

Mt. Tsurugi Nature Guide



剣山ネイチャーガイドブック

～剣山の自然と魅力が分かる本～

TAKE FREE



|contents

- p 3 剣山の魅力
- p 4 01. 大自然を満喫する
- p 6 02. 絶景の稜線歩き
- p 8 03. 剣山の特徴と動植物の多様性
- p10 剣山の樹木
- p12 剣山の花
- p14 剣山の野鳥
- p16 剣山の動物
- p17 剣山の由来と山岳信仰
- p18 リフトや山小屋等も使った楽しみ方
- p20 剣山登山マップ
- p21 剣山登山バスについて
- p22 剣山のガイド・登山マナーについて

知さておきたい

剣山の魅力

日本百名山のひとつ剣山は標高 1,955m の西日本第二の高峰。
四国山地を眺める 360 度の大パノラマや、高山の自然環境が生み出した四国特有の
貴重な生態系を見ることができます。1964 年に剣山国定公園に指定されました。
また標高 1,750m まで登山リフトを利用してハイキング気分でも楽しめます。

01

大自然を満喫する

▶▶▶ p4



02

絶景の稜線歩き

▶▶▶ p6



03

剣山の特徴と 動植物の多様性

▶▶▶ p8





01 大自然を満喫する

ハイキングや登山はもちろん、普段目にする事のない風景や動植物を目にする体験は、あなたに新たな発見と共に頭と身体をリフレッシュさせてくれるはず。

剣山は家族でもカップルでも友だち同士、もちろん一人でも、あたたかく時には厳しくあなたを受け入れてくれます。



自分の力で歩くことにより、まわりの自然や自分に気づくことができます。そのためにはある程度の準備や自分で危険を回避する力も必要となってきます。その力を高めながら自然の中に入っていきことが歩く楽しみです。きっとその先には今まで見たことのない景色が広がっているのでしょう。頂上まで登ると剣山に隣接した山々の地形が、壮大なパノラマの景観を見せてくれます。



剣山頂上付近は木道が整備されており、国の天然記念物に指定されているミヤマクマザサ（シコクザサ）の広大な笹原が広がります。風が強く背の高い樹木が育たないためで、風衝草原^{ふうしょうげん}と呼ばれる独特の景観を作り出しています。山頂のなだらかな地形は、かつて海底だった地面が隆起して作られたものです。

*登山リフトを使うとリフト終点の西島駅から約1時間で山頂へ向かうことができます。



ミヤマクマザサ
(シコクザサ)



02 絶景の稜線歩き



剣山の大きな魅力の一つはやはり稜線歩き。そして、その絶景の稜線に比較的短時間でへ行けること。稜線の景色は「剣」の文字から想像できないほどなだらかです。

次郎笈、一ノ森、丸笹山、塔の丸など……山深いこのエリアは車の騒音もなく、剣山をベースに初心者でも自然のままの静かな稜線歩きが楽しめます。

この先に、どんな世界が広がっているのだろう、少し冒険気分になります。剣山山頂には 1955 年（昭和 30 年）開業の剣山頂上ヒュッテ（p 19）があり快適に宿泊も可能です。



／ ちょっと足を伸ばして縦走 ／

じろうぎゅう 次郎笈（1,920m）へ

剣山と兄弟のように並ぶ山頂を含めて山の全体がシコクザサに覆われた美しいシルエットの次郎笈へは、片道約 1 時間。少しアップダウンはありますが、剣山のほか、一ノ森、三嶺など、徳島を代表する山々が一望できるコースです。



一ノ森（1,879m）へ

剣山から一ノ森へは、片道約 1 時間。笹原の快適な稜線をゆく、アップダウンが少なく比較的歩きやすいコースです。剣山や次郎笈の雄大な景色を眺めながら歩きます。一ノ森山頂付近にもヒュッテがあり宿泊が可能です。



／ こちらの山もおすすめ ／

剣山から西に約 10km の 三嶺（1,894m）へ

剣山系屈指の秀峰。剣山に次ぐ徳島県第 2 の標高で山頂からは剣山や石鎚山などを見ることができます。高知県側では「さんれい」とよばれています。

三嶺と天狗塚の間に稜線に広がるコメツツジ（開花時期 6～7 月）とミヤマクマザサの群落は、国の天然記念物に指定されています。

名頃登山口（駐車場・トイレ有り）から往復約 5 時間半。菅生登山口（駐車場・トイレ有り）から往復約 6 時間半。剣山から縦走もできます。剣山～三嶺の縦走は登山中・上級者の間では全国的に有名です。

