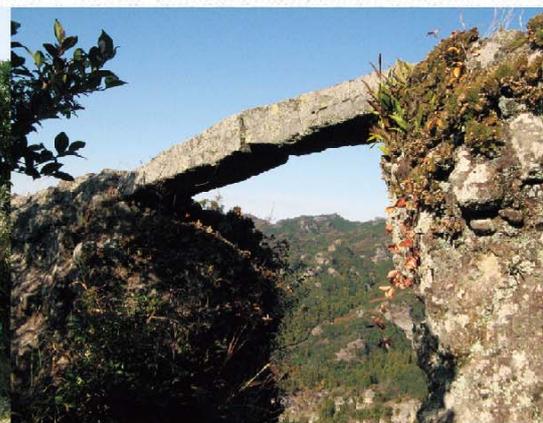




大分県国東半島
豊の国千年ロマン

仏の里くにさき

峯道トレッキングマップ



峯道トレッキングマップ

奥深い国東半島の峰々で10年に1度行われる荒行
 六郷満山峯入り
 およそ150キロの道のりを
 4日間かけて踏破するその行で歩く道を
 「峯道」という

目次

全体マップ	2-3
国東半島に登る	
猪群山 P.4	458.2m 4
中山仙境 P.5	316.9m 5
西叡山 P.6	571.0m 6
尻付山 P.6	587.4m 6
両子山 P.7	720.6m 7
千燈岳 P.8	605.8m 8
文珠山 P.9	616.2m 9
鷲巢岳 P.9	436.5m 9
峯道を極める	
トレッキングコース① 両子寺～京乱の里～文殊仙寺	10
トレッキングコース② 文殊仙寺～岩戸寺～旧千燈寺跡	11
トレッキングコース③ 旧千燈寺跡～大不動窟～六所神社	12
トレッキングコース④ 六所神社～中山仙境～無動寺	13
トレッキングコース⑤ 天念寺～長安寺～並石ダム	14
トレッキングコース⑥ 並石ダム～両子山山頂～両子寺	15
トレッキングと周辺情報	16

- 〔凡例〕
- 平成22年六郷満山峯入り峯道
 - 国東半島一周トレッキングコース
 - 一般登山道

・本紙に掲載した地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の数値地図25000(地図画像)及び基礎地図情報を使用した。(承認番号 平22業使、第683号)

・本紙に掲載した地図の作成に当たっては、「カシミール3D」を使用した。

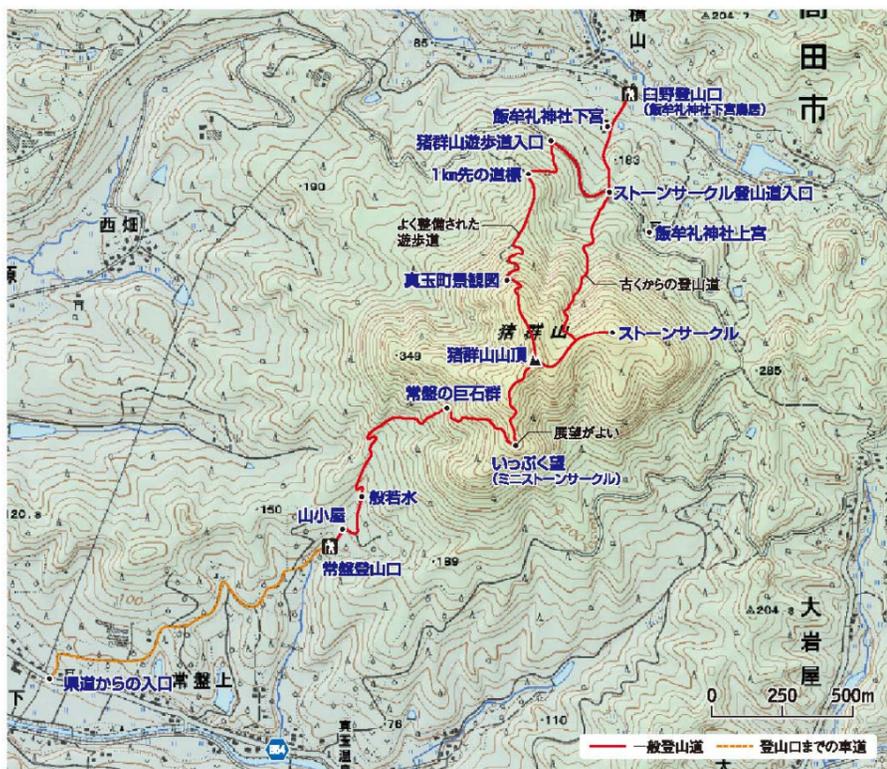
・本紙に掲載した地図を第三者が複製又は使用する場合には、国土地理院の長の承認を得なければならない。

ストーンサークルで知られる神秘の山

猪群山

いのむれさん **458.2m**

豊後高田市真玉にある猪群山は低山ながら西国東で最も目立つ山である。
また、山頂の東にあるストーンサークルは古くから有名で昭和56年には作家の松本清張氏と考古学者の斉藤忠氏が登って話題となった。



1 猪群山山頂



2 ストーンサークル入口にある陰陽石



3 ストーンサークルの中心、神体石

登山ガイド

主な登山口は真玉常盤と白野の両地区にある。
常盤登山口は県道654号沿いにある「猪群山登山道」と書かれたよく目立つ看板から山道を上ったところにある。県道から登山口までは車で5分ほどかかり、突き当りには10台ほど止められる駐車場と真新しいトイレがある。登山口にある山小屋には登山コースの概略図もあるので参考にするとよい。しばらく歩くと般若水という水場があるが、飲用は避けた方が無難だろう。コースの中ほどには常盤の巨石群があり、特に10数メートルの高さの立石と呼ばれる大岩は、巨石群の中心的存在である。巨石群を過ぎると、20分ほどで展望のよいいっぶく望と呼ばれる場所に出る。ここから先は山頂まで傾斜の緩やかな尾根道が続く。山頂は広く、東屋やベンチが設置されている。また、ストーンサークルは山頂から東に延びる道を10分ほど歩いたところにある。一際目立つ神体石を中心として配された巨大な列石は一見の価値があろう。復路は

往路を戻る。
白野地区の登山口は飯牟禮神社下宮の鳥居が目印だ。鳥居をくぐって参道をしばらく歩くと飯牟禮神社下宮につくが、そのまま下宮の左の道を上っていくと今度は上宮の鳥居が現れる。その鳥居を抜けると、車道と交差し、道の反対側にストーンサークル登山道の入口がある。ここからの道は傾斜が急で若干ガレているが、踏み跡は明瞭で迷う心配はまずない。取付きから25分ほどで、山頂とストーンサークルを結ぶ道の中央付近に合流する。このコースは途中のビューポイントは少ないが、最も短い時間で山頂に達することができる。また、登山道の少し西側にはとてもよく整備された遊歩道がある。こちらはルート上に展望の得られる場所もあり、森林浴には絶好のコースだろう。

