

Kinki Shizen Hodou

自然満喫コース

奥伊勢地域

豊かな緑と清流を慈しむ

GUIDE MAP

全6コース

三重県最大の河川 清流・宮川

奥伊勢地域を心地良い水音と共に流れる清流・宮川。日本有数の多雨地帯である大台山系を源流とし、延長は約90m、流域面積は920平方キロメートルに及び、大内山川などの支流と合流して伊勢湾へ流れ出る三重県内では最大の川です。平成3年、12年に続いて平成14年度の建設省の行なう水質調査では全国1位になるなど、全国有数の清流としても有名です。

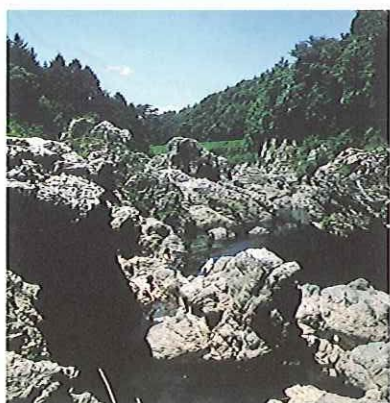
また、この宮川上流部には奇岩・巨岩などの変化に富む峡谷美と原生林が織りなす自然美があり、「奥伊勢宮川峡県立自然公園」にも指定されています。

自然満喫ゾーン

豊かな自然の宝庫

奥伊勢宮川峡県立自然公園

宮川の上・中流域とその支流である大内山川流域からなる県下最大の県立公園。総面積は51,448ヘクタールで、奇岩や飛瀑などが素晴らしい宮川峡谷や、人工造林帯と原生林が美しい大台ヶ原山麓地帯など、自然美に溢れるスポットが数多く点在し、近年脚光を浴びている公園です。



御利益いっぱい頭の水が湧き出る神社

頭之宮四方神社

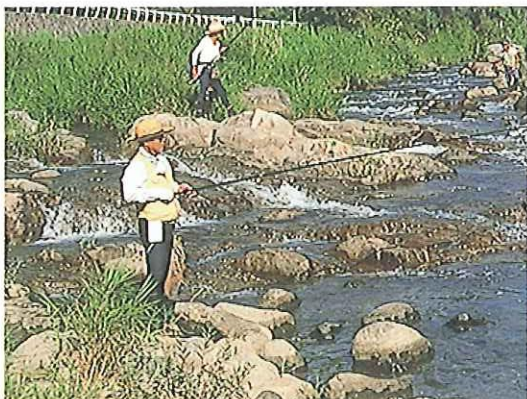
大内山川支流唐子川の渓流沿いに鎮座している「頭之宮四方神社」は、古くから「頭の宮さん」として、受験・就職を控えるシーズンになると、大勢の受験者などが合格祈願に訪れます。境内には、「頭の水」も湧き出ており、水を持ち帰る人もいます。



太公望も腕がなる！

宮川のアユ釣り

清流・宮川の楽しみ方の一つは「アユ釣り」。6月のシーズン開始から、大勢の釣り人が訪れ、腕を競いあいます。また、上流部では、川魚の女王と呼ばれるアマゴの渓流釣も楽しめます。

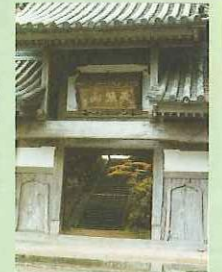


山あいの古寺と両郡橋をたずねるみち

五桂池ふるさと村
 県下一の大きさを誇る池。飢饉が続いた江戸時代、寛文2年(1672)に紀伊藩が7年の歳月をかけて造りました。



普賢寺
 天啓公園近くのお寺。本尊の普賢菩薩は国の重要文化財になっています。



射和の豪商邸宅と寺院
 松阪商人のふるさと。国分邸や竹川邸など、重厚な屋敷を見ることができます。



妙楽寺
 浄土宗の寺院。境内に古事記伝で有名な本居宣長の奥墓があります。



松阪ちとせの森
 「本居宣長奥墓」のある場所。宣長の奥墓を中心に「歴史のこみち」「さくらのこみち」など、四季折々の自然が楽しめる公園です。

コース概要
 松尾バス停より中部台運動公園を通過し、江戸時代に活躍した射和商人の里、射和へ。古い邸宅と寺院等を見学し、櫛田川に架かる両郡橋を渡り相可を過ぎると天啓池に着く。池近くの法泉寺を訪れた後は、山あいの里道を通り普賢寺、近長谷寺に。その後、参道を通り山間のなだらかな里道を下っていくと、丹生の古い町並みが開けてくる。

