飛騨市
HIDA CITY

観光ガイドブック

ひだ ゆったり 森あるき

プロローグ **飛騨市の自然**

ようこそ飛騨市へ、飛騨の山へ。

池ヶ原湿原（宮川町）

プロローグ 飛騨市の自然

ようこそ飛騨市へ、飛騨の山へ。

飛騨市は岐阜県の最北端、飛騨山脈（北アルプス）の支脈に囲まれています。豊かな自然が残り、四季折々の変化を見せてくれます。緑風吹き抜けるブナの森、花が咲き乱れる高原や湿原、北アルプスから白山連峰までの大パノラマが広がる山の頂、森と飛騨人（びと）の深い関わりを感じさせてくれる里山。その中に身を置くといつまでも佇んでいたい気持ちになります。お気に入りの森、花、木、季節を見つけに、ぜひ訪れてみてください。

北ひだの森を歩こう　検索

http://hidamoriaruki.com/

白木峰池塘（ちとう）群（宮川町）

飛騨市の100選

- 城下町飛騨古川の街並み ……「美しい日本の歴史的風土100選」
- 飛騨古川の町並み ……「人と自然が織りなす日本の風景100選」
- 瀬戸川用水 ……「疎水100選」
- 種蔵棚田の雨上がりの石積 ……「かおり風景100選」
- 神岡町山之村 ……「にほんの里100選」
- 神岡鉱山 ……「日本の地質百選」
- アルプス展望・神秘の森を探勝のみち ……「美しい日本の歩きたくなるみち 500選」

岐阜県が誇る「岐阜の宝もの」、「明日の宝もの」に認定

「岐阜の宝もの認定プロジェクト」において、飛騨市の宝が認定されました。

「三湿原回廊（天生湿原・池ケ原湿原・深洞湿原）」
平成21年度「じまんの原石」に選定

「天生県立自然公園と三湿原回廊」
平成22年度「明日の宝もの」に認定
平成23年度「岐阜の宝もの」にランクアップ認定

「棚田と板倉の風景と里山文化（宮川町種蔵地区）」
平成21年度「じまんの原石」に選定
平成24年度「明日の宝もの」に認定

森あるき 01

うるわしき『いのちの森』

岐阜の宝もの 天生県立自然公園

あもうけんりつしぜんこうえん

標高 1290m－1744m

自然景観 花が絶えない湿原 天生湿原

ブナの森に囲まれた高層湿原です。県の天然記念物に指定されています。雪解け時期の6月にはミズバショウやリュウキンカ、初夏にはニッコウキスゲが咲き誇ります。40種類もの鳥類が生息し、多様な生態系を観察できるのも魅力です。

ウォーキングポイント

天生湿原から奥へ進むと、沢を囲んでブナの原生林が広がります。カツラ門と呼ぶ、カツラの巨木群にも出会えます。木平湿原、ミズバショウ群生地、北アルプスを一望できる籾糠山など魅力がいっぱいです。また、この地区には法隆寺の釈迦三尊像をつくった「止利仏師」の伝説があり、自然と歴史ロマンを感じることができます。

自然と魅力

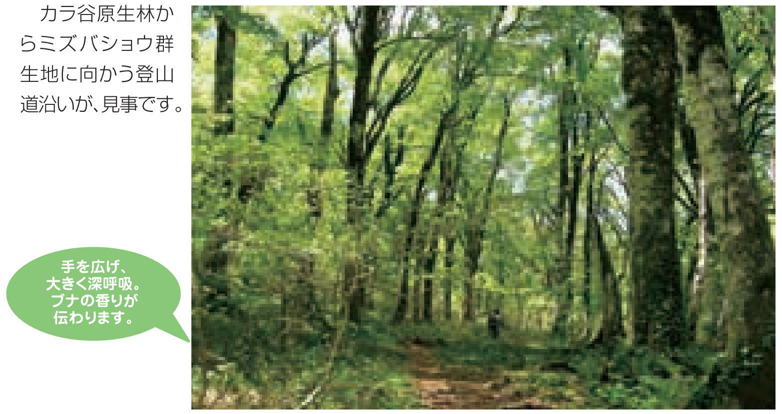
一年の半分を雪に閉ざされる天生峠は、飛騨市河合町と大野郡白川村の境です。泉鏡花の小説「高野聖」や東山魁夷画伯の「山雲」の舞台になっています。

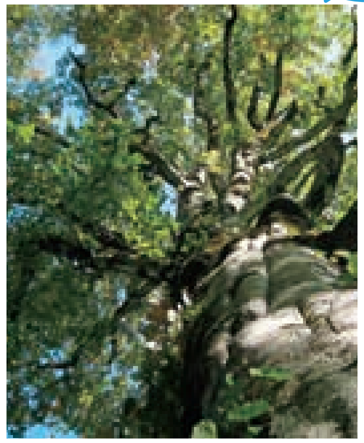
この峠を中心に高山植物群、高層湿原、ブナ原生林、深渕な渓谷、滝など雄大な自然を体感できます。雪解け直後の6月のミズバショウに始まり、ニリンソウ、サンカヨウ、ニッコウキスゲなど、9月中頃まで四季折々の花々に出会えます。

10月上旬からは、ブナ、ナナカマド、カエデ、ウルシ類などが色づき、紅葉の美しさも魅力です。

自然景観 新芽が一斉に芽吹き、新緑がまぶしい ブナ原生林

カラ谷原生林からミズバショウ群生地に向かう登山道沿いが、見事です。





ブナの巨木

幹周り3m、4mといった巨木に出会えます。訪れた人は「ブナ太郎」、「ブナ姫」など勝手に名前を付けて楽しんでいます。あなたも名前を付けてみてください。自由です！

チェック！ 天生、飛騨の自然は「森の案内人」にお任せを！

天生県立自然公園協議会の公認ガイドが、愛情たっぷりに天生の魅力をお伝えします。「森の案内人」と呼んでください。

■自然散策・里山トレッキングガイド料金

3時間コース…2,000円／お1人（5名様以上）
4~4.5時間コース…2,500円／お1人（5名様以上）
6時間コース…3,000円／お1人（5名様以上）

【その他】

・15名以上の団体は、案内人2名以上が同行します。
・5名未満の場合は、それぞれ一律料金 3時間10,000円、4~4.5時間12,500円、6時間15,000円となります。