※白野コースは登りに登山道、下りに遊歩道を使うのがお勧めである。

参考コースタイム

- 【常盤コース】** 常盤登山口-(25)-常盤の巨石群-(15)-いっぶく望-(15)-猪群山山頂-(10)-ストーンサークル-(10)-猪群山山頂-(35)-常盤登山口
- 【白野コース】** 白野登山口-(3)-飯牟禮神社下宮-(5)-ストーンサークル登山道入口-(30)-猪群山山頂-(20)-猪群山遊歩道入口-(10)-飯牟禮神社下宮-(3)-常盤登山口

帰りにひと風呂
最寄り温泉

スパランド真玉
豊後高田市城前156-1
TEL0978-53-4390

奇岩絶峰の岩尾根を歩く

中山仙境

なかやませんきょう **316.9m**

豊後高田市の夷地区に位置する中山仙境は標高こそ低いものの、奇岩絶峰の連なるスリリングな尾根歩きが楽しめる場所だ。
そのため、部分的に危険な箇所もあり、コースのほとんどが細い岩尾根の上を歩いているので、足元が濡れているときなどは登山を見合わせた方がよい。

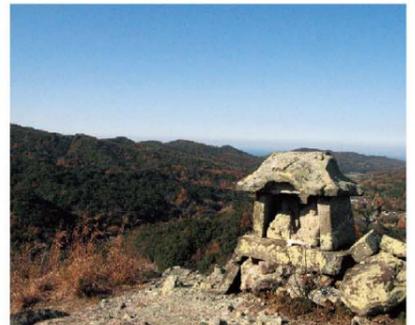


コース上に設置されているロープや鎖はあくまで補助的なもので、安全を保証するものではありません。

登山ガイド

主な登山口は前田登山口(夷谷中山仙境遊歩道入口)と夷耶馬農村公園駐車場の河川プールそばにある登山口があるが、尾根歩きを満喫するなら前田登山口の方から入山しよう。
登り始めからいきなり道の片側が切れているスリリングな場所を歩くが、岩にステップが刻まれていたり擬木の階段が設置されていたりと登山道そのものはよく整備されている。
登山道にはいくつか短い枝道があり、そのほとんどが展望のよい岩峰の上に通じている。また、ルート上には1番から12番まで札所が設けられ、それぞれ素朴な石仏が祀られているので、それを巡るのもよいだろう。登山口

から35分ほど歩くと坊中や小野泊へ下る分岐点があるが、そのまますぐ尾根を進む。分岐をさらに25分ほど行くと、有名な無明橋がある。もちろん歩いて渡るための橋だが、すぐ横に安全な迂回路があるので不安な人はこちらを利用するとよい。無明橋を越えて20分ほどで高城と呼ばれるコース中の最高点到着。ここからの展望はまさに絶景だ。岩尾根歩きが終わると、隠洞穴(かくれうと)を経由する下山路に入る。隠洞穴から林の中を15分ほど歩くと中山仙境下山口に出る。
※前田登山口には駐車場がないので、徒歩15分ほどの夷耶馬農村公園の駐車場を利用するとよい。また、中山仙境下山口から夷耶馬農村公園へは10分ほどでつく。



1 中山仙境 第四番札所



2 無明橋



3 高城(標高316.9m)



4 隠洞穴(かくれうと)

参考コースタイム

- 前田登山口-(35)-坊中・小野泊への分岐点-(25)-無明橋-(20)-高城-(25)-隠洞穴-(15)-中山仙境下山口

帰りにひと風呂
最寄り温泉

夷谷温泉
豊後高田市夷1851-1
TEL0978-54-2995

日本三叡山のひとつに数えられる由緒ある山

西叡山

さいえいざん **571.0m**

豊後高田市小田原地区にある西叡山は登山対象の山としてはあまり知られていないが、天台宗総本山の延暦寺で有名な比叡山と並び日本三叡山のひとつに数えられている由緒ある山である。

かつて、この山には高山寺という六郷満山の惣本山寺があり、京より西を統括していたと言われるほど隆盛を極めていたが、江戸初期に焼失。現在、山の8合目付近にある高山寺は遙かに時を隔てた昭和59年に再建されたものだ。

登山ガイド

県道34号、豊後高田市小田原上村付近から林道落水線を上ると、やがて高山寺の広い駐車場がある。展望に恵まれた駐車場から高山寺の山門をくぐり本堂に向かう右手の車道を登っていくと、4~5分で小田原森林公園遊歩道入口に着く。ここが西叡山の登山口である。



1 西叡山高山寺本堂

遊歩道は全部で4本ありどれを歩いてもよいが、遊歩道1号を往路に、遊歩道2号を復路に使うのがお勧めだ。行程は短く、のんびり歩いても15分程度で山頂に到着することができる。山頂には立派な展望台があるが、山の北側については高山寺境内や駐車場からの展望の方が上だろう。



2 高山寺駐車場からの展望

歩行時間が短いので登山としては物足りないが、手軽にファミリーハイクを楽しむにはよい山である。



※高山寺の境内や駐車場からの展望は絶景で、両子山など国東半島中心部の山をほとんど見渡すことができる。また、駐車場にはトイレも併設されている。

参考コースタイム

- 高山寺駐車場-(5)-小田原森林公園遊歩道入口-(15)-西叡山山頂-(5)-東屋-(5)-小田原森林公園遊歩道入口-(5)-高山寺駐車場

帰りにひと風呂 最寄り温泉

花いろ温泉
豊後高田市美和1335-1
TEL 0978-22-1155

手作り感あふれる登山コースに心和む

尻付山

しりつきさん **587.4m**

尻付山は豊後高田市真玉と香々地の境にあり、このあたりでは一番標高の高い山である。

一風変わった山名は、その昔弘法大師が四国を懐かしんで腰を下ろしたことが由来とも言われている。

登山ガイド

県道654号線、豊後高田市黒土付近から「尻付山入口」と書かれた看板に従って細い山道を北に入り、車で10分ほど進むと道の終点に着く。そこが尻付山の登山口である。登山道は狭く明瞭でない部分もあるものの、いたるところに「登山道」と書かれた手製の道標が取り付けられているので道迷いの心配はまずない。道標に導かれながら結構な勾配の登山道を登っていくと25分ほどで山頂に着く。コース上には残念ながらビューポイントのような場所はないが、広々とした山頂は展望が利き、茅葺の雨宿り小屋や素朴なテーブルもあって居心地がよい。下りは往路を戻る。

また、北東にあるハジカミ山とセットで登られるケースも多く、その場合は西狩場地区か、山を挟んで反対側の小河内地区の登山口から入山し、二本松越を経由して山頂を目指す。



