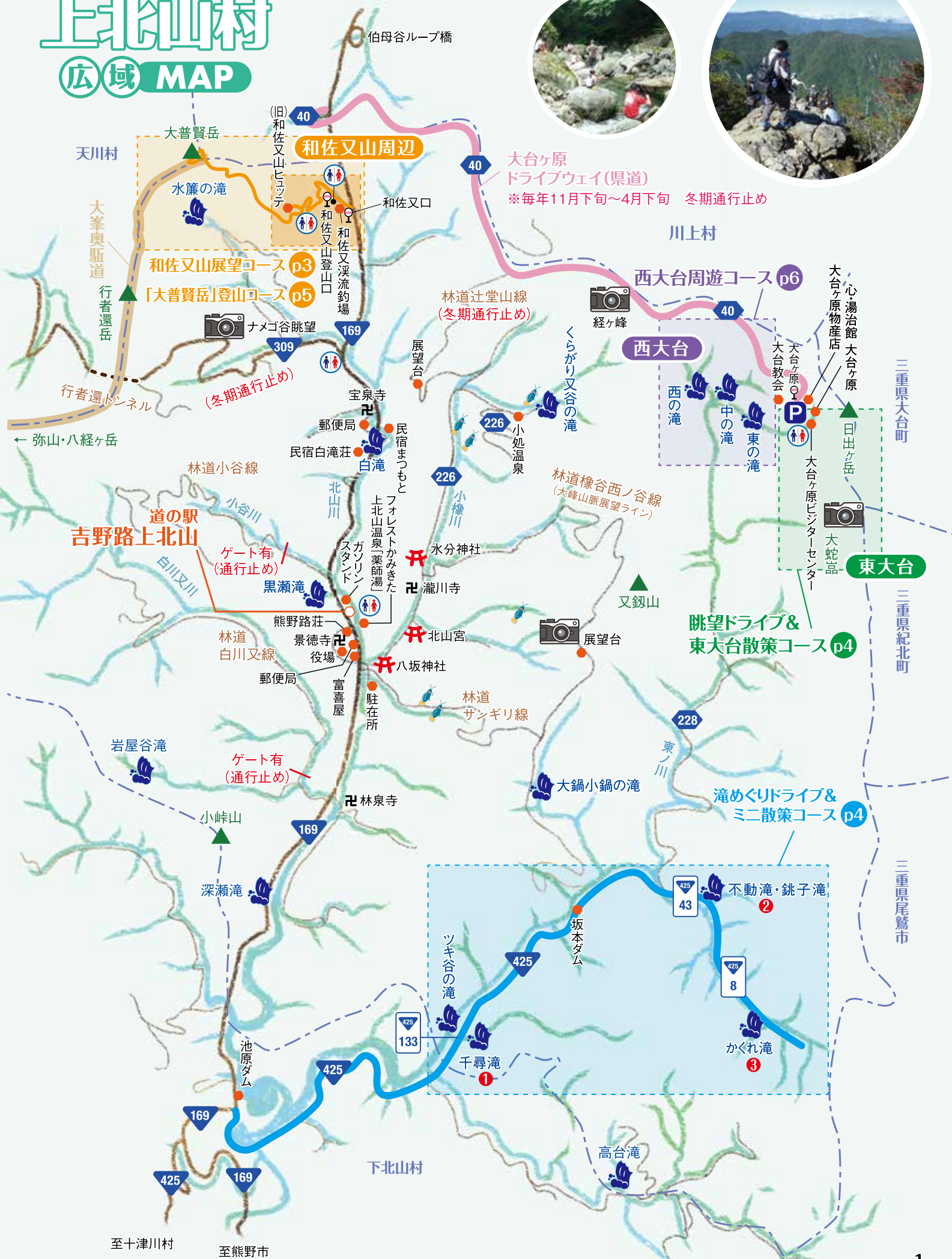


### 目次 (contents)

- 1 ..... 上北山村広域マップ
- 2 ..... 世界遺産 大峯奥駈道
- 3 ..... お手軽癒やしプラン (推奨コース)
- 5 ..... 大自然満喫プラン (推奨コース)
- 7 ..... ユネスコエコパーク 大台ヶ原
- 8 ..... 究極の自然美 滝に会いに行こう!
- 10 ..... 温泉・宿泊施設
- 11 ..... 歳時記・寺院・特産品

