

# TOTTORI EAST

## 山陰海岸ジオパークトレイル

東部 SAN-IN KAIGAN GEOPARK TRAIL



山陰海岸ジオパークトレイルコースは、山陰海岸の壮大な地形や起伏に富んだ鳥取砂丘の迫力を存分に体感できるコースです。城原、鴨ヶ磯、浦富それぞれの海岸に個性豊かな自然景勝地がそびえ立ち、その一つ一つが感動を与えてくれます。また、子供でも気軽に登れる久松山や日本最大の天然池の湖山池なども家族と一緒に散策をお楽しみいただけます。



### 東-D 鹿野往来交流館～青谷駅コース

距離 約14.3km | 所要時間 約4h30min | 消費カロリー 約822kcal

鹿野往来交流館と青谷駅を結ぶコースです。散策開始すぐに、かつて牛馬を繋ぎ止めておくために使われた「牛つなぎ石」があります。小さな石なので見逃さないよう散策しましょう。市街地を抜けて海岸沿いに入るところに鶴牛坂展望台があります。高台の小さな展望所ですが、そこから日本海を一望でき、鷲峰山も望むことができる絶景ポイント。青谷海岸の砂は通称「鳴り砂」と呼ばれており「キュッキュッ」と心地よい音を鳴らしながら歩くことができます。



### 東-C 湖山池コース

距離 約10.8km | 所要時間 約4h30min | 消費カロリー 約617kcal

鳥取駅から吉岡温泉を結ぶコースです。コカ・コーラポトラーズジャパンスポーツパーク陸上競技場は多くの人で賑わっており、春には桜の眺めも楽しむことができます。途中湖山池に沿って散策していきます。湖山池は日本最大の天然池と言われており、大小5つの島々が浮かぶ雄大な景観が魅力の一つです。その一つ青島へつながる青島大橋から見る景色も大変美しいです。



### Camp & Stay

キャンプと宿泊

- 1 いこいの里**  
鳥取県岩美郡岩美町大坂1416  
TEL 0857-73-1416  
営業期間:4月下旬～11月上旬
- 2 柳茶屋キャンプ場**  
鳥取県鳥取市浜坂1157-115  
TEL 0857-30-8291  
営業期間:年中無休・終日開放
- 3 青島キャンプ場**  
鳥取県鳥取市高住  
TEL 0857-28-5090  
営業期間:年中無休

### Hotspring

日帰り入浴の楽しみめるおすすめ温泉

- 4 砂丘温泉ふれあい会館**  
鳥取県鳥取市福部町海士1013-1  
TEL 0857-75-2316  
営業時間:4～9月 10:00～21:00(受付終了20:00)、10～3月 10:00～20:00(受付終了19:15)  
定休日:木曜・年末年始
- 5 吉岡温泉**  
鳥取県鳥取市吉岡温泉町  
TEL 0857-57-0800  
吉岡温泉旅館組合
- 6 温泉館ホットピア鹿野**  
鳥取県鳥取市鹿野町今市418-2  
TEL 0857-84-2698  
営業時間:10:00～22:00  
定休日:毎月第一水曜

### Foods

一度は食べたい地域ならではのたべもの

- 7 松葉ガニ**  
鳥取県の冬の味覚の代表格。たっぷりつまった身には、カニの旨味がギュッと凝縮されています。濃厚なカニ味噌まで余すことなく味わえます。  
旬の時期:11月～3月
- 8 ラッキョウ**  
甘酸っぱい味わいとシャキシャキとした食感がやみつきになります。定番の「甘酢漬け」をはじめ「たまり漬け」「しそ風味」など種類も豊富です。  
旬の時期:5月下旬～6月中旬
- 9 岩ガキ**  
栄養豊富で「海のミルク」と称される天然岩ガキ。分厚くプリプリの身を口に含むと、磯の香りと共にカキの旨みが口中に広がります。  
旬の時期:6月～8月

### ACCESS

鳥取県東部エリア

路線	駅名	距離
JR山陰本線	鳥取駅	約10km
	福部駅	約15km
山陰交通	鳥取砂丘	約5km
	久松山	約10km
岩美町	大岩駅	約10km
	岩美IC	約15km
国府町	津ノ井駅	約10km
	郡家駅	約15km
八頭町	八頭高校前駅	約10km
	東郷駅	約15km



### Manners

- #### トレイルの心得
- 自然を大切にします
  - ゴミはすべて持ち帰ります
  - トイレは施設または携帯トイレを利用します
  - 住民や他の観光客、ハイカー等に配慮します
  - 事前に情報を収集し、無理のない計画を立てます
  - 地域ごとに決められたルールを守ります
  - 宿泊は決められた場所で行います
  - 遺跡、文化財などを傷つけないように気を付けます

### Legend

- 地図上のアイコン
- |          |         |
|----------|---------|
| 📍 景勝地    | 🌊 温泉    |
| 🚉 駅名     | 🚫 通行不能  |
| 🏕️ キャンプ場 | 🍴 食べどころ |
| 🏛️ 美術館   | 🌊 海水浴場  |
| 🏪 寺院     | 🏥 病院    |
| 🏯 神社     | 🏰 城・城跡  |
| 🏠 宿泊     | 📍 史跡    |
| 🏠 ゲストハウス | 🚻 トイレ   |
| 🏠 施設     | 🚗 駐車場   |
| 🏠 古墳     | ⚠️ 注意箇所 |

スマートフォンでトレイルコースをCHECK!

アプリをダウンロードして活用!  
距離測定アプリ「キョリ測」をダウンロードして現在地、コースの距離・時間・カロリーなどを確認しよう!