■予約・問い合わせ先

飛騨市・白川郷自然案内人協会
TEL・FAX:0577-65-2211
予約は案内日の3日前までに申込みください。
※天生以外の森、山の案内も可能です。

自然景観 北アルプスを眺望できる山 籾糠山（もみぬか）

頂上からは公園のほぼ全域と北アルプスを眺望できます。山頂は狭いため、混む時は譲り合って休憩してください。

アクセス・通行規制

JR高山本線飛騨古川駅から車で約50分。河合町小無雁地区の河合橋を渡り国道360号を直進し、白川郷方面へ。河合橋から車で約30分です。

河合町天生地区～天生峠～白川村城山天守閣までの国道360号は道幅が狭く、河合町天生地区～天生峠は車長8.0m以上の車は通行が困難です。また、天生峠～白川村は車幅1.8m以上、車長8.0m以上の車は通行禁止です。（車幅・車長規制）

唯一のアクセス道路国道360号（天生峠）は冬期閉鎖があります。（11月上旬～6月上旬）

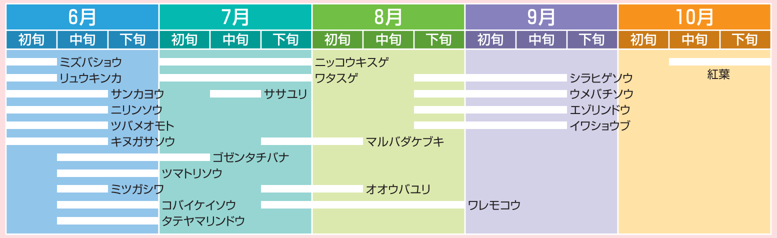
シラヒゲソウ

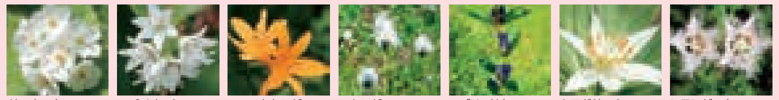
花弁から白い髭が生えている様から名付けられている。天生の短い夏の終わりを惜しみ咲き誇ります。

：携帯トイレ設置箇所

花暦 HANA GOYOMI

天生は花の楽園です。6月から9月中旬頃まで様々な花が咲きます。あなたのお気に入りの花を見つけに来ませんか。





サンカヨウ　ツバメオモト　ニッコウキスゲ　ワタスゲ　エゾリンドウ　キヌガサソウ　シラヒゲソウ

秋、綿菓子のような甘い匂いが漂います。カツラの木からのプレゼントです。感謝しながら、門を通りましょう。

自然景観 天生に春を告げる、白い妖精 ミズバショウ群生地

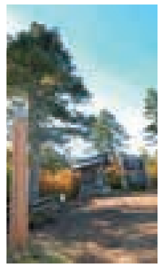
サトイモ科の多年草です。芭蕉に似た葉を持つことから名付けられています。雪解けを待ち、伸び始める様が清楚なことから、白い妖精といわれています。

自然景観 ブナ原生林の中の5人兄弟？ カツラ門

あなたを5本のカツラの巨木が迎えてくれます。「カツラ門」と呼んでいます。大きさ、迫力よりも優しさを感じます。

自然景観 天生湿原の中の小さな祠 匠堂（たくみどう）

浮島のような円い場所があります。匠屋敷と呼ばれ一角に祠が祀られています。昔、幼少の止利仏師が母親と暮らしたという伝説があり、匠の発祥の地といわれています。



自然景観 巨木が林立する原生林 カラ谷原生林

カツラやサワグルミを主体とする渓畔林の原生林が広がっています。

自然景観 小じんまりとした湿原 木平湿原（きだいら）

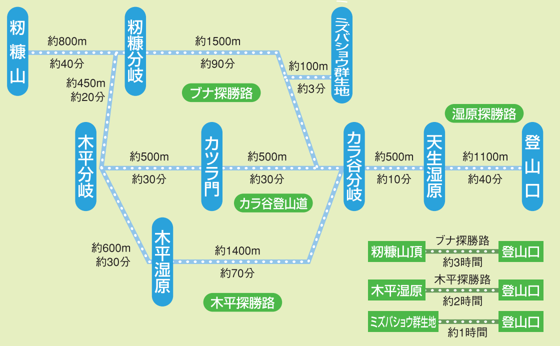
小丘が点在する美しい湿原です。カエルも生息しています。モウセンゴケ（食虫植物）も見られます。木道からそっと覗いてみましょう。虫を食べているのが見られるかも。

森林環境整備協力金について

天生の自然環境を保護し、未来に伝えていくため、協力金（500円／1人）をお願いしています。協力金は木道の修繕、清掃、監視パトロール、普及啓発などの費用に大切に使わせて頂いております。

チェック！ コース所要時間

※所要時間は登りの目安です。



チェック！ 入園する皆さんへのお願い 必読

- 自然公園内はクマなど野生動物の生息域です。謙虚な気持ちで入山しましょう。
- ペットの連れ込みは生態系に影響を及ぼすおそれがありますのでご遠慮ください。
- 動植物（山菜・キノコを含む）の捕獲・採取はやめましょう。
- 歩道から外れたり、湿原に踏み込まないようにしましょう。
- 歩行中のタバコは禁止です。また、ゴミは全て持ち帰りましょう。
- 公園内にトイレがありません。入山前に天生峠駐車場トイレで済ませましょう。（公園内に携帯トイレ用テントブースがあります）
- 外来種を侵入させないために、靴底に付着した土などを洗い流しましょう。

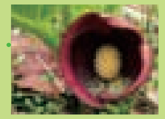
森あるき

02 池ヶ原湿原

春の妖精が舞い降りる水面

いけがはらしつげん

標高 980m－1020m


ザゼンソウ

キクザキイチゲ

アクセス

国道360号宮川町打保地区の平成橋を渡り、宮川町塩屋地区に入る。森林基幹林道 洞～数河線を道なりに登ります。平成橋から車で約20分です。

池ケ原湿原

自然と魅力

奥飛騨数河流葉県立自然公園内にある低層湿原です。標高960～980mの準平原（ニコイ高原）の中央部にあり、県の天然記念物にも指定されています。

4月下旬、約6haの湿原に雪解けを待っていたかのようにミズバショウが一斉に咲き始めます。30～40万株あるといわれています。黄色の花をつけるリュウキンカと織りなす風景は壮観です。