また山頂には三嶺ヒュッテ（避難小屋）があります。





03 剣山の特徴と動植物の多様性

2,000m 近い山々が連なる剣山系。特に南斜面は太平洋からの暖かく湿った空気の影響を強く受け、日本列島でも最も雨量の多い地域のひとつです。その多雨な気候と中間温帯から亜寒帯気候へと垂直分布が続く植生は多様な森を作り上げてきました。生育する植物は約 1,200 種、生息する鳥類約 90 種、獣類約 50 種、昆虫類約 1,300 種となっています。

剣山と次郎笈との稜線の北側の祖谷川の源流部にあたる 面積約 450 ヘクタールが剣山生物群集保護林となっています。この保護林は 1955 年に徳島営林署（現徳島森林管理署）が買い入れた天然林で、周囲の森林は大規模に伐採されましたが、この場所はかろうじて残された貴重な原生林です。

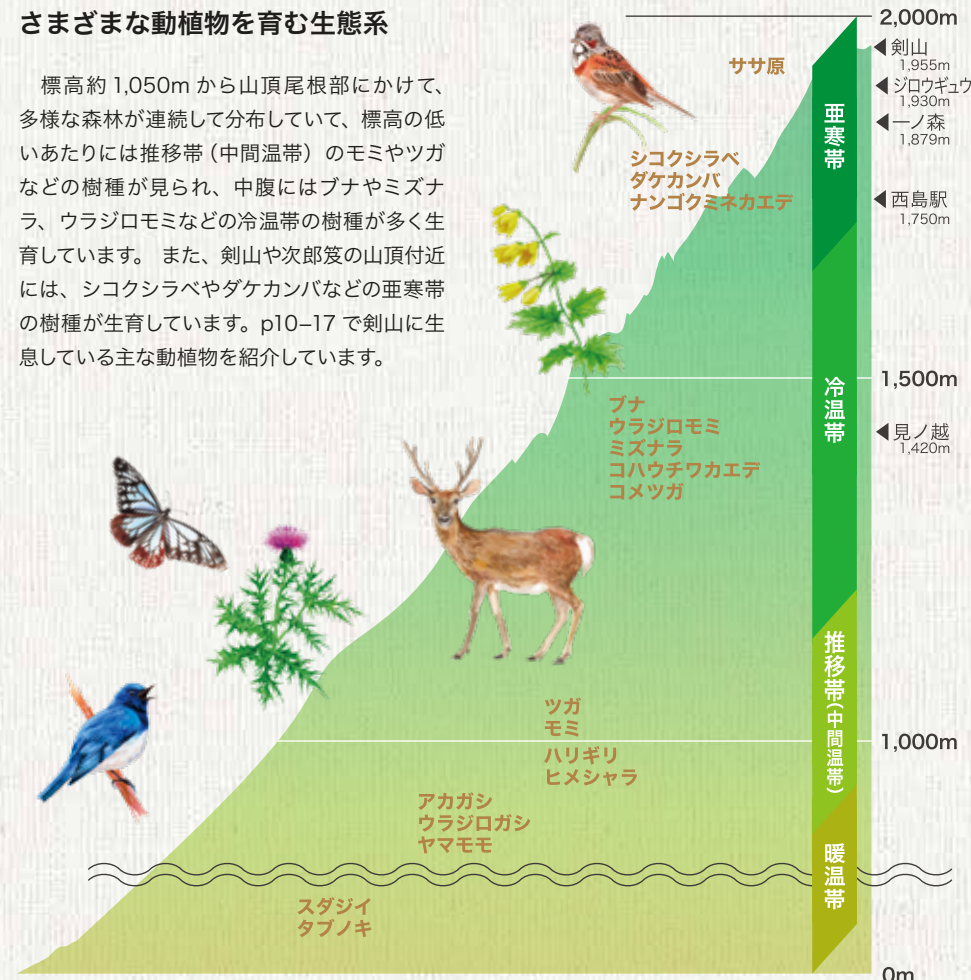
億年の歴史を重ねる地層

剣山山頂付近にある大劔神社には、御神体である御塔石^{おとういし}があります。この石をはじめ、この剣山山頂周辺には白色～灰色の石をたくさん観察することができます。これは、石灰岩という岩石で、約 3 億年前の暖かく浅い海に生息していた生き物が岩石になったものです。標高 2,000m 近い高山ですが、海底だった証拠である石灰岩が露出するなど、頂上がなだらかな隆起準平原が広がります。地上に人類が登場する以前から歴史を刻む、まさに日本の歴史の「源流」なのかも知れません。