コースルート	距離	所要時間
8 丹生大師前バス停	4.3km	70分
7 普賢寺	3.1km	50分
6 法泉寺	1.5km	20分
5 両郡橋	3.2km	50分
4 真生寺	3.2km	50分
3 妙楽寺	2.0km	45分
2 中部台運動公園	2.0km	40分
1 松尾小学校前バス停		30分

↑ コースのアップダウン

凡例

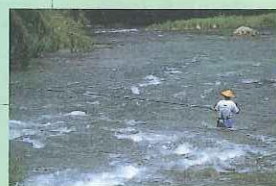
- 近畿自然歩道(公道)
- 近畿自然歩道(自然歩道)
- 国道
- 県道
- 案内標識
- 標識
- JR紀勢本線
- 伊勢自動車道
- バス停



丹生の歴史をめぐるみち



五箇篠山城址
 戦国時代、伊勢国司北畠氏の配下で、この地域一帯を支配していた豪族・野呂氏の拠点。頂上からは、村内を一望することができます。



榊田川渓谷
 県の中勢部を流れる清流・榊田川。上・中流域には、奇岩・怪岩が数多くみられ、見事な渓谷絵模様をつくり出しています。

コース概要
 丹生大師前バス停より、古い丹生の町並みを眺めながら立梅用水へ。用水沿いに植えられた紫陽花が梅雨時期には見事。幹線から外れて山道を進むと、昔、日本最大の生産で知られる水銀の抗跡があり、当時の栄華を偲ぶことができる。その後、山あいの道を進み、榊田川の風景を楽しみながら、勢和台公園に立ち寄った後、山々の緑と爽やかな風を満喫しながら終点柘原駅へと至る。



23.山あいの古寺と両郡橋をたずねるみちコースへ

25.北畠家の遺跡をたずねるみちコースへ



ふれあいの館



大師湯
 丹生大師門前にある温泉。加熱ながらも贅沢なかけ流しです。



丹生大師
 弘法大師ゆかりの寺。自然と調和した境内、庭園、山門が堂々たる風格を漂わせています。



丹生水銀抗跡
 奈良時代から栄えていた水銀の産地跡。東大寺の大仏を鑄造するために大量の水銀もここから奈良の都に運ばれました。

凡例

- 近畿自然歩道(公道)
- 近畿自然歩道(自然歩道)
- 国 道
- 県 道
- 公衆トイレ
- 休憩所
- 案内標識
- 標 識
- JR紀勢本線
- 伊勢自動車道
- バス停



いいまち発見！ ふるさと名所紀行 ⑥
 自然歩道で出会うまちには、どんな出会いと発見が待っているの？
 先を急ぐ足を少し休めて、どこか懐かしさを感じるこのまちの名所・旧跡を観光、味覚を満喫しませんか？

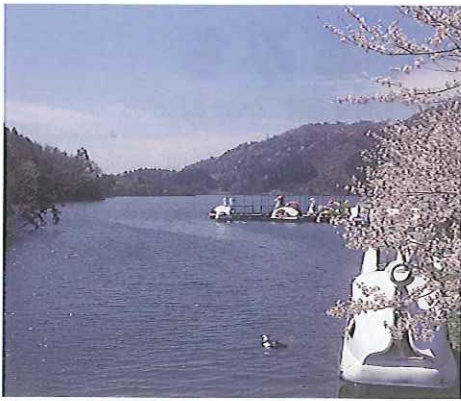
素朴さが残るまち

多気町・大台町・勢和村



豊かさとお出会う
 自然スポット

●五桂池ふるさと村（多気町）



五桂池ほとりにあり、大人から子供までみんなで楽しむことので

●柳田川



三重県を代表する一級河川で、上流は香肌峡とよばれ岩盤の谷を流れる川。古来、倭姫命が天照大神の鎮座地を求めて諸国を巡行中に、この地で櫛を落とされたことからこの名がついたといわれています。