# 上北山村

## 広域MAP



大台ヶ原  
ドライブウェイ(県道)  
※毎年11月下旬~4月下旬 冬期通行止め

西大台周遊コース p6

眺望ドライブ&  
東大台散策コース p4

滝めぐりドライブ&  
ミニ散策コース p4

三重県大台町

三重県紀北町

三重県尾鷲市

至十津川村 至熊野市

# 世界遺産

紀伊山地の霊場と参詣道



# 大峯奥駈道

日本を代表する「聖地」へ挑戦しよう!



世界遺産  
大峯奥駈道



大峯奥駈道は、1300年前に修験道の修行場として開かれた古の道。吉野(奈良県)と熊野三山(和歌山県)を結ぶ全長100km以上ともいわれる大峯山脈をたどる秘境の地です。今もなお、全国各地から大自然との対話を求めて多くの人が訪れます。

## 上北山村なら気軽に「聖地」をめざせる!?

大峯奥駈道に通じる登山口は行者還トンネル東口と和佐又の2ヶ所。ビギナーの方も比較的負担が少なく登山にチャレンジできます。

### 大峯奥駈道ルート



上北山村に位置する約20kmの区間は、大峯山脈の中でも最も険しいとされる1,500~2,000m級の山々が連なる絶景ポイントです。春にはシロヤシオ、シャクナゲなどが咲き誇ります。



弥山の朝日



一ノ持樹水



教えて! キーワード①  
しゅげんどう  
「修験道」って?  
約1300年前に役行者(えんのぎょうじゃ)によって開かれたとされる山岳宗教。紀伊山地を神聖な山として信仰し、修行の場とする。行者は、山伏や修験者と呼ばれる。

教えて! キーワード②  
おくがけ  
「奥駈」って?  
修験道の行者が大峯山脈に入山し、苦行を重ねながら踏破することを「奥駈」もしくは「峰入」という。

Let's 和佐又山 大普賢岳

春・夏

秋

# お手軽 癒やしプラン

初心者は  
ここから  
始めよう!

「日帰り」や「旅行の初日」にオススメなコースです。

雄大な自然をドライブしながら  
気軽に散策も楽しめる3つのコースをご紹介します。  
デートならきっと心の距離も縮まるはず♪



Let's  
和佐又山  
大普賢岳



春・夏



秋

往復  
約2時間



## 和佐又山展望コース

登山者はピギナーからベテランまで幅広く、山頂からは北に大普賢岳、西に行者還岳、八経ヶ岳などの秀峰を一望できる。冬季は、雪山登山者やスノーシュー体験者に加えて、スキー場で雪と戯れる家族連れで賑わう。



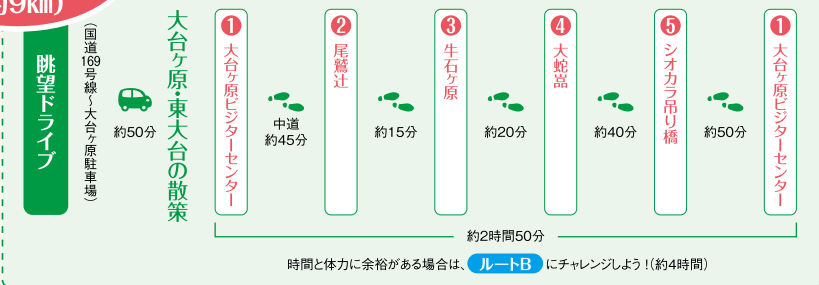
国道169号線	(旧)和佐又山ヒュッテ	和佐又山頂上	(旧)和佐又山ヒュッテ
約15分	約30分	約20分	約20分