さまざまな動植物を育む生態系

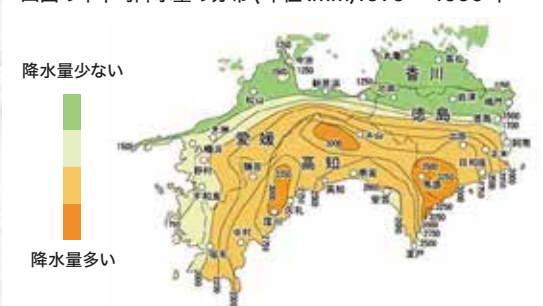
標高約 1,050m から山頂尾根部にかけて、多様な森林が連続して分布していて、標高の低いあたりには推移帯（中間温帯）のモミやツガなどの樹種が見られ、中腹にはブナやミズナラ、ウラジロモミなどの冷温帯の樹種が多く生育しています。また、剣山や次郎笈の山頂付近には、シコクシラベやダケカンバなどの亜寒帯の樹種が生育しています。p10-17 で剣山に生息している主な動植物を紹介しています。



水の豊富な山、剣山

剣山周辺は日本でも降水量の多い地域のひとつです。剣山では 1980 年に 4331.5mm 年間降水量があったと記録されています。この日本有数の温暖で多雨な気候は植物の生育に適していて、豊かな森を育みます。麓から頂上まで緑で覆われている山容が特徴で優しいシルエットを作り出しています。また、祖谷川と穴吹川は剣山に源流があります。

四国の年平均降水量の分布 (単位:mm)1979～1990 年



*動植物の種数について「剣山自然休養林」（林野庁 web サイト）を参照
*剣山生物群集保護林と垂直分布について「四国の保護林 生命あふれる森」（四国森林管理局）を参照
*「四国の年平均降水量の分布図」中国四国農政局 Web サイトから引用



「ブナ」

剣山系には巨木が多く存在する。写真のブナは見ノ越～西島駅間の登山道沿いのブナ。ブナの実（クマ）をはじめ森の動物たちの大切な食糧。



剣山の樹木

剣山の樹木はブナ・ナラ・ミズナラ・カエデ等にモミ・ツガを交えた広葉樹を主としています。大部分が100年を越える貴重な天然林です。その中で、特徴のある樹種を一部ご紹介します。

ブナの大木が多く見られる剣山系

標高1,700m以上の亜寒帯林ではダケカンバやモミの仲間のシコクシラベなどが多く見られ、冷温帯林を象徴するブナなどは1,200～1,700mに多く見られます。剣山は亜寒帯林の日本の南限に位置します。登山リフトの見ノ越駅は標高1,420mで、付近には、ずっしりと構えたブナの林があります。樹の表面は藻類を纏い独特な模様を描いています。保水力に優れた樹で樹に耳を当てると水の流れる音が聞こえることもあります。平均でも500年という寿命の長いブナは、周りの木々より子孫を残すチャンスに恵まれることから、ブナに合った手つかずの森では長い年月を経て次第にブナの原生林となっていきます。それだけ剣山の森は長い時間で育まれた貴重なものなのです。

木々と語らうハイキング

林間の遊歩道コースを歩くと、木々の匂いに包まれます。特にシコクシラベやモミの木は香ばしい匂いを放ちます。

ダケカンバの樹も芳しい匂いのする意味の「樺^{かば}」の名前がついています。真っ赤に紅葉するナナカマドや、樹皮が赤くツルツルしたヒメシャラなど、森林セラピーのように林間を木々と語りながら歩くと気分は爽快です。剣山の自然は、私たちが自然の恵みを受けながら暮らしてきた真の豊かさを教えてくれます。祖谷川、貞光川、穴吹川の源流は、この森の中から始まります。歩きながら人生の源流も感じてみたいものです。