きる自然公園。小動物と遊ぶことのできる「花と動物ふれあい広場」や、イチゴ狩りやみかん狩りなどを体験できる「観光農園」などがあります。

●ゆとりの丘

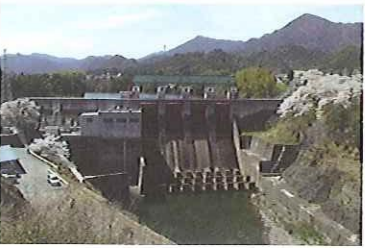
72ページA3

篠山城跡のふもとにある三世交代流拠点「ゆとりの丘」。広大な芝生広場に資料館や図書館、屋外ステージや遊具、篠山城址見晴し台などがあり、ファミリーで楽しむことができます。



●三瀬谷ダム（大台町）

76ページC4



別名「奥伊勢湖」とも呼ばれる日本有数の清流・宮川に造られた多目的ダム。また、四季折々の

ふるさとの一品
 いいものみつけた！



伊勢いも(多気町)

300年の歴史を誇る自然食品。栄養価も高く、贈り物にも喜ばれている一品です。



おしん餅(勢和村)

その昔、伊勢神宮と滝原宮両宮への参拝の人々賑わった茶屋にいたおきんという老婆が真心こめて作ったヨモギの香り田舎餅。今でも、絹肌のような柔らかい舌ざわりが好評の一品です。

自然に囲まれたダムでは、カヌーやボート遊びも体験できます。

まちを探検！

ふるさとスポット

●「のびのびパーク天啓(多気町)

70ページC15

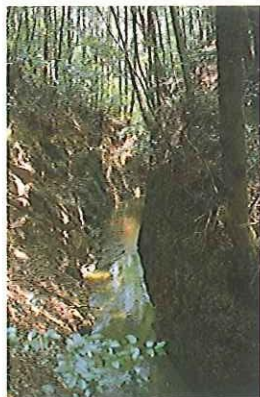
農業用水の貯水池として造られた「天啓池」のほとりにある公園。恵まれた自然環境を活かした親水公園として、多くの家族連れが休日になると訪れています。



●立梅用水

72ページC2

約180年前に櫛田川をせきとめ、農業用水として造られた全長28kmの用水。初夏になるとあじさいが用水付近を彩ります。



●丹生大師(勢和村)

72ページC2

宝亀5(774)年、真言宗の開祖・弘法大師空海の師で、奈良大安寺の僧・勤操大徳によって創建された真言宗の寺院。総本山・高野



●大台町B&G海洋センター

(大台町) 76ページC4

県下唯一の公認漕艇場がある海洋センター。毎年8月末には、町民レベルのレガッタ『水上カーニバル』が開催されます。また近隣には、バスケットコートやテニスコートも整備されています。



●三瀬砦跡

76ページB2

三瀬氏が居住していたと伝えられる三瀬砦跡。歴史的価値の高い、



中世の砦の様相を今に伝えてくれます。また、近くの慶雲寺には、県史跡に指定された三瀬左京の木像が保存されています。



アユ(大台町)

清流・宮川で捕れるアユ。豊かな自然が育んだアユは美味しさも格別！塩焼きなどのフルコースを楽しむことができます。

北畠家の遺跡をたずねるみち



北畠具教館跡
元龜3年(1572)織田氏の侵襲に敗れた北畠具教が築いた館。勢威回復を企てましたが、天生4年(1576)謀殺されて北畠氏は滅亡しました。



洞塚
天正4(1576)年の三瀬の変の後、北畠具教の遺体が葬られたといわれる塚。塚の横には卿の詠歌「花に置く露も涙にそめぬらむ昔の春をしのぶおもいに」の標柱があります。