1 尻付山登山口



2 広々とした尻付山山頂



3 尻付山雨やどり小屋



※登山口付近には駐車場がないが、車道の終点から15メートルほど手前に若干道幅が広がっている場所があるのでそこを利用する。

参考コースタイム

- 尻付山登山口-(25)-尻付山山頂-(25)-尻付山登山口

帰りにひと風呂 最寄りの温泉

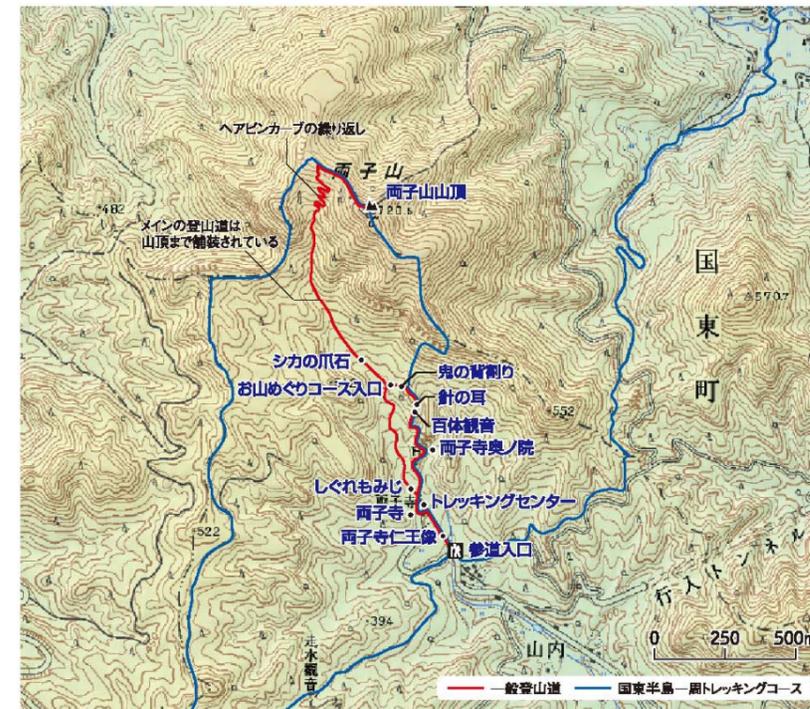
仙人湯
豊後高田市大岩屋46
TEL 0978-53-4001

国東半島の最高峰

両子山

ふたごやま **720.6m**

国東市安岐町にある両子山は名実ともに国東半島の中心と呼べるだろう。半島のほぼ中央部に聳えるこの山から放射状に広がる谷は俗に国東二十八谷と呼ばれ、それぞれが6つにまとまって六郷を形成した。また山の中腹には子授けの寺としても有名な六郷満山総持院・両子寺がある。



登山ガイド

両子山は国東半島の最高峰として半島を代表する山だけにいくつかの登山ルートが拓かれている。それら、いくつかのバリエーションルートは国東半島一周トレッキングの項で後述するとして、ここでは両子寺の境内を通る最も一般的なコースを紹介しよう。

両子寺に到着したら、まずは境内に入る。両子寺の受付を通るには拝観料が必要となるが、登山目的で通行する場合はその半額を入山料として納める。豪華な護摩堂から右に進んで境内を抜けると、沢伝いに伸びた舗装路に出合う。出合う場所の左手にはちょうど両子山七不思議のしぐれもみじがある。ルートはここから山頂までずっと舗装道が続

いている。舗装されているとはいえ、延々と続く上り坂はかなりきつい。途中、お山めぐりコースとして山道に入る分岐があるが、下りで利用することにして、そのまま舗装道を歩こう。延々と続く上り坂をヘアピンカーブを繰り返しながら高度を上げていくと、やがて山頂に到着する。山頂はとても見晴らしがよく、巨大なアンテナ群と展望台がある。

復路は先ほどの3合目付近にあるお山めぐりコースを歩いてみよう。コース中には七不思議の鬼の背割りや針の耳などのポイントがある。やがて、両子寺奥ノ院に続く参道に出るので、そこから両子寺に戻る。



1 両子寺仁王像



2 両子山七不思議のひとつ、鬼の背割り



3 お山めぐりコース入口



4 両子山山頂

参考コースタイム

- 両子寺-(10)-お山めぐり分岐-(30)-両子山山頂-(25)-お山めぐり分岐-(3)-鬼の背割り-(5)-針の耳-(10)-両子寺奥ノ院-(5)-両子寺

帰りにひと風呂 最寄りの温泉

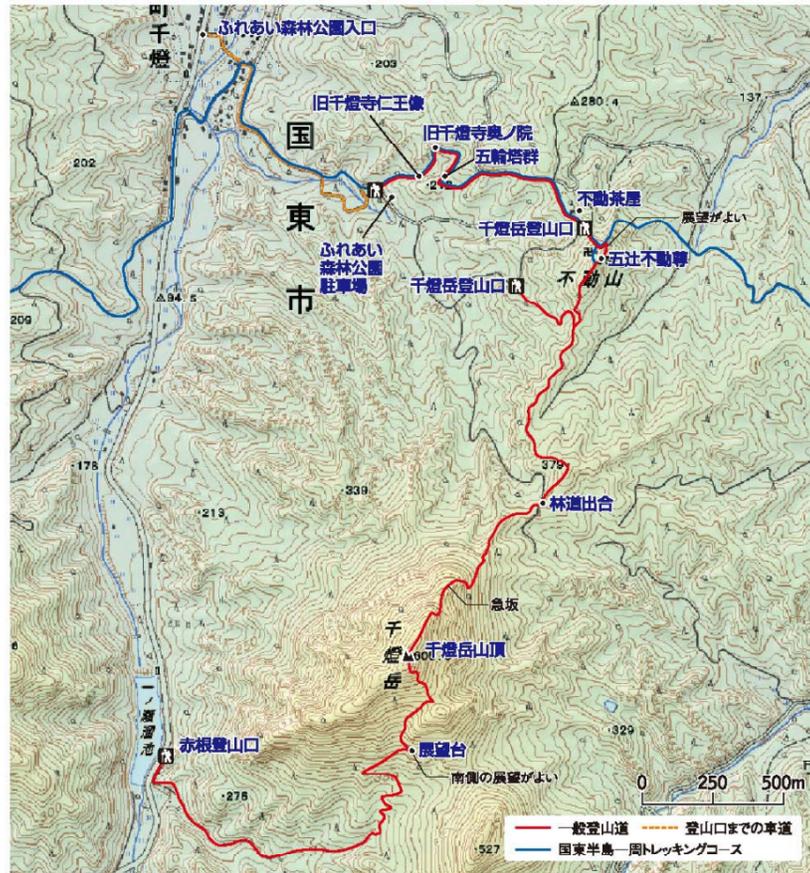
梅園の里
国東市安岐町富清2244
TEL 0978-64-6300

六郷満山の史跡を巡って山頂へ

千灯岳

せんとうだけ 605.8m

国東市国見町にある千灯岳は国見町で最も標高が高く、比較的低山の多い国東半島では登り甲斐のある山のひとつである。麓にはかつて「西の高野山」と呼ばれ六郷満山の中核を成す寺院として栄えた旧千灯寺の史跡があり、境内に残る仁王像や岩窟からは当時の栄華を偲ぶことができる。



1 旧千灯寺跡の仁王像



2 五辻不動尊



3 千灯岳山頂

※千灯岳登山口には大きな駐車場とトイレが設置されている。
※林道出合のそばには普通車なら2~3台分の駐車スペースがある。山頂だけを目指すのならここからスタートしてもよい。