# 眺望ドライブ&東大台散策コース

往復  
約5時間  
(約9km)

お手軽♪癒やしプラン推奨 **ルートA**



## 日出ヶ岳 (ひでがたけ)

大台ヶ原の最高峰(1,695m)。山頂の展望台からは東に熊野灘、西に大峰山脈とぐるり見渡せる大パノラマが広がる。天気の良い早朝には、運が良ければ富士山が見えることも。



## 正木峠

立枯れたトウヒが現在の大台ヶ原を象徴する風景をつくり出している。



## 正木ヶ原

ミヤコザサの平原がひろがり、野生の鹿と遭遇しやすいスポット。



## 牛石ヶ原

ミヤコザサのじゅうたんを敷きつめたような大平原。休憩に最適なスポット。



【牛石】昔、牛鬼という怪物を高僧が封じ込めたと伝えられる大石。牛石をたたくと大雨になるといふ伝説も!



春・夏  
秋

short ver.

詳細は 8pへ!



## シオカラ谷吊り橋

溪谷の美しさを堪能できる人気のスポット。



## 大蛇ヶ原 (だいじゃくら)

大台ヶ原が誇る“絶景”ポイント。切り立った岩塊がそそり立つ高低差800mの断崖絶壁。世界遺産に登録された大峰連山を見渡すことができ、スリルと感動を同時に味わえる。



## 大台ヶ原ビジターセンター

大台ヶ原駐車場は散策コースの起点。また、駐車場に隣接するビジターセンターでは、大台ヶ原の自然や文化、利用方法について詳しく知ることができ、散策前に訪れるのがオススメ。周辺には、売店や飲食店、宿泊施設などがある。  
開館時間/9:00~17:00  
TEL&FAX / 07468-3-0312

※国道169号線および大台ヶ原ドライブウェイが雨量規制により通行止の場合は休館。  
※冬季閉鎖期間/毎年11月下旬~4月下旬

# 滝めぐりドライブ&ミニ散策コース

往復  
約2時間30分

**1 千尋滝へ**  
国道169号線→国道425号線へ  
車で約25分(約11.0km)  
「千尋滝」渓谷散策入口  
約20分(片道/約10分)  
渓谷散策&千尋滝

**2 不動滝・銚子滝へ**  
千尋滝周辺  
車で約20分(約9.0km)  
国道から観賞できる。  
不動滝  
落差: 銚子滝約50m(上部)  
不動滝約40m(下部)  
場所: 国道425号の不動橋から観賞できる。

**3 かくれ滝へ**  
不動滝周辺  
車で約10分  
「かくれ滝」渓谷散策入口  
約10分(片道/約5分)  
渓谷散策&かくれ滝

落差: 銚子滝約50m(上部)  
不動滝約40m(下部)  
場所: 国道425号の不動橋から観賞できる。

落差: 約105m  
場所: 国道から約5分渓谷を散策。間近で観賞できる。

落差: 約105m  
場所: 国道から約5分渓谷を散策。間近で観賞できる。

登山  
経験者は  
ここから!

# 大自然満喫プラン

早朝から出発できる「旅行2日目」に最適。

本格的に登山やハイキングを楽しみたい方に  
おすすめのコース。圧倒的な山岳美と日本有数の  
神秘的な森の営みをぜひ体感してください。

世界遺産・大峯奥駈道

## 「大普賢岳」 登山コース

踏破する爽快感、頂上からの絶景。  
聖域をめざす本格的な登山コースです。



約7km  
所要時間・約6時間30分



シャクナゲ  
(5月中旬～6月初旬)



Let's  
和佐又山  
大普賢岳

春・夏

秋



オオヤマレンゲ  
(6月～7月)

(旧)和佐又山ヒュッテ 約40分	和佐又山の鞍部 約60分	笹ノ窟 約50分	大普賢岳 100分
約40分	約50分	80分	

### 笹ノ窟(しょうのいわや)

標高1450mに位置する自然の岩窟で、  
大峯修験の参籠行場となっている。



笹ノ窟(大普賢岳)間は、  
はしごかけサリ場の急登が続く。  
特に下りにはくれぐれも慎重に。



大峯奥駈道から大普賢岳を望む

登山道(歩道)  
車道



大普賢岳  
1779.9m

絶景  
オススメ!  
大台ヶ原が見渡せる。ただし  
足下は絶壁のそき過ぎに  
注意!