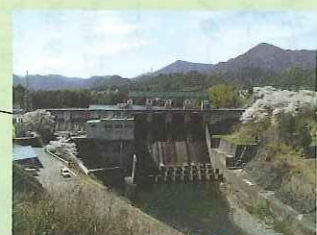


三瀬砦跡
三瀬氏の居住したと伝えられる砦跡。昭和50年に県史跡に指定されました。

茶臼山展望台
三瀬館址の東部に位置する茶臼山にある展望台。三瀬谷や遥か度会山系まで一望できます。



船木橋
国道42号線に架かる橋。見事な眺望が楽しめます。



三瀬谷ダム
日本有数の清流・宮川の多目的ダム湖。別名、奥伊勢湖とも言い、四季折々の自然が楽しめる場所です。

コース概要
下三瀬バス停から三瀬砦跡へ。街道筋を通りながら、国道42号線を横切り山裾に向う。北畠館跡や北畠神社を越え、旧道沿いの民家集落を抜けると、宮川を三瀬谷ダムで止めた広い湖面に出る。ダムを後にし、林道から出ると、紀勢本線と平行に走っている道筋へ。大内山川の渓谷を見ながら進み、終点滝原宮前バス停へと至る。

コースルート	距離	所要時間
1 下三瀬バス停	2.6km	40分
2 大台中学校	1.0km	15分
3 JR三瀬谷駅	2.5km	40分
4 三瀬谷ダム	4.9km	80分
5 JR滝原駅	1.5km	25分
6 木つつ木館	1.5km	25分

↑ コースのアップダウン



凡例

- 近畿自然歩道(公道)
- 近畿自然歩道(自然歩道)
- 国道
- 県道
- 公衆トイレ
- 案内標識
- 標識
- JR紀勢本線
- バス停



26
7.3km

滝原・昆虫館をたずねるみち

■凡例

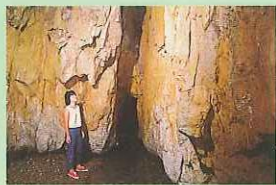
近畿自然歩道(公道)	——
近畿自然歩道(自然歩道)	- - - -
国 道	●
県 道	●
案内標識	■
標 識	●
JR ■ 線	——
バ ス 停	○



昆虫館 📷 🌿 🐛 🦋 🐝
世界各地の珍しい昆虫の標本や映像を集めた資料館。子供から大人までが楽しく学べる施設です。



滝原宮 📷 🌿 🐛 🦋 🐝
伊勢神宮の別宮。境内は杉や檜の巨木が林立し、神秘的な雰囲気に包まれています。



風穴 📷 🌿 🐛 🦋 🐝
長年の水が侵食し、石灰岩が作り出した自然の洞窟。古くから名所として知られ、現在も多くの人々が探索に訪れます。



あじさいロード 📷 🌿 🐛 🦋 🐝
一万株ものあじさいが咲き乱れる道。近くには小川が流れ、小鳥たちのさえずりがこだまします。



カリヨンフラワーパーク 📷 🌿 🐛 🦋 🐝
広大な敷地いっぱいに四季折々の花々が咲き乱れる公園。町のシンボルともなっている美しいメロディが流れるカリヨンモニュメントもあります。



ふれあいの里 📷 🌿 🐛 🦋 🐝
テニスコートなどのスポーツ設備や、研修室などを備えた多目的施設。自然豊かな大滝峡近くにありま。

START
道の駅
木つつ木館

GOAL
阿曾バス停

コース概要

滝原宮前バス停から大木の中を通り滝原宮、森林公園へ。林間の道を抜けて里近くの道をぬけて里近くのみちを下り、心地よい広さの歩道を進むと大滝峡に出会う。川沿いをさらに上流に進むと、旧道の街並みへ。阿曾観音を巡り、最後にこの町の鳥瞰できる小高い展望台に登ると、終点阿曾バス停へとコースは向う。



