



南伊勢町のトレッキングコースについて

山と海、手つかずの豊かな自然が残る町、南伊勢町。南伊勢町の山々は、海からの距離が近いことから、多くの山頂から複雑なリアス海岸と煌めく太平洋を眺望することができます。また、南島地区の釈迦岳(784m)が最高峰ですが、多くの山々は500m未満のいわゆる低山で、積雪も極めて稀で温暖な気候であることから、寒い時期でも登山を楽しむことができます。

これから登山を始めたいという初心者から上級者まで、幅広い方々に楽しんで登山していただけます。

登山するにあたって注意しておきたいこと

登山は自然を相手にするので不確定な要素、予期せぬ事態が起こる可能性が十分あります。

準備をしっかりと、余裕を持った計画をして楽しみましょう。

- ① タバコのポイ捨て、たき火は厳禁。
- ② ゴミは捨てずに、家まで持ち帰る。
- ③ 動物にエサを与えない。
- ④ 植物・昆虫・岩石を採集しない。
- ⑤ 入山前にトイレを済ませる。
- ⑥ 登山道以外の所を歩かない。
- ⑦ 雨具・水・ヘッドライト 行動食は必ず持参。

トレッキング時の服装について

- 1 帽子 Hat & Cap** 日差しを遮るだけでなく、頭部の保護にもなります。
- 2 ザック Backpack or Backpack** 両肩にかけ背負うバッグは、耐久性・防水性の優れた物を選ぼう。
- 3 ウェア Outdoor wear** ベースレイヤーは、給水・速乾性に優れた物を着用。
- 4 手袋 Climbing Gloves** ケガから手を保護するため、手袋を着用。(保温・防水等)
- 5 トレッキングポール Trekking pole or Stick** 身体の負担や疲労を和らげ、転倒防止に役立ちます。
- 6 パンツ Trekking pants** 耐久・速乾・伸縮性の高い、専用の物を選択しよう。
- 7 靴下 Outdoor Socks** アウトドア用の高機能靴下を選び、足を保護しよう。
- 8 シューズ Hiking & Trekking shoes** 底が硬く滑りにくい、ハイカットタイプがおすすめ。

日帰りトレッキング 持ち物チェックリスト

- | | | |
|---------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------------|
| <input type="checkbox"/> 雨具・防寒具 | <input type="checkbox"/> 飲み物(水・お茶など) | <input type="checkbox"/> 手袋 |
| <input type="checkbox"/> ヘッドライト | <input type="checkbox"/> 行動食・非常食 | <input type="checkbox"/> 帽子 |
| <input type="checkbox"/> 予備乾電池 | <input type="checkbox"/> 携帯電話・無線 | <input type="checkbox"/> サングラス |
| <input type="checkbox"/> 登山用地図 | <input type="checkbox"/> モバイルバッテリー | <input type="checkbox"/> ショートスパッツ |
| <input type="checkbox"/> コンパス | <input type="checkbox"/> 緊急連絡票 | <input type="checkbox"/> 虫よけスプレー |
| <input type="checkbox"/> 救急用品 | <input type="checkbox"/> トレッキングポール | <input type="checkbox"/> ホイッスル |

登山届を提出してください

- 登山計画書(登山届)の提出はお済ですか?

三重県電子申請・届出システム
三重県内の登山はこちらから



※「コンパス」は、(公社)日本山岳ガイド協会が運営する、登山届受理システムです。



緊急時の連絡先

行政機関	南伊勢町総務課	tel.0599-66-1111
医療機関	南伊勢病院	tel.0599-66-0011
	志摩病院	tel.0599-43-0501
その他官公署	鳥羽警察署	tel.0599-25-0110
	伊勢警察署	tel.0596-20-0110
	志摩消防署南勢分署	tel.0599-66-0934

