

「KOBE 太陽と緑の道」 15コース 一覧表 1/2

コース No		<p style="text-align: center;">コース名</p> <p style="text-align: center;">ルート (赤字:最高標高箇所と標高)</p> <p style="text-align: center;">コース紹介</p>	<p style="text-align: center;">距離</p> <p style="text-align: center;">目安時間</p> <p style="text-align: center;">コース難易 度</p>
①		<p>丹生山系縦走路コース</p> <p>花山駅～花折山～稚児ヶ墓山・596m～帝釈山～丹生山～つくはら湖～衝原バス停</p> <p>神鉄花山駅の裏手から登山道が始まり、丹生山系の最高峰・稚児ヶ墓山、主峰・帝釈山、山上に広大な山城があった丹生山などを結ぶ歩き応えのあるロングコース。体力に応じてショートコースに分けて縦走することも可能(分割例:花山～肘曲り～箕谷/箕谷～肘曲り～帝釈山～丹生山)。</p>	<p style="text-align: center;">21.3km</p> <p style="text-align: center;">8時間</p> <p style="text-align: center;">上級</p>
②		<p>丹生山義経道コース</p> <p>藍那駅～義経道～丹生神社表参道～丹生山・515m～衝原バス停</p> <p>藍那小学校の脇から義経道(一ノ谷の戦いに向かう源氏軍が駆け抜けたと伝わる古道)を約1時間ほど歩き丹生神社前バス停へ。丹生山の山頂までは平清盛が月詣をしたことで知られる表参道で登り、下山は源義経が馬で駆け下りた山道を通してサイクリングターミナルへ。</p>	<p style="text-align: center;">10.3km</p> <p style="text-align: center;">4時間</p> <p style="text-align: center;">初級</p>
③		<p>丹生山田の里コース</p> <p>箕谷駅～無動寺・275m～六條八幡～箱木千年家・衝原バス停</p> <p>箕谷から志染川方面へ約20分ほど歩くと北区の田園風景が広がる山田地区へ。平安仏が拝める無動寺、若王子神社、地区の総鎮守社・六條八幡宮を巡り、ゴールは現存する日本最古の民家・箱木千年家がある衝原のバス停へ。自然・歴史・文化を身近に感じられる里山ウォーク。</p>	<p style="text-align: center;">9.7km</p> <p style="text-align: center;">4時間</p> <p style="text-align: center;">初級</p>
④		<p>千苺大岩岳コース</p> <p>JR道場～千苺ダム～大岩岳・384m～風吹岩～東山橋～JR道場</p> <p>神戸市内で最も大きい水道専用ダム湖である千苺貯水池や三田市と宝塚市に連なる山々の雄大な風景が楽しめるハイキングコース。国の登録有形文化財である千苺ダムや風吹岩の他、ルート近くには県下で最大である丸山湿原などの見所がある。</p>	<p style="text-align: center;">10.8km</p> <p style="text-align: center;">5時間</p> <p style="text-align: center;">中級</p>
⑤		<p>鎌倉峡コース</p> <p>JR道場～鎌倉峡・263m～二郎駅/JR道場</p> <p>周辺にロッククライミングのグレンデが多く、週末はクライマーで賑わうJR道場駅を出発。武庫川を渡り田園風景の中を歩き鎌倉峡へ。徒渉や岩壁のトラバースなどアスレチック要素が多い上級者向けコース。 ※鎌倉峡は滑りやすい岩場が多く雨天・増水時のハイキングは避けて下さい。</p>	<p style="text-align: center;">8.0km</p> <p style="text-align: center;">4時間</p> <p style="text-align: center;">上級</p>
⑥		<p>高丸山有馬コース</p> <p>岡場駅～有野台団地～高丸山・508m～南ルート～有馬温泉駅</p> <p>地元ハイカーに散策路として親しまれている有野台の周辺緑地を歩き、六甲山系北側の眺望が見渡せる高丸山へ。高丸山四ツ辻から高丸山南斜面の大階段(約350段)を下り、有馬街道を經由して有馬温泉駅へ抜けるコンパクトな初心者向けハイキングコース。</p>	<p style="text-align: center;">7.0km</p> <p style="text-align: center;">3時間</p> <p style="text-align: center;">初級</p>
⑦		<p>大沢石峯寺コース</p> <p>野瀬バス停～石峯寺・280m～中大沢～フルーツフラワーパーク～道場南口駅</p> <p>道場南口駅から神姫バスで約25分の野瀬バス停を出発し、車道沿いの歩道を進むと法道仙人開山の名刹・石峯寺に到着。その後は大沢地区に広がる田園地帯や丘陵地を歩きフルーツフラワーパーク園内(入場無料)や道の駅でのんびりと時間を過ごせる長閑な散策コース。</p>	<p style="text-align: center;">13.7km</p> <p style="text-align: center;">5時間</p> <p style="text-align: center;">中級</p>