参考コースタイム

旧千灯寺跡-(20)-千灯岳登山口-(10)-
五辻不動尊-(30)-林道出合-(40)-
千灯岳山頂-(25)-展望台-(25)-赤根登山口

帰りにひとやすみ 最寄りの温泉

国見温泉 あかねの郷 湯の里温泉
国東市国見町赤根2064-3 国東市国見町赤根180
TEL0978-82-1571 TEL0978-82-1300

登山ガイド

県道31号、国見町千灯地区からよく目立つ看板を目印にふれあい森林公園へ向かう。道は赤根川を渡ってすぐの場所で左右に分かれ、どちらに行っても千灯岳登山口に辿り着くが、できれば右折して旧千灯寺跡の史跡を巡って行こう。旧千灯寺跡には一枚岩に半肉彫りされた珍しい仁王像や仁聞菩薩の墓と伝えられる国東塔がある。

これらの史跡を通り抜け、さらに舗装路をしばらく歩くとやがて広い駐車場に出る。ここが千灯岳の登山口である。よく整備された遊歩道を登っていくと、10分ほどで五辻不動尊に辿り着く。ここからの展望は絶景で晴れた日には姫島や遠くは山口県まで見渡すことができる。

五辻不動尊を過ぎてしばらくすると分岐点

があるが、千灯岳に行くにはそのまま尾根を進む。途中、林道と交差するが、道のすぐ向こう側に次の取付き点が見えているので迷うことはない。取付きから再び山道に入ると、ここから先が本格的な山歩きとなる。今までのコースと違い、部分的に道の不明瞭な場所もあるので目印のテープ等をよく見ながら山頂を目指そう。林道出合からしばらく急登が続くが、30分ほど登ると道はなだらかに変わり、やがて山頂に至る。

復路は往路を戻すが、反対側の赤根登山口に下山してもよい。こちらは山頂から林道に出るまで擬木の階段が設置されているので道迷いの危険も少ない。また、途中の展望台からは素晴らしい眺望が楽しめる。

古刹に詣で半島第2の高峰へ

文珠山

もんじゅさん 616.2m

国東市国東町、半島のほぼ中央部に位置する文珠山は大分百山のひとつに数えられる山である。その山腹には日本三文殊のひとつである文殊仙寺のほか、柴竹観音、清滝観音といった霊場を擁している。



※清滝観音では飲用可能な清水を得ることができる。
※清滝観音分岐から主尾根までのルートはかなり急な坂道なので地面の濡れているときは特に注意を要する。

参考コースタイム

文殊仙寺駐車場-(3)-文殊仙寺-(5)-
文殊仙寺分岐-(10)-紫竹観音分岐-(5)-
清滝観音分岐-(30)-文珠山山頂-(25)-
清滝観音分岐-(20)-文殊仙寺駐車場

帰りにひとやすみ 最寄りの温泉

いこいの村国東
国東市国東町小原4005
TEL0978-72-4111
ヴィラ・くにさき
国東市国東町小原3204-1
TEL0978-72-2116

登山ガイド

国道213号線の国東町富来からとみくじロードを半島の最奥部に向かうとやがて文殊仙寺の駐車場に至る。ここが文珠山の登山口で、お寺の参道を上がり山門の手前で左に折れるか、駐車場の左側を沢沿いに登っていく。参道を経由する方が若干遠回りになるが、それでも数分でメインの登山道に合流するので、登山前にお寺に参拝しておくことをお勧めする。合流点から10分ほど歩くと、紫竹観音への分岐点に到着する。分岐から紫竹観音までは僅かな距離なので立ち寄ってみてもよいだろう。紫竹観音の分岐から5分ほどで今度は清滝観音への分岐点が見れる。ちなみにこちらも数分で往復できる。文珠山の山頂へはこの分岐を右折するが、若干踏み跡が薄いのでルートを見失わないようにしよう。右に曲がって少し進むと、道は急激に傾斜を増していく。ここからはほとんどの場所に手掛かりのロープがかけられているので道迷いの心配はなくなる。急登に喘ぎながら20分ほど歩くと尾根道に出る。この尾根道に出れば、山頂までは残り10分ほどの距離である。南北に長い山頂は意外に広く、夏場は密生するカヤで視界が遠られるが、その時期以外は特に山の東側の展望に恵まれ、国東の市街地や小門山山頂の鉄塔などがよく見える。復路は往路を戻す。



1 清滝観音との分岐



2 山頂からの展望

なだらかで気持ちのよい尾根歩きを満喫

鷲巢岳

わしのすだけ 436.5m

鷲巢岳は国東市国見町に位置する差別侵食によって形成されたメサ状の独立峰で三方を急峻な崖が囲んでいるが、唯一北側からは緩やかな尾根上の道を登っていくことができる。また、山頂には複数の時代にまたがる鷲ノ巢岳遺跡が、登山口のそばには鬼籠列石という縄文期の環状列石がある。

登山ガイド

県道31号、国見町野田から小道を西に入る。特に目印等がないので入り口が分かりづらいが、ちょうど千灯寺から550メートルほど北進したあたりだ。その後、登山口までに2度三差路にぶつかるが、最初を左に次を右に曲がる。やがて、道の左側に炭焼き小屋が見えてくると登山口は近い。炭焼き小屋を過ぎると、すぐに「鷲ノ巢岳登山道」と書かれた緑色のよく目立つ看板が見えてくる。看板にはさらに500メートル奥に駐車場があると書かれているが、道がとても細いので、ここからは歩いての方が無難である。

看板から5分ほど歩くと、登山口がある。登山口の横には鷲ノ巢岳遺跡の説明板があるので一読しておこう。登山道は開放感のある林の中を通っているのでとても気持ちよく歩くことができる。また、鷲巢岳は登山口から山頂までの標高差が70メートルほどしかないため、道の傾斜もとても緩やかだ。登山口から15分ほどで石造りの大きな大鳥居に到着する。ここからはルート上に遺跡の一部と思われる巨石が目立つようになる。大鳥居から5分ほどで鷲巢岳の山頂に到着するが、そのままさらに南に進むと、巨石の上に弘法大師や魔利支天の石仏がある。さらに少し先にある石室の中には不動明王、愛染明王、役行者が鎮座し、南北に長く伸びた山頂の南端には風天宮が祀られている。この南端からの展望は庄巻で黒木山や中山仙境を望むことができる。下山は往路を戻す。

※登山道は道幅も広く緩やかで危険な場所はないが、道の両端は崖になっているので注意を要する。

参考コースタイム

鷲巢岳登山口-(15)-大鳥居-(5)-鷲巢岳山頂-(5)-大鳥居-(15)-鷲巢岳登山口



1 大鳥居



2 山頂の南にある石室

国東、豊後高田両市にまたがる国東半島一周トレッキングコースは全長約38キロ。いにしへの修験の道、交通網の発達によって失われかけた里道を復活させ繋ぎ合わせた一大トレッキングコースである。コースには目印となるオリジナルの道標が設置されており、両子寺(国東市安岐町)にある道標から順に番号が振られている。