「シコクシラベ」

四国の亜高山帯に生える常緑針葉樹で、樹高は約20mに達する。葉の裏が白い。本州に分布するシラベ（シラビソ）の変種。



「ナナカマド」

赤い実と真っ赤になる紅葉が美しい。大変燃えにくく、7度かまどにくべても燃え残るということからこの名が付いたといわれる。



「ヒメシャラ」

幹は滑らかな赤褐色で観賞価値が高く、庭木にもなる。6～7月に、直径2～2.5cmのツバキに似た白い5弁の花を咲かせる。



「ダケカンバ」

葉はスベード型。樹皮は赤みがかったり、横方向に紙のように剥ける。



剣山の花

剣山は季節を通して高山植物や四国固有の花が咲く花の山でもあります。剣山に咲く花の一部をご紹介します。

＊開花時期を記載していますが、年により開花時期は前後する場合があります。



｜ハイカオウレン
開花時期：4～5月



｜ツルギハナウド
開花時期：7～8月

｜ツルギミツバツツジ
開花時期：6月



｜キレンゲショウマ
開花時期：7～8月



｜ナンゴククガイソウ
開花時期：7～8月



｜シコクフウロ
開花時期：7～9月



｜アサギマダラ



｜ツルギカンギク
開花時期：9～10月



｜テンニンソウ
開花時期：9～10月



｜トゲアザミ
開花時期：7～8月



｜コモノギク
開花時期：7～9月

剣山といえば、キレンゲショウマ

キレンゲショウマは宮尾登美子の小説「天涯の花」で有名になりました。希少な植物ですが、剣山では比較的多く見ることができます。凛とした美しい黄色い花です。

可憐な花と出逢う

季節ごとに様々な花と出逢えます。ツルギカンギク、ツルギミツバツツジなど剣山固有の植物や、コモノギクやトゲアザミなど剣山とその他の限られた地域でしか見られない亜種や変形種など、独特の形状の植物が多くみられます。

ナンゴククガイソウやアザミの紫色、フウロソウの可憐なピンク、テンニンソウやハナウドの清楚な白い花など、季節ごとと色とりどりに山を飾ります。

多くは群落として繁茂し、花の季節には「お花畑」のように咲き誇ります。

海を越えて渡りをするアサギマダラ

秋、剣山ではヒラヒラと優雅に飛ぶアサギマダラが良く見られます。アサギマダラは南西諸島から東北地方まで、四国の山岳を中継地点に、島づたいに海を越えて「渡り」をする蝶です。親子二代で往復しますが、親世代の生まれ故郷にどうして辿り着くのか不思議です。彼らは島の先端でじっと風を待ち、一斉に海を渡ります。本州から沖縄などジェット機で往来する距離を、あのか弱い羽根で飛んでいきます。頑張れよっ！と応援したくなりますね。

日本各地で、発見時に地名と日付を羽にマーキングして放して、飛行距離を観測する取組みがなされていますが、種子島から福島へと1,000km以上飛んだ記録もあります。

その他にもウスバシロチョウやミヤマカラスアゲハなどがよく見られます。近年の温暖化の影響か、かつては聴かれなかった蝉の声も良く聴かれるようになってきました。剣山の高山植物の花々や木々は、こうした蝶や昆虫たちの貴重な食糧でもあり、私たちの目を楽しませてくれます。

剣山の花図鑑
『花かおる剣山』
1,000円(税込)