インフォメーション

- 南伊勢町公式ホームページ
パンフレット一覧

<https://www.town.minamiise.lg.jp/admin/kankoujouhou/kankou/1107.html>



- YAMAP 南伊勢町観光商工課

<https://yamap.com/users/2288683>



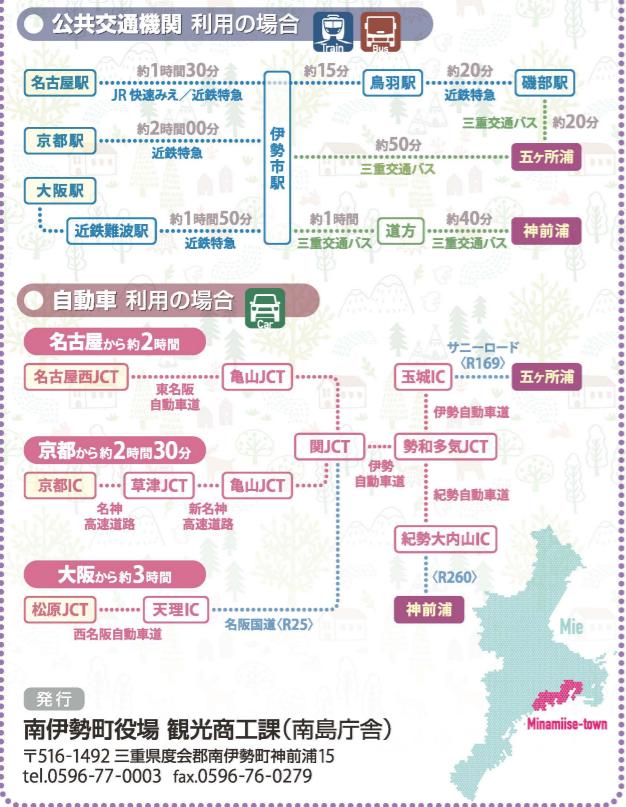
南伊勢町に生息する野生動物

ニホンイノシシ

本州や四国、九州および周辺の島嶼の丘陵地や里山に生息し、体長は100~170cm、体重は80~90kgにもなります。全身褐色または暗黒色の剛毛で覆われ、鼻の先端は円盤状になっており、食性は雑食です。運動能力が極めて高く、成獣になれば助走なしで1m以上の高さを飛び越え、鼻で50kg以上の石を動かすことができ、体格に似合わず20cmほどの狭い隙間でもくぐり抜けることができます。



八袴宣山からの眺望





南伊勢町
登山マップ

八袴宜山・京路山

標高/426m

Mt. Hachinegi-san

Mt. Kyoro-yama

標高/414.7m



八袴宜山は南伊勢町と伊勢市に跨る標高426mの山です。名の由来は昔、伊勢神宮から来た八人の禰宜がここに登り、その眺望を褒めたたえてこの名がついたとの説があります。登山コースのスタートは、「剣峠」県道12号の最高地点からになります。ここには詩碑「野口雨情碑(剣峠)」と小さな「小次郎池」があり、この道の歴史の深さを感じさせる場所です。駐車スペース横からロープと階段に導かれてやや急な登りから始まります。すぐになだらかな樹林の尾根道となり、一度わずかに下り特に危険な箇所もなく進めます。やがて大きな岩が現れ始めると頂上に到着です。ベンチのある展望所からは五ヶ所湾と遙か遠く水平線の絶景が望めます。

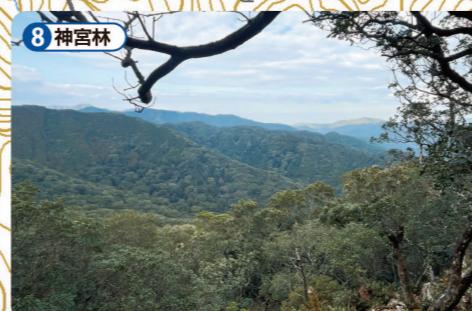
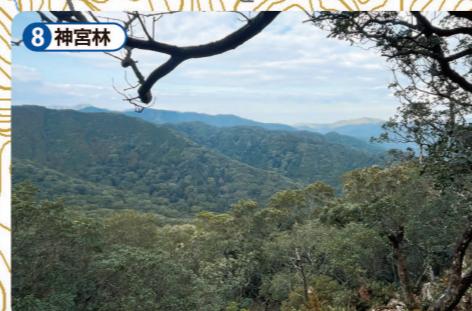
剣峠まで戻り県道を挟んだ向かい側が京路山の登り口です。やや急な階段を上り右手に大きな展望岩を過ぎ、やがて神宮林との境界となる尾根上に出ます。ここに絶妙なバランスで立つのが、高さ3mほどの「剣岩」。そして推定樹齢400年の「臥龍うばめ」が大きく枝葉を広げています。ここからは緩やかな上り下りが続き、赤テープと標識に注意しながら30分ほどで山頂に到着します。南伊勢町と伊勢市、志摩市に跨る京路山の魅力は山頂からの眺望の雄大さにあります。西は紀伊の山々から南は五ヶ所湾と英虞湾その先に太平洋、東には志摩半島、さらに空気が澄んだ早朝には遙か富士山や南アルプスの山々が望めます。ベンチのある山頂で一休みしたら、剣峠まで来た道を戻りましょう。

神宮林のため、進入禁止



駐車可能/約4台

5 京路山 登り口



凡例

○ 登山道

● 好展望地

F 駐車場

1:10,000

500m

基盤出典：国土地理院発行の国土基本情報25,000