トレッキングコース 1

両子寺 ▶▶▶ 京乱の里 ▶▶▶ 文殊仙寺

距離 約5.9km
所要時間 約4時間

国東半島一周トレッキングコースの起点は両子寺内にあるトレッキングセンターである*1。トレッキングセンターは無人だが、内部には国東半島のジオラマがあり、これから歩くコースを立体的に見ることができる。その他、ルートの見所のパネル写真やトレッキングの諸注意も掲示されているので、ぜひ立ち寄ってほしい。

さて、出発の準備を整え、トレッキングセンターを出たら、まず両子寺の参道を下っていく。山門をくぐり、半島随一の威容を誇る仁王像の間を通過、赤い欄干の無明橋を渡ると、左手に最初の道標(No.01)がある。ここがトレッキングルートの入り口だ。杉林の中を歩いている道は「殿様街道」と呼ばれ、かつて杵築のお殿様が両子寺や文殊仙寺に通った道とされている。やがて25分ほど歩くと、成仏越に出る。ここは別名「殿様の見晴台」ともいい、その名の通り、木々の間から眺望を楽しむことができる。

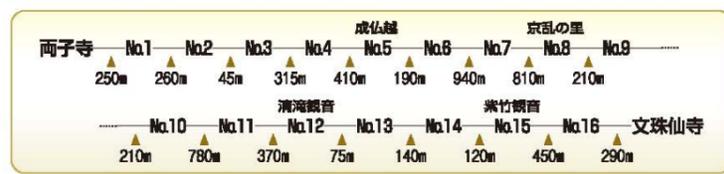
成仏越を過ぎると、一度林道に出て京乱の集落まで舗装路を歩く。京乱の里には立派な宝篋印塔が立ち、その横には自然石に「右たし左きつき」と彫られた昔の道標が今も残っている。その古い道標はこの道が遙かな昔から使われてきた証拠だ。

京乱の里の次は清滝観音。集落を抜け、防火水槽を右手に見ながら舗装された坂道に入り、そのまま清滝観音まで登る。手強い急坂の舗装道の終点が清滝観音だ。この観音堂には千手観音が祀られている。観音堂の下には清水が湧いているので、ここで飲み水を補給できる。

清滝観音から先は再び山道になり、いくら歩かないうちに文殊山の登山道と合流する。

合流点を文殊仙寺方向に下ると、今度は紫竹観音へ向かう分岐が左手に現れる。ここで文殊山の登山道から外れて、紫竹観音の方向へ曲がる*2。里人の信仰が篤い紫竹観音を過ぎると、やがて道は険しさを増していく。差別浸食の生んだ特徴的な岩壁の横をすり抜けたり、足がかりの少ない岩をよじ登ったりするうちに、このコースの中で随一の展望を誇る風神岩の上に出る。ここからの展望は絶景で、また、岩の上にはその名の通り風神様が祀られた祠が立っている。風神岩を過ぎると、あとは文殊仙寺まで下るだけだ。落ち葉の積もった急な下り坂を滑らないように注意しながら文殊仙寺まで下ろう。

*1 トレッキングを目的として両子寺までマイカーで来る場合は、一般観光客の邪魔にならないように駐車すること。
*2 目的地の文殊仙寺にはそのまま登山道を下っても行くことができる。紫竹観音の先にある風神岩付近の岩場は危険な場所もあるので、足下が不安な方は分岐を曲がらずにまっすぐ文殊仙寺まで下った方がよい。



京乱地区の宝篋印塔



清滝観音堂

トレッキングコース 2

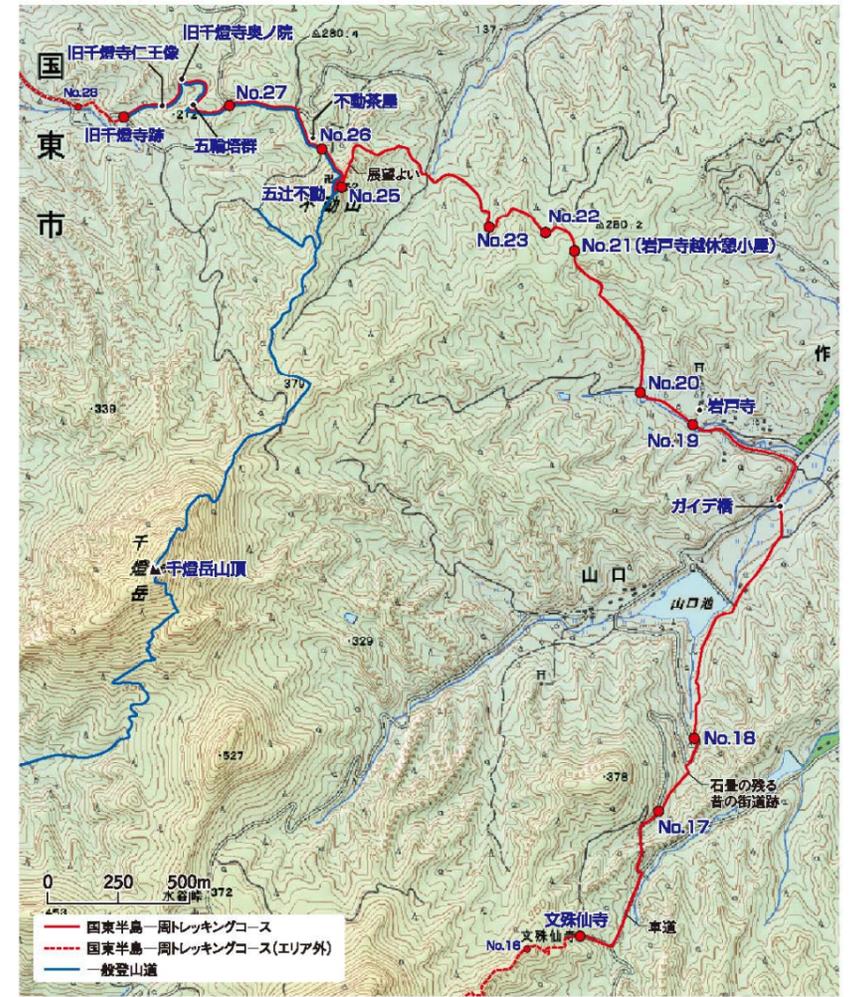
文殊仙寺 ▶▶▶ 岩戸寺 ▶▶▶ 旧千灯寺跡

距離 約5.9km 所要時間 約3時間

文殊仙寺の御本尊は日本三文殊に数えられる文殊菩薩で、12年に1度、卯年に開帳される秘仏である。また、優れた造形で有名な仁王像や国内最大の宝篋印塔など見所も多い。

さて、トレッキングコースはこの文殊仙寺から修正鬼会で有名な岩戸寺へ続く*1。文殊仙寺の参道を下り、そのまま舗装された車道を岩戸寺の方向へ。途中、道標(No.17)がある場所で車道から山道のショートカットに入る。このショートカットは昔の街道らしく今も石畳が残っている。石畳の道を抜けると先ほどの車道に復帰するが、すぐにまた道は2つに分かれている。岩戸寺に至るにはどちらの方向に進んでもよいが、ここは再び車道から離れて右の道をとろう。山口池を左手に見ながら歩道を進むと、やがてガイド橋という小さな石橋が現れる。この橋は国東町の有形文化財となっている。そのガイド橋を渡って、県道544号と合流。そのまま観光案内の標識に従って岩戸寺まで行く。