「KOBE 太陽と緑の道」 15コース 一覧表 2/2

⑧		<p>雌岡山雄岡山コース</p> <p>緑が丘駅～雄岡山～雌岡山・249m～緑が丘駅</p> <p>神話や逸話が多い神出地区の象徴、雌岡山・雄岡山とその周辺を歩く半日コース。500本を超える梅がある雌岡山の梅林は2月中旬から3月上旬にかけて見頃。標高は高くないが一等三角点がある雄岡山(標高241m)も地元ハイカーだけでなく遠方から訪れる人が多い人気の山。</p>	<p>6.8km</p> <p>3時間</p> <p>初級</p>
⑨		<p>太山寺山城跡コース</p> <p>西神中央駅～端谷城跡～寺谷～高畑城跡・234m～太山寺～学園都市駅</p> <p>西神中央駅から西神中央公園を抜け、櫛谷川沿いの農道を寺谷方面へ。広い曲輪が整備されている端谷城跡と明石海峡が遠望できる高畑城跡を巡り、小刻みにアップダウンがある自然道を歩くと古刹太山寺の山門に到着。神戸市内唯一の国宝建築物である本堂は一見の価値あり。</p>	<p>14.3km</p> <p>5時間</p> <p>中級</p>
⑩		<p>白川徳川道コース</p> <p>名谷駅～大歳神社～徳川道～あいな里山公園・292m～藍那駅</p> <p>名谷駅から落合中央公園を抜け、しばらく住宅街を登り白川方面へ。大歳神社前から徳川道の緩やかな登り道を北上し、あいな里山公園の外周路へ。一ノ谷の戦い時に源義経が行き先を話し合った「相談ヶ辻」近くから「あいな里山公園」に入園(有料・土日祝のみ)も可能の歴史散策路。</p>	<p>9.5km</p> <p>4.5時間</p> <p>初級</p>
⑪		<p>摩耶徳川道コース</p> <p>六甲駅～カスケードバレイ～杣谷峠・620m～徳川道～森林植物園</p> <p>神戸開港の幕末期に築かれた西国往還付替道(徳川道)の東側に位置するカスケードバレーから杣谷峠を越え、穂高湖を經由して森林植物園の東門へと繋がる歴史道ハイキング。道沿いには幕末の遺構もあり、多くのハイカーが歩く人気の登山道。</p>	<p>9.0km</p> <p>4.5時間</p> <p>中級</p>
⑫		<p>東お多福山コース</p> <p>岡本駅～保久良神社～東お多福山・697m～東おたふく山登山口バス停</p> <p>保久良神社から金鳥山、風吹岩を經由し六甲山系で唯一の草原地が広がる東お多福山へ。東お多福山からバスで下山せず、引き続き六甲山へ登る場合は土樋割り峠から住吉川方面に一旦下り、No.13住吉道魚屋道コースに繋げて六甲山最高峰經由で有馬温泉へ下る。</p>	<p>9.5km</p> <p>4時間</p> <p>初級 (六甲山に登る場合は中級)</p>
⑬		<p>住吉道魚屋道コース</p> <p>阪急御影～住吉道～六甲山最高峰・931m～魚屋道～有馬温泉駅</p> <p>阪急御影駅から閑静な住宅街を通り白鶴美術館から住吉川沿いを北上。五助堰堤、湿地帯の木道、杉林の石畳道、尾根道を登り、住吉川を渡渉した後は九十九折の登りが続く七曲りで六甲山最高峰へ。下山はかつて山越えで魚を運んだ魚屋道を通り有馬温泉へ。</p>	<p>13.2km</p> <p>6.5時間</p> <p>中級</p>
⑭		<p>石切道紅葉谷コース</p> <p>阪急御影～石切道～ガーデンテラス・880m～紅葉谷～有馬温泉駅</p> <p>かつて御影石を切り出し運んでおり、現在も石積み場や御影石の標識が点在する石切道を通るコース。複数のビュースポットから眺望が楽しめる六甲ガーデンテラスの先は約15分ほど六甲全山縦走路を並走し、ブナ林が分布する紅葉谷を下り、有馬温泉へ至る。</p>	<p>11.6km</p> <p>5.5時間</p> <p>中級</p>
⑮		<p>再度山越えコース</p> <p>新神戸駅～滝山城跡～大龍寺～再度山・470m～修法ヶ原～山田道～谷上駅</p> <p>新神戸駅からスタートし、戦国武将ゆかりの山城、毎日登山発祥ノ地石碑、平安時代に弘法大師が二度訪れ、明治時代に植林事業がスタートした再度山など、神戸の歴史、山林保全や登山文化が詰まったハイキングコース。四季折々の自然が楽しめる森林植物園散策もおススメ。</p>	<p>10.0km</p> <p>4時間</p> <p>中級</p>

KOBE 太陽と緑の道 新15コース