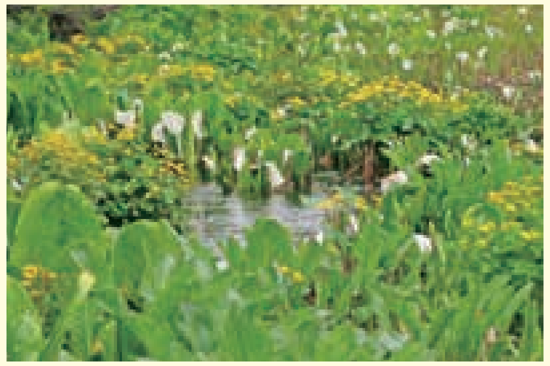
例年、ミズバショウやリュウキンカは5月上旬が見頃です。木道が湿原のほぼ中央に整備されています。

ピックアップ！ ミズナラとシラカンバ林

湿原の北側には林間遊歩道があります。ミズバショウの見頃が終わると、ミズナラとシラカンバの林が芽を吹き、新緑の季節を迎えます。美しい新緑を見ながらの散策も魅力です。

ウォーキングポイント

駐車場からシラカンバの林を抜けると木道があり、ミズバショウとザゼンソウが現れます。この付近は湿原の水が集まり小川をつくり、岩魚が人を恐れることなく悠々と泳いでいます。そして、木道を進むと広大な湿原が見えてきます。ミズバショウとリュウキンカの花園の広がりに圧倒されます。


ミズバショウとリュウキンカ

P11-G-3

チェック！ コース所要時間

往復:2.2km／約1時間30分

- 駐車場 → 木道終点：約0.7km 約30分
- 木道終点 → 林間遊歩道 → 駐車場：約1.5km 約60分

森あるき

03 小白木峰・白木峰

北アルプスを望む山上の花園

こしらきみね・しらきみね

標高 1000m－1596m

イワカガミ

アクセス

国道360号宮川町打保地区から大谷林道を登ります。林道終点のT字路を左折し、堆肥舎を左に見ながら道なりに進むと三差路に至ります。付近に駐車し林道を約20分歩くと登山口があります。

ニッコウキスゲのフラワーロード

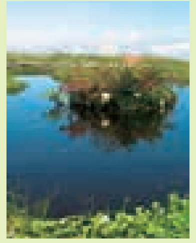
自然と魅力

最大の魅力は山頂からの眺望です。小白木峰からは乗鞍岳、御岳など北アルプス南部の山並みが見られます。また、白木峰からは立山連峰、日本海も見られ、360度の大パノラマが広がっています。

中部地方では小白木峰、白木峰と同程度の標高（1500m級）ならば、山地帯から亜高山帯に属し、針葉樹林などの高い樹木が生育します。ところが、当地域では日本海側からの強風、雪により樹木の生育が悪く、矮小化ブナ林や風衝草原になっています。そのため、視界を遮る樹木がなく大パノラマが広がります。春から秋にかけては、緑の草原にお花畑やフラワーロードが続き、私たちを楽しませてくれます。

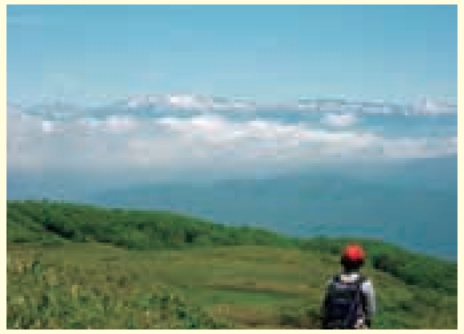
ピックアップ！ 浮島のある池塘（ちとう）

大小の魅力ある池塘がたくさんあります。お薦めは「浮島のある池塘」です。白木峰の山頂を越え、20分程進んだ先にあります。水面に映る雲や周囲の草花を映す様子は、格別の趣があります。トンボ、水生昆虫、イモリ、シュレーゲルアオガエルなどが生息しています。（P21、22の写真をご覧ください。）

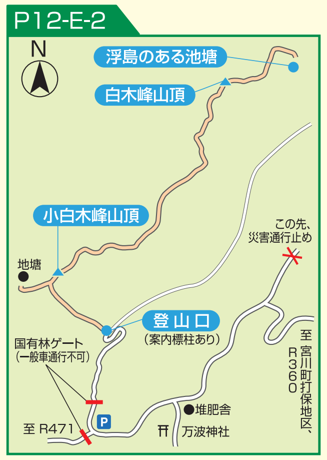


ウォーキングポイント

登山口から、少し登ると大きなブナの林が現れますが、小白木峰の山頂に近づくにつれて、ブナが低く、小さくなっていきます。自然、気候に左右されながら、たくましく生きるブナの様子を感じることができます。白木峰の山頂を越え、東に進むと池塘群が現れます。


白木峰より望む北アルプスの山々

P12-E-2



チェック！ コース所要時間

往復:11.0km／約6時間50分

- 登山口 → 小白木峰山頂：約1.5km 登り約70分 下り約50分
- 小白木峰山頂 → 白木峰山頂：約3.5km 登り約150分 下り約100分
- 白木峰山頂 → 浮島のある池塘：約0.5km 約20分

森あるき

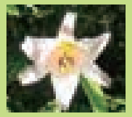
04 奥飛騨数河流葉県立自然公園

自然の豊かさを身近に感じる

おくひだすごうながれはけんりつしぜんこうえん

標高 740m－850m

タチフウロ


ササユリ

アクセス

国道41号神岡町伏方地区の温泉施設「流葉温泉 Mプラザ」を起点とし、全カントリーウオークコースを散策できます。

スノーシュートレッキング　北アルプスを望む

自然と魅力

飛騨市古川町・神岡町・宮川町にまたがり、面積約2959haの広大な公園です。池ケ原湿原は当公園の特別地域に指定されています。落葉広葉樹林が多く繁り、新緑と鮮やかな紅葉が大きな魅力です。古川町数河地区、神岡町流葉地区では、住民の生活空間も公園に指定されており、里山景観が懐かしさを感じさせてくれます。

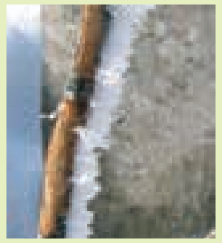
数河地区から宮川町洞地区に通じる森林基幹林道洞～数河線の途中には、「タンナカ高原」と呼ばれる高原があります。四季折々の草花、ブナ主体の広葉樹林が広がり、自然の美しさを体感できます。

