



AKITA

秋田市

秋田市からは多様な登山コースを楽しむことができます。

登山コース

秋田市からは、放射的に多様な登山コースを楽しむことができます。登山者が多いのは旭又登山口からのコース。太平山(奥岳(一等三角点))山頂まで約3時間と全コースの中で最短である。6月上旬にはヒメシャガの開花がみられ、御手洗の湧水は元気を回復させてくれる。ハイキング程度なら、太平山スキー場オーバスや金山滝からの前岳コースがおすすめ。約1時間40分で前岳(女人堂)へ到達する。なお、このコースからは、中岳を経由(中岳〜剣岳分岐間は健脚者向き)し、奥岳への縦走も可能である。河辺方面からの登山コースは丸舞コースのみであるが、筑紫森、岩谷山などにも登山コースがある。丸舞登山口からは、山頂まで約4時間30分のコースであるが、渓谷の美しいコースで、尾根筋からの眺望も素晴らしい。静かな登山を楽しめる。筑紫森は標高392m、岩谷山は標高366m、共に山頂まで約50分と気軽に登山を楽しめるため人気も高く、新緑、紅葉期の眺望は絶景である。また、角材を積み上げたように見える千本垂木は、横臥柱状節理(おうがちゅうじょうせつり)とよばれ、数少ない奇観のひとつである。白子森は標高1,179m、太平山地の最高峰として太平山の東方にどっしりと位置して



太平八田からの前岳・中岳

いる。紅葉期には、井出舞沢上流の断崖を彩る紅や黄色が美しい。また、組谷峽、殿淵園地、伏伸の滝も紅葉が美しい。各登山口付近には、岩見ダム公園などもあり、ピクニックやハイキングにも最適である。



岩見三内からの太平山



宿泊施設

太平山リゾート公園
太平山リゾート公園のトレーラーハウスやオートキャンプ場、森林学習館「木こりの宿」などが便利。クアードーム「ザ・ブーン」やスキー場「オーバス」などもあり、四季を通じて楽しむことができる。
●お問い合わせ先/太平山リゾート公園総合案内所 TEL.018-827-2270 (秋田駅から車で30分)

秋田県健康増進交流センター「ユフォーレ」
多種の温泉設備とプール、体育館、グラウンドゴルフ場などがある。トレーニングルームでは、健康運動指導士、栄養士などが健康相談に応じ、適切なアドバイスも受けられる。レストランもあり、日帰り利用も可能なので登山や行楽帰りに最適である。
●お問い合わせ先/秋田県健康増進交流センター「ユフォーレ」 TEL.018-884-2111 (秋田駅から車で35分、秋田駅東口より予約制のシャトルバスもあり)

太平山に自生する 高山植物

太平山一帯は、天然秋田杉やブナなどの美林に定評があるほか、コアニチドリ、ヒロハシラネガンピなどの珍しい植物もみられ植物地帯としても貴重な地域です。

シラネアオイ

(花期/5下旬〜6月)



花期は5月下旬〜6月。7cm前後の大きく薄紫色の花を咲かせます。自生株が非常に少なくっており、秋田県でもレッドリストに指定されている植物です。

ヒメシャガ

(花期/6月上旬)



山地のやや乾いた林下に生える多年草。太平山では御手洗コースのヤマ坂付近が群生地として知られています。6月上旬に花の盛りを迎えます。

コアニチドリ

(花期/7〜8月上旬)



大正8年(1919年)に上小阿仁村で発見された淡いピンクの可憐な花。この花を見るために、遠方から足を運ぶ登山客もいます。

ヒロハシラネガンピ

(花期/7〜8月上旬)



ナデシコ科で太平山の代表的な植物。おなじナデシコ科のセンジュガンピより葉の幅も広く花も美しい。

お問い合わせ先 太平山県立自然公園整備促進地域協議会
〒010-8560 秋田市山王一丁目1番1号(秋田市公園課内) TEL.018-888-5753

当協議会は、太平山県立自然公園を行政区域とする秋田市・五城目町・上小阿仁村の3市町村で結成し、施設整備や登山者への自然保護の啓蒙活動などに取り組んでいます。また毎年6月には、第2日曜日を目的に、太平山への市町村民登山を合同で実施しています。詳細については、各市町村へお問い合わせください。

登山計画書を提出しましょう。
秋田県電子申請届出サービス

秋田市公園課
〒010-8560 秋田市山王一丁目1番1号
TEL.018-888-5753
E-mail ro-urpc@city.akita.akita.jp

五城目町商工振興課
〒018-1792 南秋田郡五城目町西磯ノ目一丁目1番1号
TEL.018-852-5222
E-mail syoko@town.gojome.lg.jp

上小阿仁村産業課
〒018-4494 北秋田郡上小阿仁村小沢田字向原118番地
TEL.0186-77-2223
E-mail syoukou@villi.kamikoani.akita.jp

KAMIKOANI

上小阿仁村

四季折々に萩形の清流を 観ることができる登山コース。



臼内溪谷

登山コース

五城目町から、太平山連峰の最北に位置する馬場目岳(1037.4m)への登山コースには銀ノ沢コースがある。銀ノ沢コースは、光沢園地より稜線を伝うように登るコースで、山頂まで約2時間30分と比較的気軽に登ることができる。光のサンマ見晴台(カラマツ台)や見返り坂を経由し、豊かなブナ林が見えてきたら山頂も近い。胸突き八丁の急坂を乗り越え、頂から望む360度のパノラマは圧巻である。山頂には避難小屋も設置されており、登山の疲れをゆっくりと癒すことができる。この他にも、秋田市側の旭又登山口から赤倉岳への縦走路の分岐点を経由し、馬場目岳山頂へ向かうコースもある。こちらも約2時間30分程度で登頂することができる。太平山奥岳へ繋がる、赤倉岳・笹森を経由しての縦走コースもあるが、馬場目岳山頂からさらに4時間30分程度の時間が必要である。また、「仙入橋園地」「臼内園地」では、五城目町を流れる馬場目川の源流が作り出した美しい渓谷の景観と、溪流釣りや紅葉狩りをはじめとした各種レジャーを楽しむことができる。(溪流釣りをするには遊漁券が必要。)*ネコバリ岩入口から光沢園地までは、徒歩で約1時間です。

宿泊施設

- 盆城庵**(宿泊期間:4月〜11月)
●お問い合わせ先 TEL.018-853-2577(清流の会)
- 赤倉山荘**
●お問い合わせ先 TEL.018-854-2969
- 小倉温泉旅館**
●お問い合わせ先 TEL.018-852-2440
- グリーンロイヤル丸富**
●お問い合わせ先 TEL.018-852-2140

KAMIKOANI

上小阿仁村

四季折々に萩形の清流を 観ることができる登山コース。



萩形の清流

登山コース

上小阿仁村からの登山コースは、国道285号沿いの南沢地区から入り、県営第一号の萩形ダム、萩形キャンプ場へと進み登山口となる。途中、四季折々の萩形の清流を観ることができる。登山口からは、尾根を登るコースで、登山を楽しめる。登山道沿いには風雪に耐えた天然秋田杉や、見事なブナ林などの美林が広がっている。特に登山シーズン初めに尾根から望むブナ林は、残雪に映え見事である。山頂へは約4時間30分の長丁場であるが、木々の間から吹く風は、心地よさとともに安らぎを与えてくれる。



萩形キャンプ場

宿泊施設

- 萩形キャンプ場**
●お問い合わせ先 TEL.0186-77-2223(後援産業課)
- 高橋旅館**
●お問い合わせ先 TEL.0186-77-2507