絶景  
オススメ!  
自然の展望台を登ると  
大パノラマにびっくり!  
山々が美しい大海原の  
ように見える。

世界遺産 大峯奥駈道

七曜岳  
1584m

※注意:地図上に描かれた登山コースは測量等おこなって  
いませんので誤差があり、登山道のコース変更等もありますの  
で、常に道標や目印等の確認を行って下さい。

登山道入口。いよいよ出発

ユネスコエコパーク

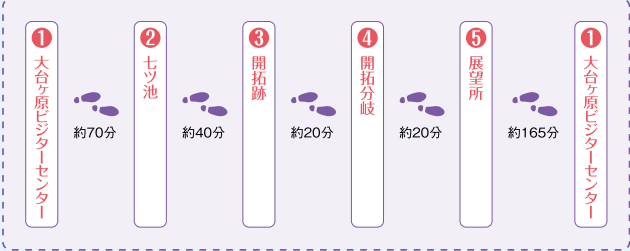
# 大台ヶ原「西大台」周遊コース

モスフォレスト(コケの森)と呼ばれ、屋久島と並んで日本を代表する原生林。

約10km

所要時間：約5時間30分

大台ヶ原  
大峯山  
大杉谷  
ユネスコ  
エコパーク



## 七ツ池

七ツ池から開拓跡からにかけて神秘的なコケの群生に出会える。



## 中ノ谷溪流

美しいせせらぎではアマゴの姿も。



Let's 西大台



春・夏



秋

short ver.

## 西大台

(利用調整地区)

※西大台地区のみ入山規制あり(事前手続きが必要です。)

注意!

道がわかりにくくなっています



## ミスナラ巨木



展望所

正面には東大台の絶景スポット「大蛇窟」、左下には「中ノ滝」が望める。

## 赤いつり橋

ヤマト谷とワサビ谷の溪流に赤いつり橋が架かり、周辺にはトシの大木が点在している。



## 開拓跡

明治時代に開拓を試みられるものの、厳しい自然条件のため頓挫した跡地。



## 東大台

※東大台地区は入山規制なし

## 大台教会

大台ヶ原開山に貢献した古川嵩氏が、明治32年に設立した神道系の教会です。



## CHECK!

### プラチナエリア「西大台」の歩き方

#### □1日30名限定って本当?

希少な美しい植生環境を守るため入山制限が行われています。入場数はシーズンや曜日によって異なります。

〈通常期〉平日:30名/土・日・祝:50名

〈利用集中期〉GW・新緑時期・夏休み・紅葉時期など

平日:50名/土・日・祝:100名

※ただし、10名を超える団体での利用はできません。

#### □入場のために事前申請とレクチャーを受ける必要がある?

入場にあたっては、事前の申請手続きと手数料が必要です。また、入場当日にビジターセンターで30分程度のレクチャーを受けます。

※手数料/大人1000円、小学生以下500円

※当日の立入枠の残数がある場合に限り、当日認定の受付を行っています。

### 登山をされる方へのお願い

#### ●決して無理はしないで!

時間に余裕をもった計画で臨みましょう。定期的に休憩を入れ、1時間ごとの水分補給を心掛けてください。

#### ●道中では常に道標や目印の確認を!

地図上に描かれたコースは測量等を行っていないため、登山道整備や決壊等でコースが変更される場合があります。ご注意ください。

#### ●服装は重要です!

高地では紫外線が強いため、濃色の長袖シャツとパンツ、UVカットのサングラス、濃色のつば広帽などを着用してください。

#### ●事故を防ぐために

山歩きは決して一人では行かない。体調が悪いときは山歩きを中止する。

「西大台」についてのお申込み・お問い合わせ  
TEL/07468-3-0070 上北山村商工会

西大台 申請 環境省HP

※予約受付は、入場希望日の3ヶ月前からです。



ユネスコ  
エコパーク

# おお だい が ほん 大台ヶ原



魅力の異なる2つのエリアを紹介!