流葉山からは、裾野に広がる美しい里山を見渡すことができます。また、北アルプスの展望スポットがあり好天時には剱岳から御嶽山までを一望できます。

ピックアップ！ エビノシッポ

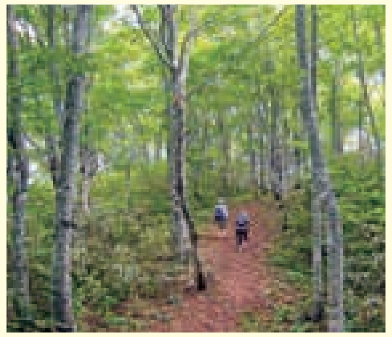
冬、空気中の水分が強風に飛ばされ、木の枝などの風上側に氷の結晶としてできたものです。エビノシッポを探しながらのスノーシュートレッキングを楽しんでみてはどうですか。

※流葉温泉 Mプラザにレンタルスノーシューがあります。



ウォーキングポイント

公園内に数河地区・流葉地区の自然を満喫できる常設ウオーキングコース（カントリーウオークコース）が整備されています。コースは5km～19kmの6コースあります。里山お花畑コースは8.8km、山里の営みと自然との関わりを体感するコースです。


カントリーウオークコース

P11-G-4

チェック！ コース所要時間

アルプス展望 神秘の森コース:5.0km／約70分

- 流葉温泉 Mプラザ → わさび園：約0.4km 約5分
- わさび園 → 棚田：約0.7km 約10分
- 棚田 → 切雲林道出合い：約0.8km 約12分
- 切雲林道出合い → 神秘の水：約0.6km 約10分
- 神秘の水 → 流葉温泉 Mプラザ：約2.5km 約33分

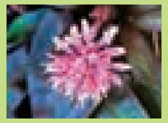
森あるき

05 観音山

観音様と古城跡を巡る

かんのんやま

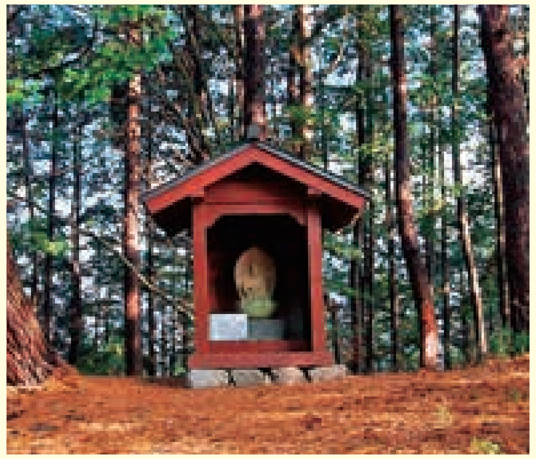
標高 432m－802m


ショウジョウバカマ

サクラとメジロ

アクセス

神岡大橋交差点から県道477号を北に約50m進んだところに「案内看板」があります。ここが登山口です。駐車場はありません。


二十七番の祠

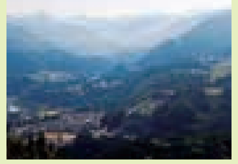
自然と魅力

享和3年（1804年）、西国三十三ヶ所観音霊場を模して山頂までの登山道に観音石像が安置されました。中腹には日本一の「立達磨」が立っています。ヒメコマツなどの針葉樹とともに広葉樹が多く、落ち葉が積もるふわふわの道が続く場所もあります。神岡町市街地に近い山ですが、カラ類などの野鳥、リス、カモシカ、アナグマなどの動物も棲息する自然豊かな山です。尾根にある登山道からは神岡町の町並み、河岸段丘の地形を眺めることができます。晩秋には、雪をかぶった笠ケ岳、穂高連峰、焼岳、乗鞍岳などの北アルプスを望めます。

ピックアップ！ 神岡は河岸段丘の町

十四番と十五番の観音堂の間には、河岸段丘を見渡せる展望スポットがあります。

第四紀以降の焼岳、乗鞍岳などの火山活動による放出物と砂礫からなる台地を河川が浸食したことにより、形成されたといわれています。

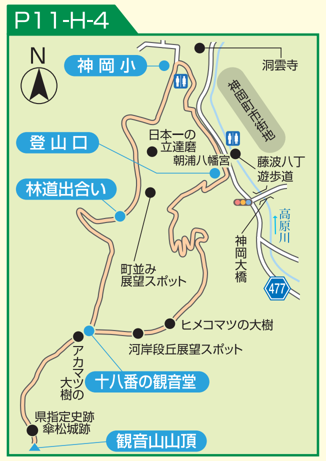


ウォーキングポイント

山頂には「県指定史跡 傘松城跡」の標柱があり本丸跡といわれています。十二番の観音堂の前には、5本立ちのヒメコマツの大樹があります。こうした大樹や観音さまの微笑みに癒されます。登山道は良く整備されていますが、十八番の観音堂からは少し細い尾根道となり、285段の石段もあります。バリエーションに富む登山道を楽しめます。

史跡 江馬氏館跡公園（P5参照）から観音山を望む

P11-H-4



チェック！ コース所要時間

往復:5.2km／約3時間

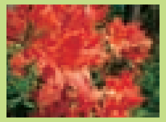
- 登山口 → 十八番の観音堂：約1.7km 登り約60分 下り約30分
- 十八番の観音堂 → 観音山山頂：約0.7km 登り約30分 下り約20分
- 林道出合い → 十八番の観音堂：約0.8km 登り約30分 下り約20分
- 神岡小 → 林道出合い：約2.0km 約50分

森あるき 06 古川の町並みと朝霧を楽しむ

安峰山（あんぼうさん）

標高 600m－1058m

コアジサイ

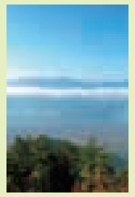

レンゲツツジ

アクセス

登山口…上気多公民館駐車場横の上気多林道を道なりに進みます。市営墓地の1つ目の東屋を右に見ながら進むと道が2つに分かれ、右に進みます。2つ目の東屋を左に見ながら、杉林を越えると案内看板があります。林道脇に3台程の駐車スペースがあります。