これでこのコースの前半は終了だ。ここまではほとんど下り坂なので比較的楽な行程だが、岩戸寺から先は今度は登りが主体となる。岩戸寺を出て、舗装林道が途切れるとそこから登り坂の本番だ。杉林の中、ゆっくりと高度を上げていくと、やがて岩戸寺越え休憩小屋が見えてくる。ここでいったん登りは終了。小屋の中にはベンチとテーブルがあるので、一息入れるのもよいだろう。休憩小屋を過ぎてしばらく下ると、道は再び舗装林道に変わる。下り坂の終点で林道を外れて山道へ戻ると、このコースで最もきつい上り坂だ。息つくような急坂を木々に掴まりながら登っていくと、やがて見晴らしのよい岩尾根に出る。天気がよければ、遠くに姫島も見えるはずだ。一度足を止めて、景色を眺めながら息を整えよう。尾根道の最後、鎖の手すり設置された一際細い尾根を登っていくと、やがて五辻不動が見えてくる。五辻不動はまるで軍艦のような不動山の山頂の直下、山肌へばりつくようにして建っている。初めて見る人は



「よくぞ、こんな場所に…」と驚くだろう。お堂は比較的新しく、手すりのある通路から見る眺めはまさに絶景の一言に尽きる。

五辻不動への参拝を終えたら、次は千灯岳登山口の方へ下る*2。この下り坂は擬木の階段が設置されていてとても歩きやすい。登山口に降り立ち、そのまま不動茶屋の横の林道をしばらく行くと、左手に旧千灯寺跡に続く遊歩道の入り口がある*3。旧千灯寺跡には六郷満山の開祖である仁聞菩薩の墓と伝わる国東塔や無数の五輪塔群、一枚岩に半肉彫りされた珍しい仁王像、旧千灯寺奥ノ院など見所が多い。コースの最後、それらの史跡をゆっくりと巡り、古き時代に思いを馳せるのもよからう。

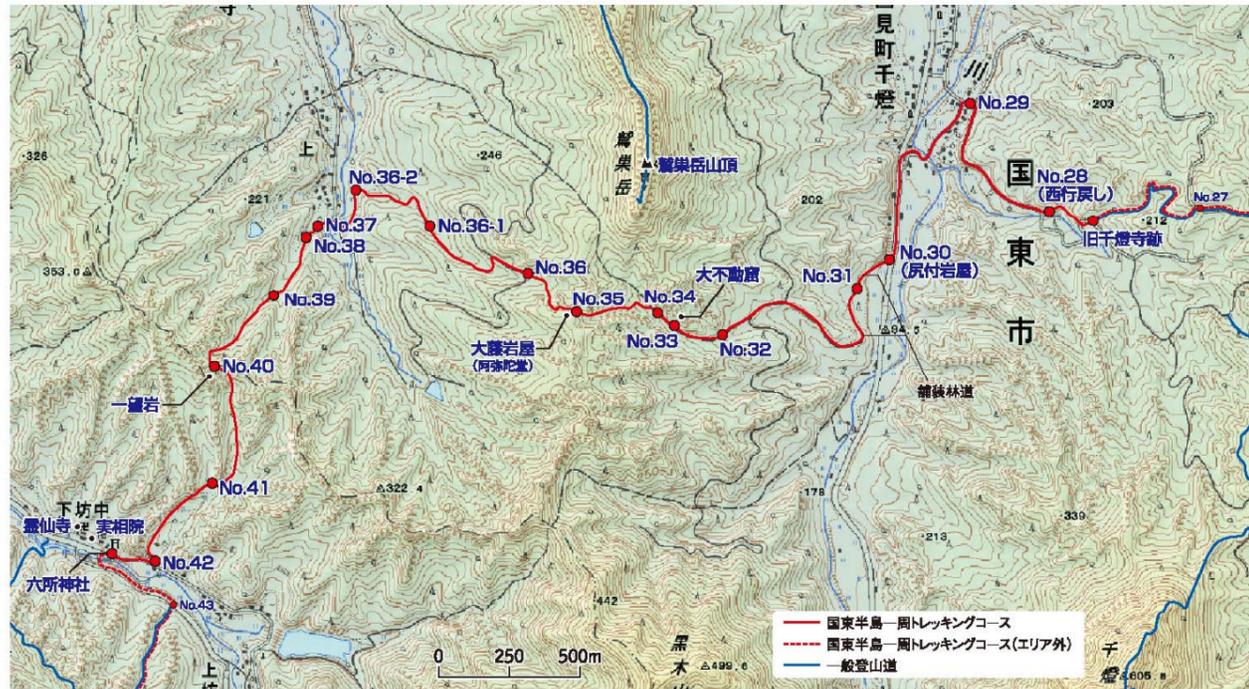
*1 文殊仙寺からスタートする場合の駐車場所は文殊仙寺の駐車場を使わせていただく。
*2 千灯岳登山口にはトイレと水場がある。
*3 不動茶屋は現在、営業されていない。



岩戸寺



千灯寺奥ノ院



トレッキングコース3

旧千灯寺跡

大不動窟

六所神社(夷谷)

距離 約6.3km 所要時間 約3時間

多くの貴重な史跡を見学できる旧千灯寺跡から次に向かうのは、奇峰の並ぶ中山仙境で有名な夷谷である*1。

旧千灯寺跡から西行戻しを経て舗装林道を下っていき、やがて県道31号に出る。県道を南にしばらく下ると、右手に尻付岩屋がある。お堂の中の観音様にお参りして、観音堂の前を通る舗装林道に入る。林道は1キロほどで終点となり、そこからは細い山道となる。獣道のように細い踏み分けをしばらく行くと、「大不動」と書かれた小さな標識がある。トレッキ



ングルートはそのままずっと延びているが、ここはぜひ寄り道をしていこう。標識に従い、わずかな踏み跡を辿っていくと、前方の岩壁に大きな岩屋が口を開けているの見える。ここが大不動窟である。内部は明るく広々としていて、奥の岩壁には風化した石仏が1体鎮座している。ここからの眺めもまた素晴らしい。差別浸食によって形成された荒々しい岩峰が緑の中から何本も突き出ている様はまさに圧巻だ。大不動窟からメインコースに戻り、これまた眺めのよい展望岩を越えて行くと、やがて阿弥陀越に辿り着く。阿弥陀越には朽ちかけた阿弥陀堂があり、このお堂のある岩屋を大藤岩屋という。ここからの下りはかなり急で、特に大藤岩屋直下の岩壁には木製のハシゴがかけられている。大藤岩屋から西方寺に至る道程は途中に一部舗装林道を挟んで細い山道を延々と下っていく。