いいまち発見！ ふるさと名所紀行 ⑦

自然歩道で出会うまちには、どんな出会いと発見が待っているの？
先を急ぐ足を少し休めて、どこか懐かしさを感じるこのまちの
名所・旧跡を観光、味覚を満喫しませんか？

緑に包まれたまち

大宮町・紀勢町・大内山村



豊かさとお出会う

自然スポット

●大滝峡（大宮町） 77ページD・4

宮川の上流である大内山川の一角。巨岩の間を縫い清流・大内山川が流れる姿は自然の芸術そのものです。周囲にはキャンプ村も整備されており、森林浴が楽しめます。



●あじさい道（大宮町）

77ページE・2

約25種類、約1万株のあじさいが咲き乱れる25kmの道。近くには小川が流れ、遊歩道が整備されているので、四季を通じて散策やサイクリングを楽しむことができます。



●大平つつじ山（紀勢町）

83ページE・5

県の名勝地指定を受けている木つつじで覆われた珍しい山。初夏になると、約6ヘクタールの山の南部に1万株以上の自生のつつじが咲き乱れ、辺り一面が紅色に染まります。



●犬戻峡（大内山村） 87ページF・2

古くから山犬でさえ立ち戻るほど、険しいといわれる、清流・大内山川の源流にある渓谷。現在では、

ふるさとの一品
いいものみつけた！



七保牛（大宮町）

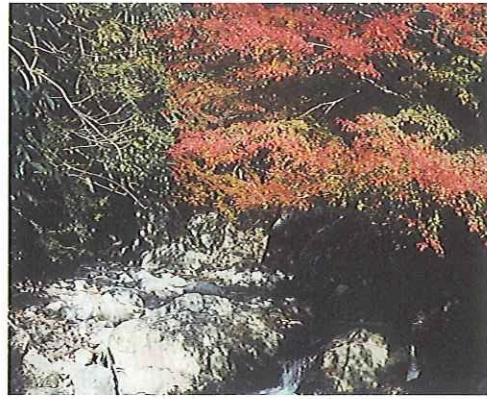
上質の肉質が有名な七保牛。優れた環境の中で育てられた特上霜降り肉の深い味は「七保牛ブランド」で名高く、松阪肉として販売され、高い評価を受けています。



木地屋伝承味噌（紀勢町）

地元の農家が育てた良質の大豆を米麹で仕上げた減塩の手作り味噌。添加物が一切入っていないため、アレルギー体質の方でも安心して食べることができます。

南亦山森林公園への登山コースも整備され、春には桜や渓谷に咲くツツジ、秋には紅葉など、美しい自然を満喫できます。



まちを探検!
ふるさとスポット

●道の駅奥伊勢木つつ木館

(大宮町) 78ページB2

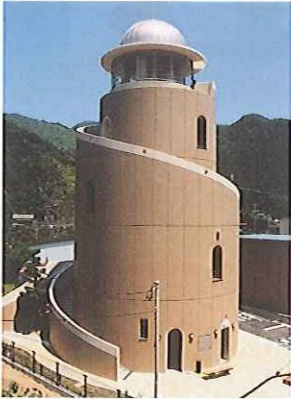
豊かな木材で造られた、国道42号沿い、瀧原宮前にある道の駅「奥伊勢木つつ木館」。木製品の展示・販売・創作を行う木に関する全ての情報センターや、お土産コ