山頂からの眺望

ピックアップ！ 古川盆地の朝霧



朝霧は10月下旬から11月上旬に見られます。秋、県道75号神原トンネルを神岡町から古川町に抜けると、神岡町側は快晴なのにトンネルを貫けると真っ白、霧の中。これが朝霧です。盆地霧とも呼ばれています。日没とともに昼間の暖められた空気の温度が下がり、冷やされた空気が盆地の底に貯まります。冷たい空気の中から余った水（飽和水蒸気量）が発生、微細化し空気中を漂います。朝、日照により霧となって見えます。古川盆地は「朝霧たつ都」といわれています。

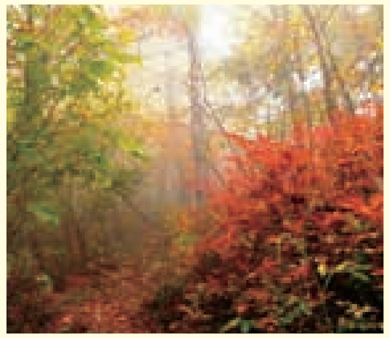
ウォーキングポイント

登山道の中腹には「二十五菩薩跡」の碑があります。二十五菩薩とは悪鬼神から念仏行者を護る25人の菩薩です。かつては山頂に祀ってあったと伝えられています。時代を経て中腹へ、そして現在は気多若宮神社近くのお堂に安置されています。山頂には眺望の良いウッドデッキ、東屋、トイレがあります。

P12-G-5

自然と魅力

気軽に自然を満喫できる山です。山頂からの眺望、晩秋の朝霧も魅力です。山頂からは古川盆地、御岳、白山連峰、白木ヶ峰を見渡すことができます。朝霧の立つ日は、雲の上にいるような不思議な感覚を味わうことができます。午前10時を過ぎると、朝霧が少しずつ晴れ、眼下に古川盆地が現れてきます。その様子も趣があり、多くの人が見に訪れます。古川町太江地区からは舗装林道が整備され、気軽に車で山頂まで行くこともできます。


朝霧に包まれた紅葉

チェック！ コース所要時間

往復:3.4km／約2時間30分

JR飛騨古川駅 → 登山口	約1.9km	徒歩約40分／車約5分
登山口 → 二十五菩薩跡	約1.2km	登り約60分／下り約40分
二十五菩薩跡 → 安峰山展望台	約0.6km	登り約30分／下り約20分
安峰山展望台 → 太江地区		車で約20分
安峰山展望台 → 神原峠		車で約15分

森あるき 07 霧海の彼方高き峰々を遥拝する

猪臥山（いぶしやま）

標高 1119m－1519m

ヤマツツジ

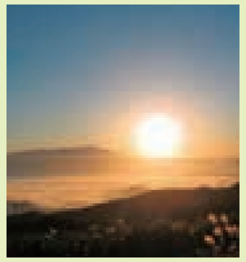
オオバスノキ

アクセス

主要地方道古川清見線（通称:飛騨卯の花街道）から、古川町畦畑地区を経て、小鳥峠頂上（標柱あり）で左折し、猪臥林道を登る。約15分で山頂駐車場に着きます。

山頂からの眺望

ピックアップ！ ご来光と霧海を楽しむ



晴れた朝は霧海が眼下に広がります。雲上の気分を楽しんでください。山頂まで古川町市街地から車で約45分です。北アルプスからのご来光も魅力です。10月中旬は乗鞍連峰の辺りから日が昇ります。

ウォーキングポイント

猪臥林道を登ると山頂付近に駐車場（約15台）があります。10分ほど登ると地元有志で祀った「山之神神社」があります。そこから約3分歩くと頂上です。付近の別の林道（四十八滝・猪臥林道）を歩くと、ミズナラやブナの「あがりこ」の巨木が見られます。

P12-F-6

自然と魅力

古くから里山として愛され、活用されてきました。昔はたくさんの炭焼き窯が築かれ、煙が立ち昇る様子が見られたそうです。

現在、山頂付近まで舗装林道が整備されています。白山、御岳、乗鞍岳、穂高連峰、立山連峰が遥拝できる山として有名です。

山頂から見渡すと、雪をかぶる北アルプスの高い峰々の連なり、その麓にある小高い山々、そして、その山際、盆地部に点在する集落、町並みが見られます。大自然の中で暮らす飛騨人の営みをそっと、覗き見できる場所です。

山頂の標高は1519mです。付近には見晴らしを遮る山がなく360度の大パノラマを楽しめます。

山頂から望む北アルプス

チェック！ コース所要時間

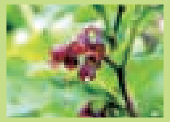
往復:9.0km／約4時間

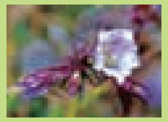
JR飛騨古川駅 → 小鳥峠	約12.0km	車約30分
小鳥峠 → 山頂駐車場	約3.3km	徒歩登り約120分／徒歩下り約90分／車約15分
山頂駐車場 → 猪臥山山頂	約0.6km	登り約15分／下り約10分

森あるき 08 ファミリーも楽しめる天辺（てっぺん）の道

天蓋山（てんがいさん）

標高 950m－1527m


ナツハゼ


ツルリンドウ

アクセス

国道471号高山市上宝町の駒止橋から大規模林道を進む。山吹峠を下るとドライブイン 夕顔の駅があります。そこに駐車し約15分歩くと登山口があります。

ウリハダカエデの紅葉

ピックアップ！ イタヤカエデの大樹

カエデの巨木には、あまりお目にかかれないものですが、ここには、幹回り235cmのイタヤカエデの大樹があります。威厳を感じます。環境省の巨木巨樹の登録まであと65cmです。

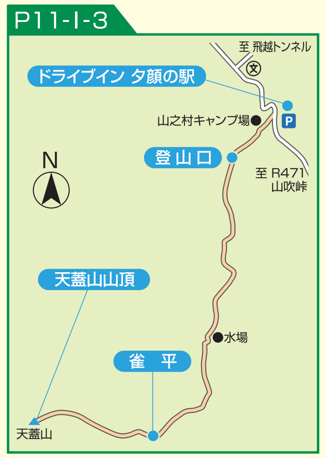
何十年後も健在で、登録されたいものです。

「雀平」にはヒメコマツの魅力的な巨木があります。

ウォーキングポイント

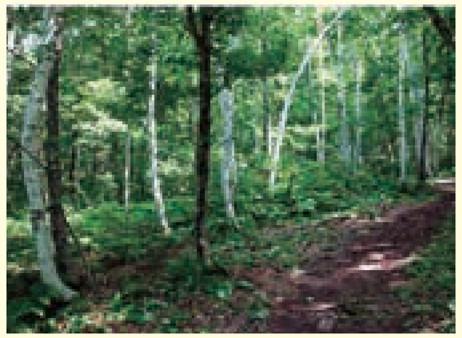
この地域は通称「山之村」と呼ばれ、【にほんの里百選】に選ばれています。昔ながらの山村の原風景が残っています。山里の散策も魅力です。登山道は良く整備されていますが、登山口から40分程進むと木の根が階段状に這う急坂もあります。