奈良、和歌山、三重の三県にまたがる吉野熊野国立公園にある大台ヶ原。ここは世界でも有数の雨の多い地域です。この多量の雨が湿潤な気象を生み出し、屋久島と並ぶ日本を代表する原生林を育てています。

大台ヶ原・大峯山・大杉谷は、「ユネスコエコパーク」に登録されています。

ユネスコエコパークって?

「世界遺産」における自然遺産の登録が、顕著な普遍的価値を有する自然地域を「保護・保全」するのが目的であるのに対し、「ユネスコエコパーク」は、生態系の保全と「持続可能な利用の調和」を目的としており、保護・保全だけでなく自然と人間社会の共生に重点が置かれています。

※世界124か国で701件が登録されています(2020年6月現在)。

◎日本のユネスコエコパーク[10件](2020年6月現在)

「志賀高原」「白山」「大台ヶ原・大峯山・大杉谷」  
「屋久島・口永良部島」「綾」「只見」「南アルプス」  
「祖母・傾・大崩」「みなかみ」「甲武信」

ユネスコエコパークは、豊かな生態系や生物多様性を保全し、自然に学ぶとともに、文化的にも経済・社会的にも持続可能な発展を目指す地域のモデルとして注目されています。

## 西大台

日本初!  
1日限定  
30名の森  
[通常期の平日の場合]

『モスフォレスト』と呼ばれる神秘的なコケの森。これぞ陸上の屋久島!

西大台に入るためには事前申請が必要です。  
※お問い合わせ先は、6Pをご覧ください。

Let's  
西大台



春・夏



秋

long ver.

歩道も整備され、ハイキングに最適。  
原生林が広がる神秘の森に出かけよう!

## 東大台

背すじが凍る絶景。  
高低差800mを体感せよ!

800mの断崖絶壁「大蛇窟」

Let's  
東大台



春・夏



秋

long ver.

山頂からの大パノラマ。  
早朝、運が良ければ  
270km先の富士山が見える!

早朝の「日出ヶ岳」展望台より



# 滝に会いに行こう！

究極の自然美

水流が美しく輝き、静寂の中でその存在感を發揮する「滝」。人は誰もこの自然の造形美に心惹かれます。圧倒的なスケール感で紀伊山地の豊富な水を育む名瀑の数々。カメラ片手に自分好みの滝を探してみませんか。



落差  
約 **85** m

## ② 千尋滝

せん ひろの たき

場所 東ノ川／国道425号沿い

国道425号備後橋から約1.5km、ツキ谷にある滝。国道425号沿いで最も水量が豊富。道路から約20分の散策が必要。



落差  
約 **20** m

## ③ 大鍋小鍋の滝

おお なべ こ なべ たき

場所 林道サンギリ線

小さい滝だが3段滝となっており、流れも緩やか。滝壺が大きなものと、小さなものがあり鍋にたとえて大鍋小鍋滝と呼ばれている。秋の紅葉も美しい。サンギリトンネルから東の川方面へ車で約5分の場所。

落差  
約 **105** m

## ① かくれ滝

場所 東ノ川／国道425号沿い

国道425号の三重県境近くにある滝で落差約105mを誇る。国道から100mほどで滝壺まで行けるのでお手軽。ただし滑りやすいので注意は必要。直瀑<sup>※</sup>ながら優しい感じの滝だが、水量の多いときは人を寄せ付けない。  
※水の落ち口から、ほぼ垂直に落下する滝のこと。





