

# TOTTORI

## 大山・弓ヶ浜トレイル

# WEST

西部 DAISEN YUMIGAHAMA TRAIL



大山・弓ヶ浜トレイルコースは日本の名峰として知られる国立公園大山と日本最大の砂州の弓ヶ浜半島をつなぐコースです。西日本一と謳われる大山のブナの原生林。その豊かな自然を体いっぱい感じて心も体もリラックスできる森林浴を楽しめます。弓ヶ浜半島は砂浜、海、空とのコントラストが大変美しく、波の音に癒やされながら美しい眺めと共に散策できます。

### Camp & Stay

キャンプと宿泊



**1 一向平キャンプ場**  
鳥取県東伯郡琴浦町野井倉688-130  
TEL 0859-57-2100  
FAX 070-2161-3315 (キャンプ場)  
営業期間：火曜日定休、年末年始休、冬季休業日あり



**2 下山キャンプ場**  
鳥取県西伯郡大山町大山54  
TEL 0859-34-9331  
営業期間：未定  
\*下山キャンプ場は現在工事中のため閉鎖しています。リニューアルオープンは2022年4月以降の予定です。



**3 境港公共マリーナ緑地**  
鳥取県境港市新屋町3458  
TEL 0859-45-4151  
営業期間：年末年始(12月29日から1月3日)を除く年中無休

### Hotspring

日帰り入浴の楽しめるおすすめ温泉



**4 淀江ゆめ温泉**  
鳥取県米子市淀江町福岡1547  
TEL 0859-56-6801  
営業時間：10:00~22:00(受付終了21:00)  
定休日：毎月第4水曜(祝日の場合変更)



**5 皆生温泉**  
皆生温泉旅館組合(米子市観光センター内)  
鳥取県米子市皆生温泉  
TEL 0859-34-2888



**6 さかいポートサウナ**  
境港市大正町215 みなとさかい交流館4階  
鳥取県米子市皆生温泉  
TEL 0859-44-4060  
営業時間：8:30~21:30(受付終了21:00)  
定休日：元旦  
※営業状況についてはお問い合わせください。

### Foods

一度は食べたい地域ならではの味の宝庫



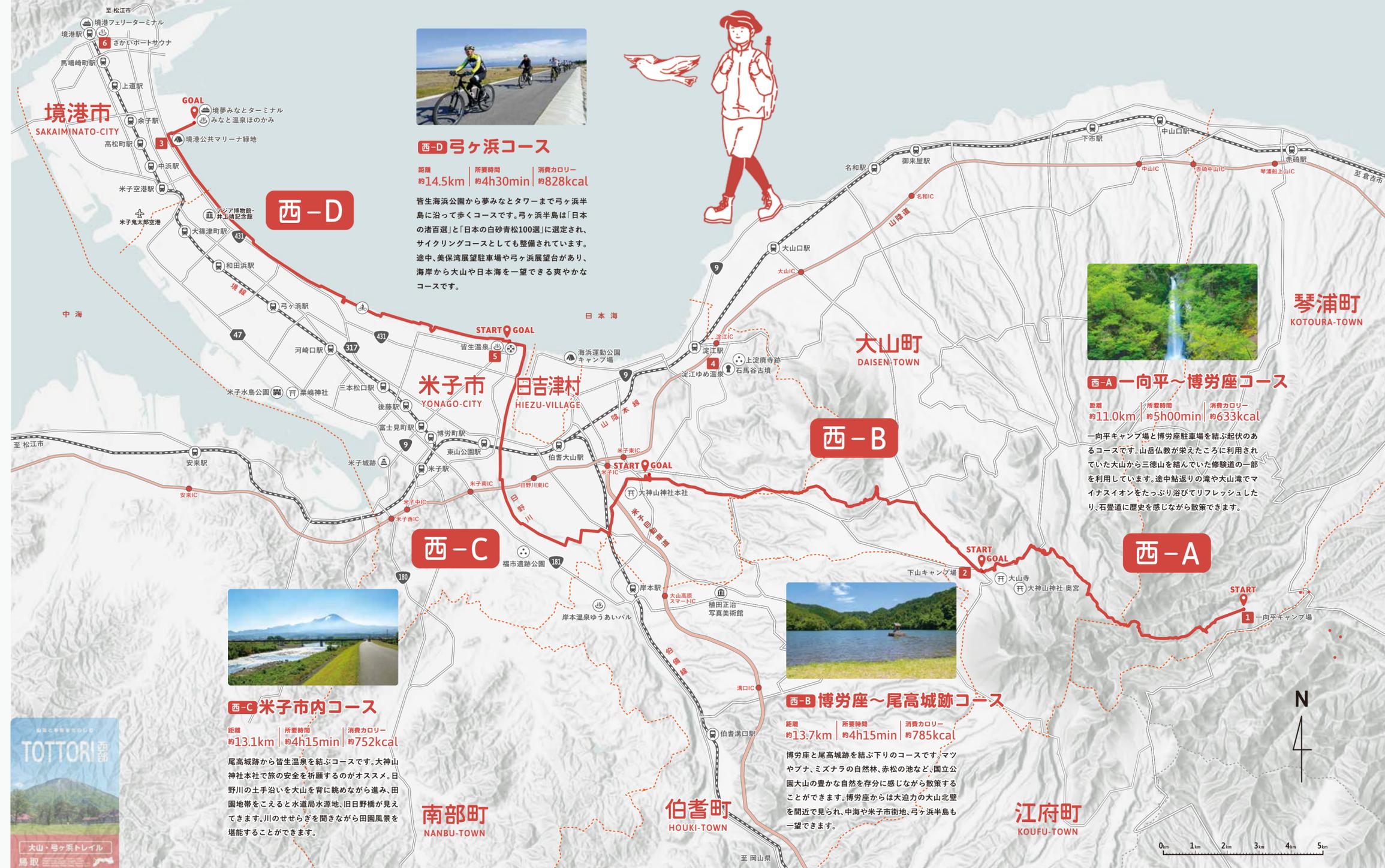
**7 鳥取和牛**  
豊かな環境で大切に育てられた黒毛和牛。オリーブオイルの主成分でもある「オレイン酸」が多く含まれています。まろやかで、口溶けがよく、肉汁が口の中に広がります。