P11-I-3



自然と魅力

山頂は登山口から約2時間です。日帰り、ファミリーで楽しめる山として知られています。最大の魅力は山頂からの360度の眺望です。北アルプスの数々の主峰、立山連峰、御岳、白山などが見渡せます。植物は山地帯の日本海側多雪地帯のものが多く見らます。登山道脇には広葉樹林も多く「緑のトンネル」を進む感じです。標高差による植物の多彩な表情も魅力です。「雀平」を過ぎると巨木ブナの林に入ります。新緑とウリハダカエデやブナなどの紅葉は息を呑む美しさです。


登山口近くのシラカンバ林

チェック！ コース所要時間

往復:6.4km／約3時間45分

ドライブイン 夕顔の駅 → 登山口	約0.5km	登り約15分／下り約10分
登山口 → 雀平	約2.0km	登り約90分／下り約60分
雀平 → 天蓋山山頂	約0.7km	登り約30分／下り約20分

森あるき 09 北アルプスのテラス

北ノ俣岳（きたのまただけ）

標高 1450m－2661m

ミヤマキンポウゲ

ミヤマリンドウ

アクセス

国道471号高山市上宝町の駒止橋から大規模林道を進みます。山吹峠を越え、ドライブイン 夕顔の駅を通過すると三差路があり右に進みます。神岡町和佐府地区を通過します。飛越トンネルの手前に駐車場があります。

北ノ俣岳から望む薬師岳

ピックアップ！ 三角屋根の避難小屋

標高2050m、草地の登山道の少し脇にあります。10人程度宿泊ができます。（寝袋必要）水場もあります。

ウォーキングポイント

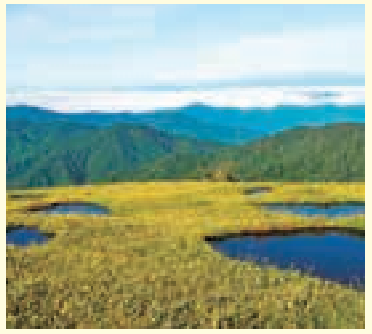
例年ですと6月中下旬に登山道の雪が消えます。登山道の脇にはミズバショウ、イワカガミなどが一斉に咲き始めます。7月上旬になるとニッコウキスゲ、8月中旬頃には、ミヤマキンポウゲ、ヨツバシオガマ、ミヤマリンドウ、ウサギギクなどがお花畑をつくります。

【注意】北ノ俣岳登山は本格的な装備と登山届が必要です。登山道はぬかるみが多いため、スパッツの用意も必須です。

P11-K-2

自然と魅力

中部山岳国立公園にあります。峻険な北アルプスの一員ですが、高原風のおおらかな山容をしています。飛越新道登山口から山頂までは約9.3km、約7時間です。2km以上ある高層湿原帯、無数に散らばる池塘群を縫って歩く魅力的な登山道があります。6月から8月にかけては、亜高山、高山の花が咲き誇ります。山愛好家で戯曲家:田中澄江氏の著書「新・花百名山」にも選定されています。「北ノ俣乗越」を越えると剱岳、薬師岳、水晶岳、鷲羽山、三俣蓮華岳、槍ケ岳、黒部五郎岳などの大パノラマが広がります。山頂からは笠ヶ岳、乗鞍岳、御岳、白山などの山々、そして富山平野、日本海までも見渡せます。「北アルプスのテラス」と呼んでください。


北ノ俣池塘群とキンコウカの大群落

チェック！ コース所要時間

往復:18.6km／登り約7時間、下り約5時間30分

飛越新道登山口 → 神岡新道・飛越新道合流点	約3.3km	登り約140分／下り約110分
神岡新道・飛越新道合流点 → 寺地山	約2.2km	登り約90分／下り約60分
寺地山 → 避難小屋	約1.5km	登り約60分／下り約60分
避難小屋 → 北ノ俣乗越	約2.0km	登り約120分／下り約90分
北ノ俣乗越 → 北ノ俣岳山頂	約0.3km	登り約10分／下り約10分

特集 レジャーNavi

飛騨の自然を満喫 さらに＋温泉の楽しみ をプラス

Outdoor 自然体験

飛騨市には楽しい自然体験スポットが盛りだくさん!!

飛騨市森林公園キャンプ場（古川町）

古川町森林公園の中にあるキャンプ場です。公園内にはテニス場、ナイター設備のグラウンド、野球場、芝生広場、花菖蒲園があります。キャンプをしながら色々なスポーツが楽しめます。芝生広場ではキャンプファイヤーも可能です。子供会、町内会などのグループにお薦めです。

所 古川町信包733-1　営 4月～11月末　☎ 0577-75-2847
休 月曜日（祝日の場合は翌日休み）　車 JR飛騨古川駅から約10分　P12-F-5 飛騨市の宿 No.16

ひだ流葉オートキャンプ場（神岡町）

流葉自然休養園の中にあるオートキャンプ場です。電源や器材が全て揃った別荘タイプのコテージが魅力です。付近には日帰り温泉施設Mプラザもあり、女性にも人気です。

所 神岡町西602-8　営 年中無休（要予約）　☎ 0578-82-5010
車 JR飛騨古川駅から約30分　P11-G-4　飛騨市の宿 No.59

ふるさと山荘ナチュールみやがわ（宮川町）

豊かな自然の中の生活にあこがれる都会の方に、のどかで緑いっぱいの「ふるさと」を提供したいという思いから整備されました。7棟のコテージは快適です。バーベキューハウスでは、園内の菜園で収穫した野菜を味わえます。