## 4 不動滝・銚子滝

場所 国道425号/不動橋

国道425号の不動橋から見える。橋から離れると上部に銚子滝も見える。桜の時期も見応えあり。



## 6 水簾の滝

場所 西原/和佐又〜七曜岳登山道脇

なめらかに滑り落ちる滝で、真夏でも涼しい。上流には無双洞(洞窟)があり、ここから流れ出た水が水簾の滝となっている。(旧)和佐又山ヒュッテから片道約2時間、底無井戸付近は鎖場などの危険な所もあり、上級者でも注意が必要。



## 5 くらがり又谷の滝

場所 小椽/小処渓谷

狭い峡谷の間を幾重にも落ち、大和の水31選にも選ばれた美しい滝。県道大台河合線の終点にあり、周辺には駐車場、トイレ、東屋が整備されており、誰でも気軽に滝を見ることが出来る。



## 7 中の滝

場所 大台ヶ原/東ノ川上流

圧倒的なスケールの中の滝、人を寄せつけないが、東大台「大蛇岩」、又剱山山頂から雄姿を見ることが出来る。



「かくれ滝」を含む「滝めぐりドライブ&ミニ散策コース」はP4で紹介!

# 清流

水と戯れる

QRコード

抜群の透明度を誇る上北山村の渓流群。中でも村の中心部を流れる「北山川」は国道沿い、「小椽川」は県道沿いで訪れやすく、春から夏にかけて釣り人や家族連れで賑わいます。

### さらに上北山村を知る!

こちがわ 小椽川

QRコード

県道226号線に入ると、さらに澄んだ小椽川の川辺が広がり、川遊びや渓流釣りはもちろん、5月〜6月には蛍にも出会える。さらに車を走らせてと秘湯として知られる小処温泉(P10参照)がある。

# 魚釣りに挑戦!

QRコード

「北山川」ならいろいろな釣りに挑戦できます。上流では鮎やアマゴなどの渓流釣り、下流にある池原ダムではバス釣りが楽しめます。

## 池原ダムがバス釣りの「聖地」って本当?

QRコード

2003年4月には当時の日本新記録8,620g(69cm)の釣果が出ており、権威ある大会が開催されるなど全国からバス釣りファンが訪れます。

※上記の写真は、2013年3月の釣果。

お問合せ先 ◎ 渓流釣り情報  
和佐又渓流釣場 (3月〜11月) / TEL (予約) : 07468-3-0114  
上北山村漁業協同組合 / TEL : 07468-2-0177 (<http://kamikitagyokyoku.jimdo.com>)

◎ バス釣りのポート昇降場の案内 ※詳細はwebでご確認ください。  
Y企画 / (<http://www.ykikaku.com/>)  
WHITE RIVER / (<http://www.white-river.net>)

# 温泉

秘境を巡り、清流を満喫した後は、野趣あふれる名湯を味わう。

村内の温泉・宿泊施設の情報をご案内。お泊りのご予約は直接宿へお問い合わせください。

## A 上北山温泉「薬師湯」 (フォレストかみきた内)

お問い合わせ

TEL. 07468-3-0308  
奈良県吉野郡上北山村大字河合552-2



フォレストかみきた内に併設されており、湯に触れるとツルツルする泉質(PH8.6)から地元でも愛されている。青森ヒバの木風呂と黒御影石の石風呂が日替わりで楽しめる。

- 営業時間(露天風呂あり) / 平日および土日祝 / 11:00~21:00 ※詳細はお電話にてご確認ください。
- 休業日 / 第1・第3火曜日(但し繁忙期は営業)
- 入湯料 / 大人700円、小人350円
- 泉質 / アルカリ性単純温泉

## B 「小処温泉」

お問い合わせ

TEL. 07468-3-0256  
奈良県吉野郡上北山村大字小椋665



大台ヶ原の麓、小椋川の渓谷美を堪能しながら入浴できる関西屈指の秘湯。初夏には蛍、秋には紅葉を楽しむことができる。

- 営業時間(露天風呂あり) / 11:00~18:00
- 休業日 / 第2・第4月・火曜日(祝日の場合はその翌日)  
※冬季休業および天候等の状況により臨時休業となる場合があります。
- 入湯料 / 大人700円、小人350円
- 泉質 / 硫黄泉(低張性・アルカリ性・低温泉)