**8 ブルーベリー**  
大山町にはブルーベリーの観光農園が数か所に点在しています。自分で収穫したブルーベリーを、その場で味わうことができるのも魅力のひとつです。  
収穫時期：6月下旬~9月中旬



**9 白ネギ**  
上品な甘さと柔らかい食感が特徴。約10種類ほどの品種を使い分けて栽培することで、みずみずしい新鮮な白ネギを一年中収穫することができます。  
収穫時期：年中(品種によって異なる)



### 西-D 弓ヶ浜コース

距離 約14.5km | 所要時間 約4h30min | 消費カロリー 約828kcal

皆生海浜公園から夢みなとタワーまで弓ヶ浜半島に沿って歩くコースです。弓ヶ浜半島は「日本の渚百選」と「日本の白砂青松100選」に選定され、サイクリングコースとしても整備されています。途中、美保湾展望駐車場や弓ヶ浜展望台があり、海岸から大山や日本海を一望できる爽やかなコースです。



### 西-A 一向平~博労座コース

距離 約11.0km | 所要時間 約5h00min | 消費カロリー 約633kcal

一向平キャンプ場と博労座駐車場を結ぶ起伏のあるコースです。山岳仏教が栄えたことに利用されていた大山から三徳山を結んでいた修験道の一部を利用しています。途中鮎返りの滝や大山滝でマイナスイオンをたっぷり浴びてリフレッシュしたり、石畳道に歴史を感じながら散策できます。



### 西-C 米子市内コース

距離 約13.1km | 所要時間 約4h15min | 消費カロリー 約752kcal

尾高城跡から皆生温泉を結ぶコースです。大神山神社本社で旅の安全を祈願するのがオススメ。日野川の土手沿いを大山を背に眺めながら進み、田園地帯をこえると水道局水源地、旧日野橋が見えてきます。川のせせらぎを聞きながら田園風景を堪能することができます。



### 西-B 博労座~尾高城跡コース

距離 約13.7km | 所要時間 約4h15min | 消費カロリー 約785kcal

博労座と尾高城跡を結ぶ下りのコースです。マツやブナ、ミズナラの自然林、赤松の池など、国立公園大山の豊かな自然を存分に感じながら散策することができます。博労座からは大迫力の大山北壁を間近で見られ、中海や米子市街地、弓ヶ浜半島も一望できます。

### ACCESS

路線	駅名	徒歩
JR山陰本線	境港駅	徒歩10分
	高松駅	徒歩10分
JR山陰線	米子駅	徒歩10分
	博労座駅	徒歩10分
JR山陰線	大山駅	徒歩10分
	江府駅	徒歩10分
JR山陰線	南郷駅	徒歩10分
	伯耆町駅	徒歩10分

### 鳥取県西部エリア



### 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
- 🚉 駅名
- 🏕️ キャンプ場
- 🏛️ 美術館
- 🏯 寺院
- 🏪 神社
- 🏠 宿泊
- 🏡 ゲストハウス
- 🚗 施設
- 🏰 古墳
- ♨️ 温泉
- 🚫 通信不通
- 🍽️ 食べどころ
- 🌊 海水浴場
- 🏥 病院
- 🏰 城・城跡
- 🕒 史跡
- 🚻 トイレ
- 🚗 駐車場
- ⚠️ 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!

Download

※地図上に表記されている数値は測定上の数値であり個人差があります。予めご了承ください。