西方寺の里で一息入れると、次は後野越

の峠を越える。荒れた竹林の坂道を今度はひたすら登っていく。やがて後野越の峠に着くが、この峠道は展望の利く場所がほとんどない。ただし、峠の道標(No.40)の近くには国東半島一周トレッキングの全コース中で最も眺めがよいとされる一望岩への分岐がある。一望岩へは10分もあれば十分往復できるので立ち寄りたところだが、眺めがよい分、危険な場所でもあるので分岐の終点にある一望岩に掛けられたハンゴの状態が心細く感じたときは深く引き返すようにしよう*2。

後野越を過ぎれば、あとは夷谷まで杉林の中を下るだけだ。林を抜け、視界が開ければ、目の前に中山仙境と呼ばれる奇岩絶峰の峰々が広がっている。

*1 旧千灯寺跡からスタートする場合の駐車場は千灯寺登山口かふれあい森林公園の駐車場を使うようにする。
 *2 近年、一望岩へ至るルートは荒れていて大変危険なので、雨天時など足下が濡れているときは絶対に立ち入りしないこと。



尻付観音堂



大不動窟



大不動から絶景を楽しむ



天台宗夷山 実相院

トレッキングコース4

六所神社(夷谷)

中山仙境

無動寺

距離 約7.1km 所要時間 約4時間

夷谷は別名「夷耶馬」とも呼ばれ、瀬戸内海国立公園にも指定されている大分県の名勝だ。コースの起点である六所神社の他、霊仙寺、実相院が並んでいる谷を東夷、反対側の梅の木磨崖仏のある谷を西夷といい、2つの谷の間に屏風のように並んだ岩峰群を中山仙境という。中山仙境といえば、最高点の高城(標高316.9メートル)と無明橋が有名だが、残念ながら、このトレッキングコースではそのどちらも通らない。

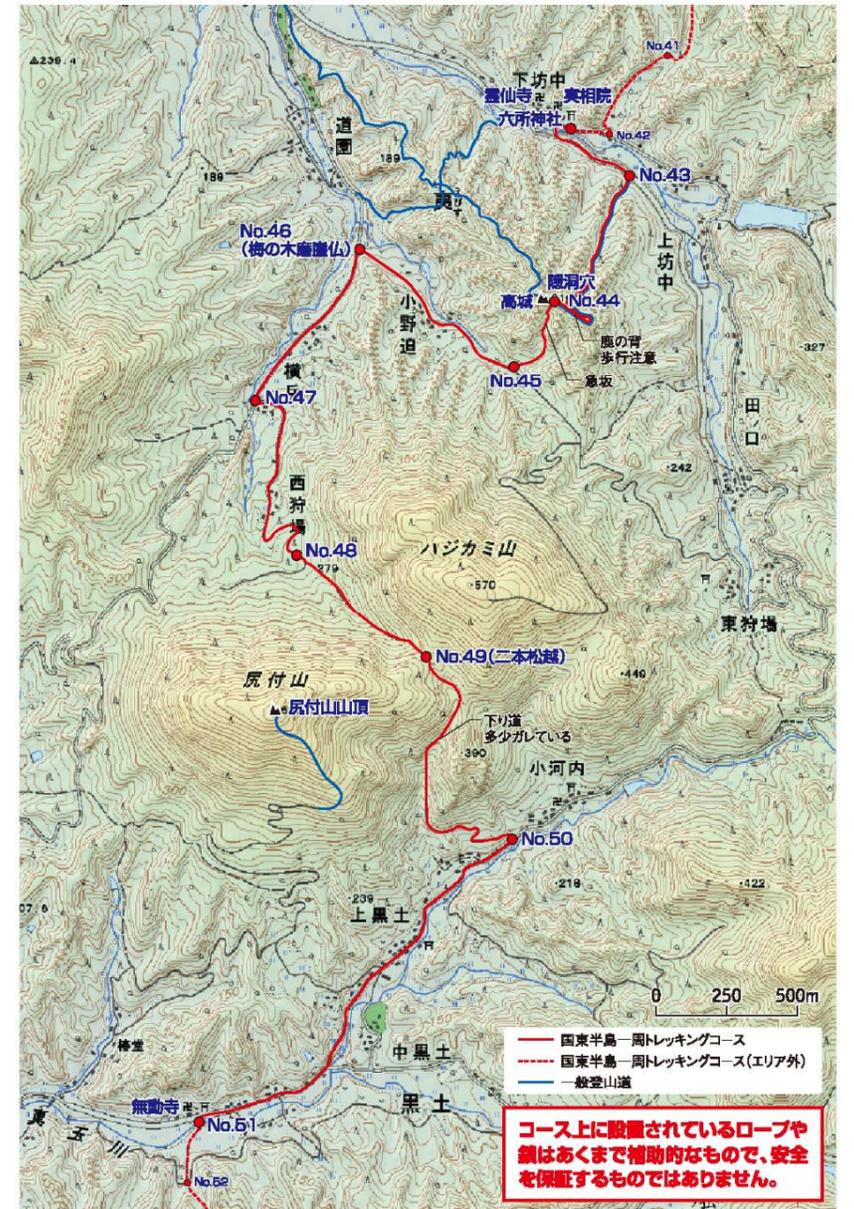
コースはまず、六所神社の前を出発し、夷耶馬農村公園の横にある橋を渡って車道を左に進む*1。しばらく行くと、道の右手に中山仙境下山口が見えてくる。ここから尾根に出るルートは傾斜が急なため登りに使われることは少ないが、トレッキングルートはここを登っていく。息つくような急坂をしばらく行くと、隠洞穴(かくれうと)に至る。

隠洞穴から主尾根へはさらに角度を増した急登となるが、この先はルート上に鎖が設置されているのでわずかながら足への負担は軽くなる。しかし、油断は禁物だ。岩壁に沿った道はとて細く、反対側は崖となっているので、足下には十分注意する必要がある。鎖場が連続する急登をクリアして主尾根に出ると、今度は馬の背と呼ばれる細い尾根道を歩く。ここも道の両側は崖になっているので十分に注意して歩こう。

馬の背を慎重に渡り、鎖のかかった岩のピークを2つほど越えたら、道の左側にトレッキングの道標(No.44)がある。灌木が茂っていてわかりづらいが、道標の示す方向をよく見ると、細い踏み跡があるのがわかる。ここが小野迫への下山ルートである*2。急な斜面にはロープが張られているので、それを手がかりに焦らず少しずつ高度を下げていこう。小野迫の集落に下山したらそのまま車道を右に進むと、やがて県道653号に出る。県道との合流点のそばには梅の木磨崖仏があるのでお参りしていくとよいだろう。

さて、目的地の無動寺まではもうひとつ峠を越えて行かなくてはならない。そのまま県道を

*1 六所神社(夷谷)からスタートする場合の駐車場は夷耶馬農村公園の駐車場が広くて便利だ。
 *2 小野迫方面へ下るルートは、トレッキング道標のさらに先(無明橋を越えた場所)にもあるので、混同しないようにしよう。