# 宿泊

ゆったりと大自然を堪能したい方、満天の「星空」や山頂から眺める「日の出」、「雲海」にもチャレンジしたい方に。

A フォレストかみきた TEL.07468-3-0001(上北山村大字河合552-2)  
【宿泊料金】全16室(全室ツイン、1泊2食付き、1人10,450円~)  
<https://forest-kamikita.com>

1 民宿まつもと TEL.07468-2-0006(上北山村大字西原1131)  
【宿泊料金】素泊まりのみ / 5月から10月 3,800円  
※食料持ち込み可 / 11月から4月 4,000円

2 民宿白滝荘 TEL.07468-2-0029(上北山村大字西原446)  
【宿泊料金】一泊二食 : 7,500円~

3 熊野路荘 TEL.07468-2-0013(上北山村大字河合49)  
<http://www.kumanoji-so.jimdo.com>  
【宿泊料金】一泊二食 : 11,000円

4 富喜屋 TEL.07468-3-0017(上北山村大字河合41)

5 心・湯治館 大台ヶ原 TEL.07468-2-0120(上北山村大字小椋660-1 大台ヶ原)  
営業期間 : 4月第4土曜日~11月第4日曜日  
※営業期間外(冬季)ご連絡先 / TEL.090-3056-1695  
<http://cocoro-toujikan.com/>  
【宿泊料金】一泊二食 : 9,300円~



※温泉・宿泊施設の利用料金は2020年6月時点のものです。事前に各料金をお確かめのうえ、ご利用ください。

# 歳時記 (イベント情報)

美しい自然の中で、四季折々の行事が村の文化として引き継がれています。

- 1月 ・ 八日薬師(弓矢祭)
- 1月～2月 ・ 心の道ウオーク(スノーシュー)
- 4月 ・ 大台ヶ原山開き

- 5月 ・ 大台ヶ原マラソンinかみきた
- 7月初旬 ・ 虫送り(西原・小椽地区)
- 8月下旬 ・ ふるさと上北夏祭り

- 9月(第2日曜日) ・ ヒルクライム大台ヶ原since2001
- 10月～11月 ・ 心の道ウオーク(秋)



八日薬師(弓矢祭)



虫送り(西原地区)



ヒルクライム大台ヶ原since2001

# 寺院

村に人が住み始めたのは今から約800年くらい遡ります。古来、村の始祖は修験ゆかりの人や平氏の末族だったと言い伝えられており、それを裏付けるように景德寺をはじめ薬師堂など、平氏ゆかりの寺や南朝ゆかりの寺があります。



景德寺(けいとくじ)

壇ノ浦で敗れた平氏の末裔がこの地に住み着いて景德寺を創建。「薬師堂」には平家伝来の「薬師如来」が祀られる。毎年1月8日に八日薬師(弓矢祭)が催される。



林泉寺(りんせんじ)

文久3年に天誅組の乱で一度焼かれ、再建するも火災に遭う。その後池原ダム建設に伴い現在の場所に移転。岩屋谷滝の遠望や、護鬼佛理天像も拝める。



瀧川寺(りゅうせんじ)

南朝最後の後醍醐天皇北山宮が三種の神器の一つである勾玉を奉安し、南朝の御所となされた場所。北山宮御陵墓が祀られている。近くには北山宮を祭神とする北山神社(北山宮)がある。



宝泉寺(ほうせんじ)

鎌倉時代に制作された梵鐘を有することで知られる古刹。梵鐘は紀年銘鐘として大変貴重で、現在は奈良国立博物館に寄託中。

# 特産品

豊かな大自然が育んだ山里ならではの商品をご紹介します。



みざさ寿司



あまご



山里の素朴な味わい



こんにゃく

( 上北山村特産品加工センター TEL:07468-3-3075 )