所 宮川町西忍135　営 4月～11月末　☎ 0577-63-2195
車 JR坂上駅から約5分　P12-F-3　飛騨市の宿 No.34

山之村キャンプ場（神岡町）

雄大な北アルプスの山麓に抱かれた標高1000mの大自然の中のキャンプ場です。満天の星空が自慢です。天蓋山の登山道の起点になっています。（P15参照）

所 神岡町森茂1940　営 4月下旬～11月上旬　☎ 0578-82-6661
休 火曜日　車 JR飛騨古川駅から約60分　P11-I-3　飛騨市の宿 No.42

なかんじょ川釣り公園（河合町）

子供から大人まで魚釣りや魚のつかみ取りなど安全に川遊びが楽しめます。オートキャンプ、快適なログハウスもあり、ファミリー、グループにお薦めのキャンプ場です。

所 河合町元田1092-2　営 5月～9月末　☎ 0577-65-2818・管理事務所 0577-65-2080
車 JR角川駅から約15分　P12-E-4　飛騨市の宿 No.29

アスク山王（河合町）

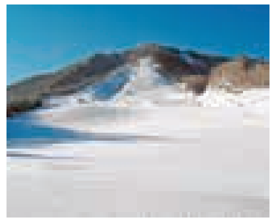
のどかな山里にある一戸建てのコテージです。付近には渓流釣りで人気の稲越川が流れ、飛騨かわいスキー場があります。ファミリー、グループにお薦めです。

所 河合町稲越1613　営 年中無休（要予約）　☎ 0577-65-2366・管理事務所0577-65-2080
車 JR飛騨古川駅から約25分　P12-E-5　飛騨市の宿 No.28

Ski Resort ウィンタースポーツ

雪国の良質なパウダースノーを満喫してみませんか!!

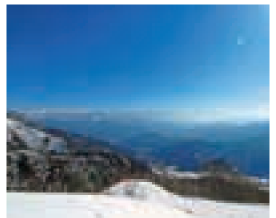
飛騨かわいスキー場（河合町）



スノーモービルが楽しめるモービルランド、キッズパークでは無料ソリ、無料チューブで親子のきずなが深まります。センターロッジ「キューピットハウス」にはキッズメニューもあり、1日家族で楽しめます。

所 河合町稲越　営 8:30～16:00　休 火曜日（年末年始は除く）
☎ 0577-65-2903　車 JR飛騨古川駅から約25分　P12-E-5

スターシュプール緑風リゾートひだ流葉（神岡町）



ゲレンデ頂上からの北アルプスの大パノラマとパウダースノーが自慢です。最大傾斜38度の上級者コースや最長3kmのロングコース、子供が安心して楽しめるエリア、ボードパークなど、どなたにも満足いただけるスキー場です。アフタースキーは流葉温泉 Mプラザでリフレッシュしよう。

所 神岡町伏方150　営 8:00～16:45
☎ 0578-82-0916　車 JR飛騨古川駅から約30分　P11-G-4

Spa 温泉・入浴施設

飛騨古川桃源郷温泉 ぬく森の湯 すぱーふる（古川町）

■泉質：弱アルカリ性単純温泉
■効能：筋肉痛、疲労回復、冷え性、神経痛、関節痛等

バイブラ湯、薬草湯、サウナ、露天風呂が楽しめます。小さなお子様が楽しめるキッズコーナーを整備。家族みんなで楽しめる温泉施設です。

所 古川町黒内1407　¥ 大人600円　P12-F-5
営 10:00～21:00　休 水曜日(祝日の場合は営業)・第一火曜日
☎ 0577-75-3111　車 JR飛騨古川駅から約15分

流葉温泉　Mプラザ（神岡町）

■泉質：アルカリ性単純温泉
■効能：神経痛、関節痛、病後回復期、疲労回復等

流葉スキー場、流葉交流広場（人工芝グラウンド）などのスポーツ施設に隣接しています。スポーツの汗を流しましょう。温泉は3階にあり、露天風呂からの眺めは最高です。

所 神岡町伏方150　¥ 大人600円　P11-G-4
営 10:00～21:00　休 火曜日（スキーシーズン除く）
☎ 0578-82-2275　車 JR飛騨古川駅から約30分

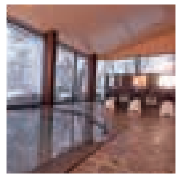
割石温泉（神岡町）

■泉質：アルカリ性単純温泉
■効能：神経痛、リウマチ、皮膚病、運動機能障害等

市内では最も古い温泉です。硫黄のかすかな臭いがします。体が温まると人気の温泉です。

所 神岡町割石219　¥ 大人410円　P11-H-3
営 10:00～21:00　休 月曜日（祝日の場合は翌日）
☎ 0578-82-0988　車 JR飛騨古川駅から約40分

宮川温泉 おんり～湯（宮川町）



■泉質：低張性弱アルカリ性低温泉
■効能：神経痛、筋肉痛、関節痛、五十肩、慢性消化器病、痔病、冷え性、疲労回復等

流水歩行浴など5種類の風呂が楽しめます。蔵書約3万5千冊のまんがサミットハウスとつながっており、まんが読書と入浴を繰り返しながら、1日のんびりお過ごしください。

所 宮川町杉原116　¥ 大人600円　P12-F-2
営 10:00～21:00　休 木曜日（祝日の場合は営業）
☎ 0577-62-3259　交 JR杉原駅から徒歩約5分

健康増進施設 ゆぅわ～くはうす（河合町）

施設には本格的なトレーニングルームがあります。ジェット湯、薬湯、サウナなどもあります。

2階の、レストランでは地元食材を使った家庭的なメニュー、水曜日はバイキングが人気です。

所 河合町角川350-1　¥ 大人500円　P12-E-4
営 11:00～21:00　休 月・木曜日（レストランは木曜日のみ 祝日の場合は翌日）
☎ 0577-65-2180　車 JR角川駅から約5分

Inn 飛騨市の宿

※各宿の所在地は、下表の「所在地」欄で示すページに「マーク」で表示しています。
（例）「ハッ三館」の場合･･･下表「No.」欄が 1 ですので、P3に 1 と表示しています。