剣山周辺に見られる花々を季節ごとに分類して紹介。頂上ビューで販売中。新居綱男/写真、尾野益大/文
オールカラー 104ページ

剣山の野鳥

剣山で出会える野鳥の一部をご紹介します。ぜひ、剣山で歩く時に鳥たちを見つけてみてください。

＊野鳥の名前の下に大きな生息域を表記しています。

・頂上	ササ原
・二度見展望所	針葉樹林(シコクシラベ)
・刀掛けの松周辺	
・西島駅周辺	針広混合林
・見ノ越周辺	ブナ帯

ピーリールーリー〜ジジッ

｜オオルリ

見ノ越〜二度見展望所・刀掛けの松

全長：16cm

夏鳥。オスは高い木の枝先に止まってさえずる姿がよく見られる。

｜ホオアカ

頂上

全長：16cm

漂鳥。頬が赤いことからこの名がついた。頂上付近のササ原でよく見られる。

｜アトリ

見ノ越〜二度見展望所・刀掛けの松

全長：16cm

冬鳥。尾はツバメのように M 型。

キョッ
キョッ
キョッ

キョッ！キョッ！

｜オオアカゲラ

見ノ越〜二度見展望所・刀掛けの松

全長：28cm

留鳥。キツツキの仲間。木の幹をつついて虫を採食する。「タラララララー」という木をつつくドラミング音が聞こえることも。

｜ミソサザイ

見ノ越〜二度見展望所・刀掛けの松

全長：10cm

漂鳥。小さな体に似合わない大きな美声で、長くさえずる。

ジュウイチチ！
ジュウイチチ！

｜ジュウイチ

見ノ越〜西島駅

全長：32cm

夏鳥。カッコウの仲間。オオルリなど他の鳥の巣に自分の卵を産み育ててもらう托卵鳥。その名の通りジュウイチと鳴く。

なつどり
夏鳥：春から初夏のころ日本にやってきて繁殖し、秋に去る鳥。
ふゆどり
冬鳥：秋に日本にやってきて冬を越し、春に去る鳥。
りゅうじょう
留鳥：年中、日本に留まっている鳥。
ひようろう
漂鳥：夏は山地へ、冬は平地へと季節移動する鳥

｜クマタカ

見ノ越〜頂上

全長 75cm

留鳥。生態系のピラミッドの頂上に位置するタカ。このような大型の猛禽類がいることが豊かな自然のシンボル。剣山でもまれに見られる。

｜ルリビタキ

ヒリョヒリョヒュルルル〜

西島駅〜二度見展望所・刀掛けの松

全長：14cm

漂鳥。林の下部を好む。鈴をふるような音で鳴く。

ヒンカラカラカラカラ〜

｜コマドリ

西島駅〜二度見展望所・刀掛けの松

全長：14cm

夏鳥。馬のように鳴くことからこの名が付いた。鳴く時に尾羽根を立てて広げるポーズをする。

ビーフィーチーチョー

｜メボソムシクイ

西島駅〜二度見展望所・刀掛けの松

全長：13cm

夏鳥。警戒心が強くヤブの中にいて、なかなか姿を見ることができない。

ジョリジョリジョリ……

｜クロジ

西島駅〜二度見展望所・刀掛けの松

全長：17cm

漂鳥。体の色が全体に黒っぽいことからこの名が付いた。

｜キビタキ

見ノ越〜西島駅

全長：14cm

夏鳥。セミのツクツクボウシのような節回しの長いさえずりをする。音質は澄んで明るい。

森と共に生きる野鳥たち

亜寒帯林を棲み家とする貴重な鳥たちに出逢えるのも剣山の魅力です。剣山は国設鳥獣保護区の中にあり、野鳥は 103 (留鳥 38, 夏鳥 36, 冬鳥 18, 旅鳥 4, その他 7) が確認されています。西島駅から上は亜高山帯で、その環境の指標鳥であるコマドリ ルリビタキ、クロジ、ホオアカなどが見られ、徳島県内で最も貴重な野鳥生息地の一つです。

また 6 ～ 8 月は野鳥の繁殖期で、夏鳥や留鳥の「さえずり」など繁殖活動が盛んになる頃です。特に日の出前後から 2 時間は野鳥の大コーラスが続き、神秘的な時間帯となります。ただ、近年では、個体数が急増しているニホンジカが下草を食べてしまうため、鳥たちのエサとなる昆虫類が少なくなり、鳥たちの生息環境の悪化が懸念されます。

監修：日本野鳥の会 徳島県支部 三宅武

野鳥の楽園

剣山の自然環境は、多くの野鳥を育む豊富な種類の樹木で構成される針広混交林の森を形成しています。森は鳥の棲み家を提供し、餌となる昆虫や木の実の恵みを与えています。春の森は驚くほど多くの野鳥の鳴き声が聴かれ、訪れる者の心を癒してくれます。