南下し、目印の道標(No.47)を左に入れて西狩場の集落から二本松越を目指す。

二本松越はちょうど尻付山とハジカミ山の鞍部にあたり、枯死しているものの二股に分かれた松の巨木がある峠からはその2つの山の頂まで登山道が延びている。コースはその二本松越を越えて反対の小河内地区へ下る。小河内へ下るルートは多少ガレているが、足下に注意すればさほど危険はない。しばらく行くと、舗装林道が現れ、やがて県道653号に行き着く。あとはゴールの無動寺まで緩やかに下っている県道を歩くだけでいい。



中山仙境一馬ノ背を歩く



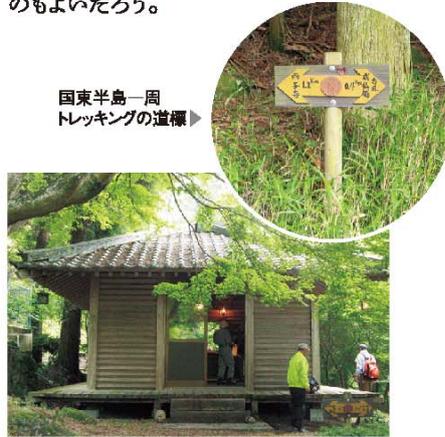
灌木の茂る小野迫への下り口

仏の里国東半島山地一周トレッキングコース

六郷満山に代表される独特な文化や数多くの史跡など国東半島のよさをより深く知ってほしいと国東市安岐町の地域おこしグループ「明日を見つめる『あき21』」が開拓したトレッキングコース。その昔修験者が歩いたとされる行者道、里と里、里と寺を結んだ里道や生活古道を繋ぎ合わせて構成され、コースの総延長は約38キロに及ぶ。コース上には目印となるオリジナルの道標が設置されており、両子寺内にあるトレッキングセンターの前の道標から順番に番号が振られている。2、3日かけてすべてのコースを一気に歩くもよし、本マップで紹介したように好きなコースをいくつか選んで歩くもよし、また各コースの起点終点にある観光スポットや最寄りの温泉施設を行程に組み入れてみたりと、いろいろな楽しみ方ができる。

また、国東市では毎年春と秋の2回、「仏の里国東半島山地一周トレッキング」という

トレッキングツアーも行われている。ルート上には不安定な岩場など危険な場所もあるので、このコースを初めて歩く人や道案内が不安な人はそうしたツアーの利用を検討するのもよいだろう。



両子寺参道横にあるトレッキングセンター

六郷満山峯入り行

六郷満山峯入り行とは、国東半島に点在する天台宗寺院の僧侶によって10年に1度行われるもので、六郷満山の開祖・仁聞菩薩の境地を目指し、半島最高峰の両子山を中心に山深い国東の地に残る仁聞修行の足跡をたどる修験行事である。総延長約150キロの道のりを4日間かけて踏破するこの行は、復興と途絶を繰り返しながら現代へ伝えられ、近年では平成22年に行われた。



問い合わせ先 国東市観光協会 Tel.0978-72-5168



● 国見温泉あかねの郷

千燈岳を望む大露天風呂や、檜の香る内風呂で癒しのひとときを過ごせる。また、旬の食材を使用した料理も好評だ。
 ¥ 大人400円、子ども200円
 住 国東市国見町赤根2064-3
 ☎ 0978-82-1571

● スパランド真玉

毎分400ℓの湯が湧く炭酸水素温泉は泉質もよいと評判。大浴場は露天風呂やジャグジー、ジェットバスなどバリエーションも豊富で家族連れにも人気である。
 ¥ 大人300円、子ども150円
 住 豊後高田市城前
 ☎ 0978-53-4390

● 湯の里温泉(けいせん)

良質な無色透明の硫黄線が豊富に湧き出し、広々とした大浴場で山歩きの疲れを癒すことができる。山海の幸を豊富に盛り込んだ料理も人気。
 ¥ 大人400円、子ども200円
 住 国東市国見町赤根180
 ☎ 0978-82-1300

● 花いろ温泉(健康交流センター「花いろ」)

レトロな雰囲気漂う「豊後高田昭和の町」近くにある市営温泉。湯あがりには量の座敷でのんびりできる。
 ¥ 大人300円、子ども150円
 住 豊後高田市美和1335-1
 ☎ 0978-22-1155

● 梅園の里

大浴場「うめの湯」は、両子山から湧き出す「走水」を沸かした天然ミネラル泉。ジェットバスや打たせ湯、サウナも完備している。
 ¥ 大人300円、高校・中学生200円、小学生100円
 住 国東市安岐町富満2244
 ☎ 0978-64-6300

● 真谷温泉

自然豊かなのどかな山里にある小さな温泉施設。褐色の良質な湯が湧き、遠方からの入浴客も多い。
 ¥ 大人300円、子ども150円
 住 豊後高田市真1851-1
 ☎ 0978-54-2995

● いこいの村国東

黒津崎海岸沿いのオーシャンビューホテル。展望大浴場のセラミック湯では穏やかな海を眺めながら入浴できる。
 ¥ 大人400円、子ども200円
 住 国東市国東町小原4005番地
 ☎ 0978-72-4111

● ほうらいの里 仙人湯

ログハウス風の建物が目印。内湯、露天、サウナを完備し、なめらかな泉質の湯に全身が癒される。
 ¥ 大人300円、子ども180円
 住 豊後高田市大岩屋45-1
 ☎ 0978-53-4001

● ヴィラ・くにさき

オーシャンビューが自慢の展望風呂、心身ともにリフレッシュできる岩盤浴が人気。
 ¥ 大人500円、小学生250円/岩盤浴料金1,300円
 住 国東市国東町小原3204-1
 ☎ 0978-72-2116

● 海門温泉

泉質は含鉄泉。海の近くにあることから潮湯とも呼ばれている。要予約。
 ¥ 大人300円、子ども150円
 住 豊後高田市中真玉1778-8
 ☎ 0978-53-5126

登山帰りに こだわりの御当地グルメ

くにさき銀たち

国内屈指の水揚げ高を誇る国東のタチウオは「くにさき銀たち」というブランドで親しまれている。その身は肉厚で柔らかく、「たち重」や「タチウオ寿司」などで味わうことができる。



くにさき姫だこ

潮流の激しい伊予灘でとれる姫だこ(マダコ)は、引き締まった身に旨みが凝縮されている。刺身をはじめ、唐揚げやカレーなど多彩なメニューで楽しむことができる。

豊後高田そば

地元産のそば粉を100%使った手打ちそば。市内に9つある豊後高田手打ちそば認定店では手打ちならではのツルツルとしたのどごしと食感、そば粉の香りの高さを味わうことができる。



岬かき揚げ丼

豊前海でとれた新鮮な小エビだけを使ったかき揚げ丼。注文を受けてから揚げるので、サクサクとした揚げたての食感を楽しむことができる。

問い合わせ

豊後高田市観光協会 Tel.0978-22-3100
 国東市観光協会 Tel.0978-72-5168