ーナーや喫茶コーナーもあり、休憩にも利用できます。



●錦タワー(紀勢町) 81ページC2

紀勢町錦地区の防災避難地として建てられた避難塔。周辺住民を中心に500人程度が避難できるスペースや、避難住民用の発電機等を防災資機材の保管庫等を供えています。



●頭之宮四方神社(大内山村) 84ページB4

建久2年(1191年)に鎮座し、日本で唯一「あたまの宮」と名のつく神社。境内には合格祈願などの絵馬が奉納されていて、受験シーズンには全国から参拝客が訪れます。



●グリーンパーク大内山

(大内山村) 84ページA3

美容と健康に効くと言われる牛乳露天風呂があり、川釣りや山菜等収穫体験ができる宿泊施設。近隣には南亦山森林公園や熊野古道



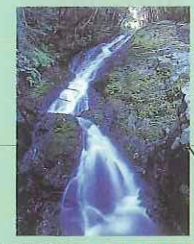
があり、豊かな自然を楽しむことができます。

恵まれた自然の中で製造される牛乳、練乳、プリン、アイス、クリーム、バター、チーズ、ヨーグルト等多種類の乳製品。その美味しさと栄養価の高さから、近畿地方にも愛飲者を持ちます。



乳製品(大内山村)

絶壁からながめる海と錦漁港をたずねるみち



錦不動滝
落差約20mの渓流瀑。日照りが続き里の水枯れになっても不動滝の水だけは枯れないという言い伝えが残っています。



向井ヶ浜遊パーク
錦湾に面した海水浴場。平成16年には、多目的な施設を併せ持った通年型リゾート地「にしき向井ヶ浜遊パーク」として生まれ変わります。



塩浜展望台
錦漁港を見渡せる展望台。沖の島々、養殖イカダ、沖を行く漁船と、絶景を楽しめます。



錦漁港
熊野灘に面した漁港。紀勢町の魚の供給源として、また、釣りの名所として多くの人に知られています。



目戸の鼻
錦湾に浮かぶ波風の浸食により丸くくり抜かれた岩。朝夕は美しいシルエットを醸し出します。

コース概要

船附バス停より金蔵寺・浅間神社へ。ウバメガシの群生を見ながら、尾根伝いの道を進み、山村広場へ。錦湾の眺望を楽しみながら、漁港に向かって下る。塩の香りに包まれながら海岸線を歩き、活気溢れる錦漁港へ。海岸縁に建つ津波の記念碑などを見ながら歴史を辿り、船附バス停へと至る。



ウバメガシ
背丈約5メートルの暖地性常緑樹ウバメガシの群生地。登山道へ踏み入ると、緑のトンネルが続きます。

- 凡例
- 近畿自然歩道(公道)
 - 近畿自然歩道(自然歩道)
 - 国道
 - 県道
 - 休憩所
 - 標識
 - 展望施設





28
14km

大内山川沿いに巨木をたずねるみち

コース概要

J R阿曾駅より国道42号線を進み大内山川を渡ると、垣内尻庚申塚の巨木（タブノキ）がある。のどかな田畑を眺めながら川沿いに歩き、大皇神社に至る。大内山川、J Rを下に見ながら歩くと役場の前庭のしだれ桜が雄姿を現す。街道沿いに大内山川の流れを聞きながら頭之宮四方神社を訪れ、終点J R大内山駅へ向う。



グリーンパーク大内山
四季のふれあいの広場には体験工房や芝広場があり4月下旬には芝桜が満開になります。



車瀬親水公園
清流大内山川沿いに広がる芝広場。鮎釣り、ピクニック等でご利用いただけます。



頭之宮四方神社の古木
日本で唯一「あたまの宮」と名のつく神社。多くの参拝客で賑わいます。



南亦山森林公園
標高982mの一等三角点への軽登山コース。ブナ林等の天然林は、季節毎に楽しめます。



松原親水公園バタールゴルフ場
清流大内山川沿いにあるバタールゴルフ場(18ホール)。利用無料、時間制限もありません。



笠木不動尊の滝
落差40mの雄滝と、落差30mの雌滝の2つの滝からなる笠木渓谷。秋の紅葉シーズンには多くの人々が訪れます。



津島神社
柏野天王夏祭りが行なわれる神社。地域の人々に信仰されています。



大平山のツツジ
約6ヘクタールの山の斜面にいっぱい植えられた1万株以上の自生つつじ。県の名勝地の指定を受けています。

■凡例

近畿自然歩道(公道)	—
近畿自然歩道(自然歩道)	- - -
国道	●
県道	●
公衆トイレ	W
案内標識	■
標識	●
JR紀勢本線	—+—