剣山の動物

四国で生息するのはここ剣山周辺だけになってしまったツキノワグマの他、多くの動物が生息しています。その中から一部をご紹介します。



| カモシカ
頭胴長 90~110cm
体重 20~30kg

名前にシカとあるが、ウシ科。単独で生活している。特別天然記念物に指定されている。



| ノウサギ
体長 45~54cm、
尾長 2~5cm、体重 1.3~3.5kg

夜行性で単独で生活する。1回に1~2頭の子を年に3~5回生む。



| ツキノワグマ
体長 110~150cm
体重 35~90kg

胸に月の輪模様が付いている個体が多い。植物の葉、実、根や昆虫を食べる。木登りが得意。

| ニホンジカ
頭胴長 120~140cm
体重 30~50kg

夏毛の白い斑が特徴。繁殖期の除きオスとメスは別々に生活する。オスは毎年角が生えかわる。剣山でもササや様々な植物が食べられてしまうという問題がある。



| アナグマ
体長 40~60cm
尾長 12~15cm、体重 4.5~13kg

穴掘りに役立つ大きく長い爪を持つ。ムジナとも呼ばれる。



| ムササビ

体長 27~49cm
尾長 28~41cm、体重 700~1400g

夜行性で主に木の上で生活する。よく似たモモンガより大きく、ムササビはざぶとん、モモンガはハンカチが飛んでいるといわれる。



貴重な生態系を維持する森

剣山の森の豊かさは、ドングリを主食にするツキノワグマたちも、自然のままの状態で棲息できる健康な生態系を維持しています。天敵がいなくなり繁殖を続けるニホンジカなどによる高山植物の食害も進んでいます。適正な個体数を保つために捕獲したり、鹿よけネットを森の中に張り巡らせて貴重な生態系を保護する活動も行われています。

ツキノワグマは九州では既に絶滅、四国でも1985年以降は西部地域での生息が確認できなくなってしまう、現在は剣山とその周辺にのみ分布が限定されています。剣山は彼らにとって残された最後のレフージア（避難場所）としての貴重な森です。ツキノワグマは多様な種類の木の実を食べ、植物にとっては種子を遠くに運んでくれる重要な動物です、長い時間でみるとツキノワグマの生息を保護することは森の保全にも繋がります。

剣山の由来と山岳信仰

剣山は信仰の山でもあります。
また数々の伝説に彩られた山です。

剣山の名前の由来は、安徳天皇の宝剣からついたとも、石灰岩が侵食された山容が剣状だからとも、また、山頂付近の鶴岩・亀岩＝鶴亀（つるぎ）と関係するなど諸説あります。

剣山は信仰の山としても古くから知られており、頂上近くの北斜面には「行場」と呼ばれる修行用の難所があります。この山には、見ノ越登山口付近の剣神社をはじめ、ご神体の巨岩を祀る大剣神社や、源平合戦の悲劇で知られる安徳天皇の宝剣を祀るとされる頂上付近の剣山本宮宝蔵石神社などいくつもの神社があります。

西島駅から行場に向かう途中の歩道沿いにある「刀掛けの松」にも安徳天皇に関するもう一つの逸話が伝えられています。

また、剣山本宮の例大祭は毎年7月17日の例祭日以降の日曜日に、ご神体（安徳天皇）を乗せた神輿が山頂を練り歩きます。

剣神社



大剣神社



剣山本宮宝蔵石神社 御神体 宝蔵岩



剣山山頂大祭



剣山自然休養林 (林野庁 web サイトをもとに加筆)

リフトや山小屋等も 使った楽しみ方



剣山観光登山リフト

剣山はリフトがあるので初心者にも登りやすい山です。リフトを使えば西島駅から頂上までは、片道約1時間で登れます。1人乗りのチェアリフトは地面からあまり高くないところを運行し、自然を満喫しながら乗車できます。リフトの長さは830m、標高1,420mの「見ノ越駅」から剣山中腹にある標高1,750mの「西島駅」まで約15分。



リフトを使えば
終着駅から約1時間で山頂へ!

登山リフト
オンライン
チケット▼



営業期間：4月中旬～11月30日
通常営業：AM 9:00～PM 4:30
特別営業：AM 8:00～PM 4:30
*GW・夏期(8/18～31)・10月の土日祭日

リフト乗車料金(1名あたり) *現金のみ
大人(高校生以上)：往復1,900円 片道1,050円
小人(中学生～小学生)：往復900円 片道520円
*幼児は無料となります。*団体料金あり。

剣山観光登山リフト株式会社
Tel 0883-62-2772 0883-67-5277
Fax 0883-62-4748 ナビ専用番号 0883-67-5277
mail info@turugirift.com

剣山観光センター

登山リフト見ノ越駅1階にて、剣山登山に必要な情報や周辺の地域情報、グッズ、お土産類を取り扱っております。登山の後には地元醸造所パドルブリュのクラフトビールや豆から入れたコーヒーをどうぞ!
地元焙煎所から仕入れた豆を使用したコーヒーやカプチーノ、お腹がすいたらホットサンドなどの軽食も販売中。テイクアウトも可能なので、帰りの運転前にぜひご利用ください。

また、登山に必要な装備も販売しております。お土産も多数販売しておりますので、ぜひお立ち寄りください。



クラフトビール
1本700円
(税込)～



缶パッチ
660円(税込)



営業期間：4月下旬～11月(冬季休業)
営業時間：10:00～16:00

＼めしあがれ!／



剣山の天然水で炊いたご飯を使ったカレーライス

ヒュッテに泊まって 満点の星空を楽しむ!