とち餅



ジビエ加工品(鹿肉・猪肉)

( 上北山村特産加工センター TEL:090-8670-2006(原口) )



ジビエ精肉(鹿肉・猪肉)



地元産材による木工品

## ㊤「大台ヶ原物産店」

上北山村の特産品や柿の葉寿司、吉野地域の特産品等を販売しています。また、モンベルのフレンドショップとして、モンベル商品も取り扱っております。食堂では、カレーやうどんをご提供いたします。

TEL.07468-3-0311



## ㊤道の駅「吉野路上北山」

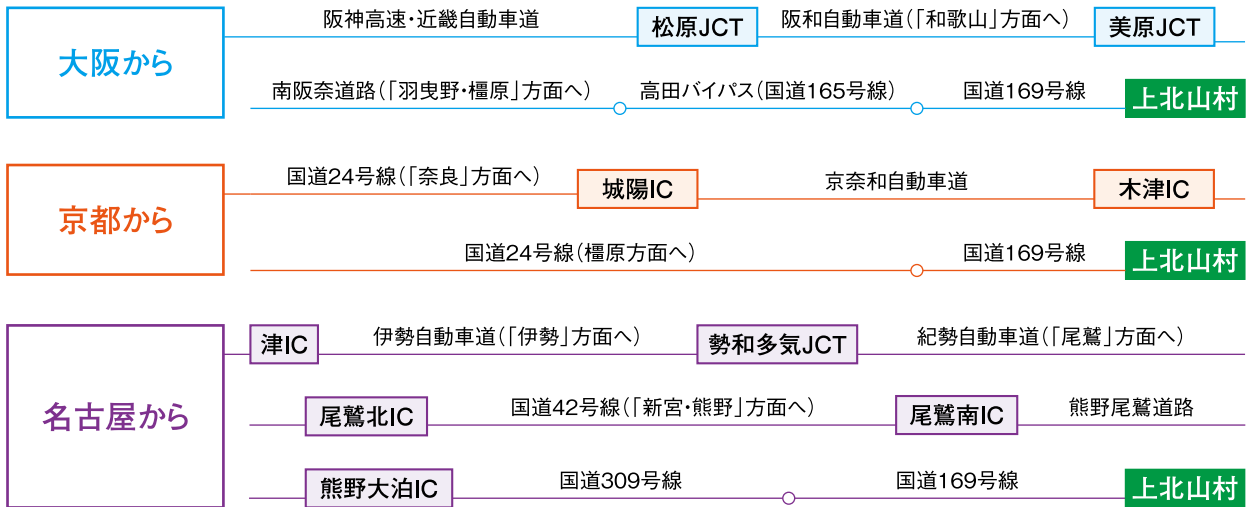
国道169号線沿いにあり、地元の特産品が並ぶ。観光情報も豊富。

TEL.07468-2-0169

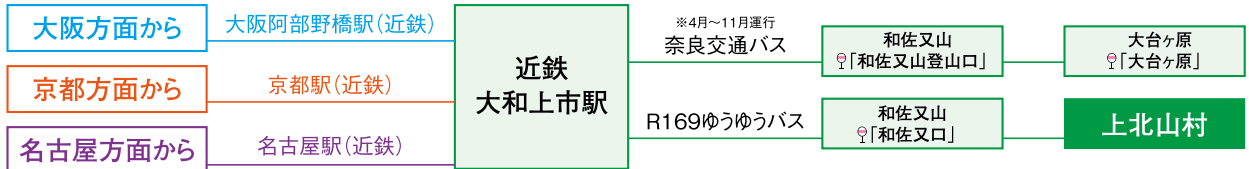


# 上北山村までの推奨ルート

## マイカー利用



## 鉄道&バス利用



※バスの便数は限られています。お出かけ前にお問い合わせください。(上北山村役場/TEL: 07468-2-0001)