地区		No.	宿名	種類	部屋数	TEL	素泊	朝食付	1人泊	バリアフリー	天然温泉	所在地
古川町		1	ハツ三館	旅館	21室	0577-73-2121	○	○	○		○	P3-4
		2	蕪水亭	旅館	3室	0577-73-2531		○				
		3	飛騨ともえホテル	ホテル	23室	0577-73-2056	○	○	○			
		4	飛騨古川スペランツァホテル	ホテル	24室	0577-73-7001	○	○	○			
		5	大村屋	旅館	7部屋	0577-73-2787	○	○	○			
		6	初　月	旅館	5部屋	0577-73-2063		○				
		7	たんぼの湯	旅館	7室	0577-73-2014	○	○			○	
		8	のとや旅館	旅館	8部屋	0577-73-2303	○	○	○			
		9	大関屋旅館	旅館	7室	0577-73-2107	○	○				
		10	IORI SETOGAWA	ホテル	一軒貸切	0577-73-2285	○	○				
		11	IORI 0510（ゴトウ）	ホテル	一軒貸切	0577-73-2285	○	○				
		12	MOTHER'S HOUSE	その他	3部屋	090-6924-2880	○		○			
		13	IORI ONO	ホテル	一軒貸切	0577-73-2285	○		○			P12-G-6
	黒内	14	旬菜の宿 季古里	ホテル	27室	0577-75-3311	○	○	○		○	P4-B
	信包	15	飛騨古川ユースホステル	ユースホステル	5室	0577-75-2979	○	○	○			
		16	飛騨市森林公園キャンプ場	キャンプ場	25張	0577-75-2847						
	数河高原	17	すごうヴィレッジ修徒館	旅館	21室	0577-75-2311		○				P4-A
		18	みどり館	旅館	20室	0577-75-2236	○	○				
		19	池田荘	旅館	15室	0577-75-2577	○	○				
		20	ペンションYOU	ペンション	11部屋	0577-75-2132	○	○	○			
		21	愛犬と泊まれる宿 ステラフェリス本館	ペンション	10室	0577-75-3211	○	○	○			
		22	ペンションゆうき	ペンション	5部屋	0577-75-2733	○	○				
		23	ペンションやまどり	ペンション	6部屋	0577-75-2835	○	○	○			
		24	館弥兵衛	旅館	12室	0577-75-3755	○	○	○			
河合町		25	そら旅館	旅館	9室	0577-65-2014						P8
		26	YuMeハウス	旅館	9室	0577-65-2213	○	○				P8-G
		27	やまびこ館	その他	12室	0577-65-2466	○	○	○			
		28	アスク山王	貸宿	5棟	0577-65-2366						
		29	なかんじょ川釣り公園	キャンプ場	12棟	0577-65-2818						P12-E-4
宮川町		30	志田旅館	旅館	12室	0577-63-2001	○	○	○			P7-E
		31	民宿ほら	民宿	12部屋	0577-62-3040	○	○	○	○		P7-F
		32	板倉の宿　種蔵	その他	6室	0577-63-2888		○	○			P7
		33	まんが王国まんがサミットハウス	旅館	7室	0577-62-3259		○			○	P7-F
		34	ふるさと山荘ナチュールみやがわ	貸宿	7棟	0577-63-2195						P7-E
神岡町		35	すみや旅館	旅館	10室	0578-82-0050	○	○	○			P6
		36	向月荘	旅館	7部屋	0578-82-0313	○	○	○			P5
		37	茂利旅館	旅館	洋8室・和2室	0578-82-0026	○	○	○			P6
		38	みなべ旅館	旅館	9室	0578-82-0013	○	○	○			
		39	ビジネスホテル 鷹	ホテル	10室	0578-82-0333	○	○	○			
		40	わたや旅館	旅館	8部屋	0578-82-0068	○	○	○			
	山之村	41	中井旅館	旅館	5部屋	0578-82-5726	○	○	○	○		P6-D
		42	山之村キャンプ場	キャンプ場	5棟	0578-82-6661						
	流葉	43	旅館 新谷荘	旅館	6室	0578-82-1657	○	○	○			P6-C
		44	旅館 井口荘	旅館	15室	0578-82-1386	○	○	○			
		45	大岩荘	旅館	15室	0578-82-2318	○	○	○			
		46	ロッジ 小林荘	ロッジ	15室	0578-82-1569	○	○	○			
		47	ロッヂ 志げり	ロッジ	20室	0578-82-2274	○	○	○			
		48	夕やけ色の宿 宗五郎	民宿	15室	0578-82-1528	○	○	○			
		49	お宿 ナカバヤシ	旅館	14室	0578-82-1339	○	○	○			
		50	味処 旅館ひろはし	旅館	11室	0578-82-0918	○	○	○			
		51	温もりの宿 千台屋	ロッジ	15室	0578-82-0390	○	○	○			
		52	アルペン流葉	ロッジ	9室	0578-82-2074	○	○	○			
		53	玉姫高原ロッヂ	ロッジ	20室	0578-82-2100	○	○	○			
		54	ロッヂ トニマックス ※冬季のみ	ロッジ	10室	0578-82-1658	○	○	○			
		55	ロッヂ 西山荘	ロッジ	19室	0578-82-0974	○	○				
		56	国民宿舎 霜出荘	国民宿舎	9室	0578-82-1654	○	○	○			
		57	ファミールロッヂ 霜光	ロッジ	10室	0578-82-2334	○	○				
		58	流葉山荘	ロッジ	31室	0578-82-1573	○	○	○			
		59	ひだ流葉オートキャンプ場	キャンプ場	9棟・36張	0578-82-5010						

旅 旅館　H ホテル　国 国民宿舎　Y ユースホステル　▲ キャンプ場　P ペンション　R 貸宿　民 民宿　ロッジ　etc その他　素 素泊　朝食　1人泊　バリアフリー　温泉

Sports スポーツ

サッカーグラウンド

黒内地区には、Jリーグの合宿にも使用される「ふれあい広場（芝グラウンド）」があります。また、流葉地区には「流葉交流広場（人工芝グラウンド）」があります。

問 ふれあい広場　P4-B
所 古川町黒内673
☎ 0577-75-3311（ホテル季古里）
問 流葉交流広場　P6-C
所 神岡町伏方143
☎ 0578-82-2334（ロッヂ霜光）

ラグビー・サッカーグラウンド

数河高原には天然芝、人工芝などのグラウンドが10面あります。標高1000mの数河高原は涼しく、スポーツ合宿に最適です。

問 数河高原観光協会
所 古川町数河地区
☎ 0577-75-2878　P4-A

ゴルフ

標高1000mの数河高原のゴルフ場。美しい森に囲まれ、初夏の木々の緑、秋の紅葉の中でのプレーは最高です。

問 飛騨数河カントリークラブ
所 古川町数河80-1
☎ 0577-75-2111　P4-A