ヒュッテの
人気者キコロン



剣山頂上ヒュッテとその歴史

剣山頂上ヒュッテは山小屋です。周辺の環境への配慮、限られた資源の利用など、特別なルールにご協力ください。部屋は個室、ドミトリーがあります。宿泊者スペースにはコンセント有り。寒い時期は、個室にコタツが出ます。

剣山頂上ヒュッテは1955(昭和30)年、徳島県美馬郡木屋平村(現・美馬市)の新居熊太氏が開いた山小屋です。熊太氏は、地域に小さな水力発電所を作るなど、無類の新しいもの好きかつ意欲的な人で、剣山の頂上であめ湯(ザラメを溶かして生姜を効かせた飲み物)を売ることを思いつき、地元の大工らと小さな小屋を建てました。それがヒュッテの始まり。熊太氏が65歳の時でした。

道路がないので、ヒュッテで必要な物資を荷揚げするの大仕事!



ヒュッテはその後、2代目の綱男氏、3代目智次氏らによる建物の拡張、改修を繰り返し、約100人の宿泊者を収容できる現在の姿となりました。現在では、百名山登山や、三嶺までの縦走の基地としてのほか、光害マップが示す「日本で最も暗い場所」の一つとして、天体愛好家も多く訪れる山になっています。

ヒュッテの隣には2001年まで日本で2番目に高い標高に位置した気象庁の剣山測候所があり、富士山測候所とともに日本の気象観測拠点として、台風の接近や大雨の雨雲のレーダーでの捕捉など重要な役割を果たしていました。

頂上ヒュッテ名物の
あめ湯



営業期間：4月下旬～11月下旬
宿泊料金(個室)：1泊2食12,000円～
素泊まり8,000円～
ドミトリー6,500円

※寝袋等持参で布団不要の場合上記から-1,000円
宿泊予約 Tel 080-2997-8482
<https://tsurugisan-hutte.com/>



剣山登山マップ



剣山登山バスについて

剣山の主な登山口となっている「見ノ越」へは新緑、盛夏そして紅葉の時期に登山バスが3ルート運行されています（阿波池田駅発・貞光駅発・穴吹駅発）。運行期間・時間はルートにより異なりますので、詳しくは下記問い合わせ先またはQR先のサイトでご確認ください。どのルートも見の越停留所は、登山リフトのある「第1駐車場」です。

池田・東祖谷ルート

JR 阿波池田駅～JR 大歩危駅～
久保～見ノ越

三好市観光案内所
Tel 0883-76-0877

剣山登山バスの詳細に
についてはこちら▶



貞光・一宇ルート

JR 貞光駅・道の駅貞光ゆうゆう館～
つるぎ町役場本庁～
ラ・フォーレつるぎ山～見ノ越

つるぎ町産業経済課
Tel 0883-62-3111

剣山登山バスの詳細に
についてはこちら▶



お役立ち情報

【剣山登山特集】
にし阿波観光圏



剣山登山リフト



剣山頂上ヒュッテ



剣山観光推進協議会



【道路通行規制情報】
徳島県県土防災情報



お車で来られる際の注意点

- ・道が狭いので運転に注意してください
- ・通行の妨げになる路上駐車は禁止です
- ・通行規制の情報は事前に確認をしてください

剣山のガイド

Trip 四国の川案内人

ツアー例：剣山頂上へのガイド（※剣山の登山リフト利用の場合は別途リフト代金必要）、つるぎの苔の森ハイキングなど。

開催期間：4月頃～12月頃まで

所要時間：8:00～16:00（目安）

料金：15,000円/人（ガイド料・保険料・消費税込）

定員：2～5名 最小催行人数：2名

対象：小学生以上

受付締切日：前日

集合時間：8:00（Trip 事務所）

連絡先：Trip 四国の川案内人

Tel 0883-68-8022

E-mail trip.anabukigawa@gmail.com

四国山岳ガイド協会

四国山岳ガイド協会所属の登山ガイドがご案内いたします。見ノ越～剣山往復など、ご希望にそった山をご案内いたします。友達同士、ご家族様等で登山に不安のある方は、遠慮なくご相談ください。冬の剣山、沢歩きなどのガイドも受け付けております。

料金：ガイド料金3万円/日+ガイドの交通費

例：5名様参加の場合、

一人の負担金額は7千円となります。

（リフト代、保険料は別途）

ガイド1名につき10名まで

連絡先：四国山岳ガイド協会事務局 佐藤孝雄

Tel 090-3189-6777

E-mail sato.guid@gmail.com

登山マナーについて

【登山の事前準備】

しっかり準備！

- ✓ レインウェア、暖かい服装（山の天気は変わりやすいです）
- ✓ 運動靴（底が平らなスニーカーは滑るのでおすすめできません）
- ✓ 水などの飲み物と行動食（水分とエネルギー取るのは快適な登山に重要です）
- ✓ 余裕を持った行動とヘッドライト（遭難の多くは日暮れによる道迷いです）
- ✓ 緊急時に備えて登山計画を家族や知人に伝えましょう。
- ✓ 登山届（計画書）を所管する警察に提出しましょう。
- ✓ 登山中の事故に備えて山岳保険に加入しておきましょう。
- ✓ トイレは済ませてから出発しましょう。

【登山中のマナー】

マナーを守って楽しい登山

- 自然の生態系を保つため、動植物の持ち込みや持ち帰りはやめましょう。
- 植物を傷つけるので登山道から外れて歩かないようにしましょう。
- 美観を損ねるだけでなく生態系にも影響するのでゴミや残飯類は捨てないようにしましょう。
- 山火事の原因となるので火の取り扱いには厳重に注意しましょう。
- 道幅が狭い登山道では登り優先を心がけましょう。
- すれ違った人には気持ちよくあいさつを交わしましょう。
- 登山道をふさいで休憩しないようにしましょう。

三好市の観光スポット紹介

三好市観光案内所
TEL 0883-76-0877

奥祖谷二重かずら橋

剣山・見ノ越駐車場から車で約15分



秘境の雲田気が漂う美しい景観に囲まれたかずら橋。平家一族が剣山の「平家の馬場」に通うために架けられたといわれる橋で、男橋と女橋の二本あり、夫婦橋とも呼ばれる。奥祖谷を代表する人気の観光スポット。



天空の村・名頃かかし

剣山・見ノ越駐車場から車で約20分



東祖谷の名頃地区には300体以上のかかしがいます。農作業をしたり井戸端会議をしたりするかかし達の風景に遭遇できます。2003年に名頃に住む綾野月美さんがカラスの被害から畑を守るために父親をモデルにかかしを作って畑に置いたのが始まりです。

祖谷のかずら橋



重さ約6トンの蔓（シラクチカズラ）で作られた長さ45m・幅2m・水面上14mにかかる橋。昔は生活道として利用していましたが、今は観光客で賑わっています。3年に一度、架替えが行われ、架替え技術の継承が行われています（国指定重要有形民俗文化財）。



大歩危・小歩危



海底から隆起した結晶片岩の岩肌を吉野川が深く削りとってできたV字谷。約2億年かけてできた大地のドラマが体感できます。大歩危遊覧船は、吉野川を下って上り往復30分、川面に迫る岩石の造形美を間近に見ることができます。春はキシツツジ、夏は新緑、秋は紅葉、冬は雪景色まで四季折々楽しめます。

大歩危祖谷温泉郷



大歩危祖谷温泉郷では、絶景と美肌の楽しみを提供する温泉宿があり、日帰り温泉も利用することができます。どの宿も祖谷溪と大歩危峡の壮大な景色を楽しみながら、美肌に効くアルカリ性単純硫黄泉に浸かることができます。



- 1 ホテルかずら橋
- 2 ホテル祖谷温泉
- 3 ホテル秘境の湯
- 4 大歩危峡まんなか
- 5 サンリバー大歩危

■剣山の情報について

三好市観光案内所

TEL 0883-76-0877 (9:00 ～ 18:00 年末年始を除く)

■発行：三好市役所 観光課

掲載情報は 2025 年 6 月時点の情報です。



三好市観光サイト
大歩危・祖谷ナビ



三好市公式
Instagram
miyoshifinder

