

The Mountains of YUZAWA

# 湯沢の山 ガイドブック

自然満喫!

1 高松岳  
山伏岳

1,348m  
1,315m

2 虎毛山

1,433m

3 神室山  
前神室山

1,365m  
1,342m

4 東鳥海山

777m

5 雄長子内岳

470m

秋田県湯沢市

# 東北地方の中心、湯沢の山

## ～山頂から見渡す雄大なパノラマ～



神室山から望む栗駒山方面の山並み

湯沢市は国道13号で山形県に、国道108号・398号で宮城県に接する秋田県の南玄関口に位置するまちです。県境部の標高1,300~1,400mの山岳地帯は栗駒国定公園に属し、東北地方のほぼ中央に位置する個性豊かな山々が連なります。清流を渡り、うっそうとしたブナの原生林を抜けてその山頂に立てば鳥海山や月山、栗駒山といった東北地方の名峰たちを見渡す雄大なパノラマが広がります。

残雪と新緑の春、さまざまな高山植物が花開く夏、錦の衣をまとう秋と季節ごとに違う表情で迎えてくれる湯沢の山々は決して簡単に登れる山ではありませんが、それ故に急登を克服して山頂に立った時の満足感は格別です。本ガイドブックでは栗駒国定公園に属する3つのエリアと市民に親しまれる里山2山を紹介しています。あなたも「東北地方の真ん中」の山頂に立って雄大なパノラマを思う存分眺めてみませんか。

### ゆざわジオパーク (日本ジオパーク委員会認定)

ゆざわジオパークは約9,700万年前の神室山花崗岩類を基盤とし、幾度とない火山噴火や、長い年月をかけて大地を侵食した水の働きが克明に刻まれたジオサイトが数多く存在しています。(16カ所のジオサイト)

一見するとゆざわジオパークに火山は無いように思われますが、かつて東北の大地を創りあげた火山は今も「見えない火山」として活動を続けています。地中深く息づくこの活動は、当地の豪雪がもたらす豊富な天水と出会い、“湯沢”の名が示すとおりの潤沢な温泉や、小安峡大噴湯のような大地の息吹として地上に姿を現します。それはまさに、「見えない火山」を目の当たりにする瞬間といえるでしょう。

詳細は「ジオサイト案内書」を参照ください

### 登山の後の至福のとき 立寄り温泉情報

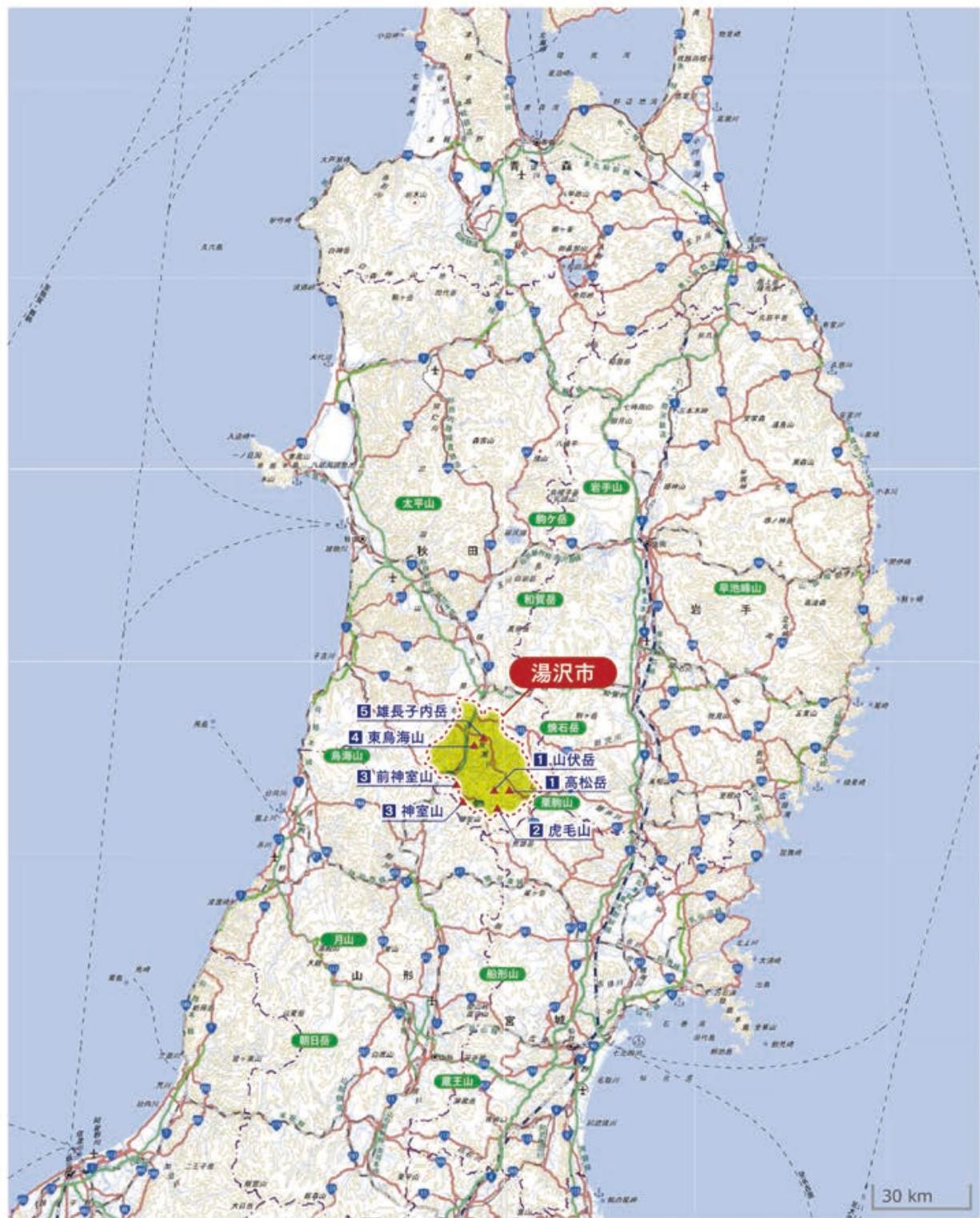
湯沢市には大地(ジオ)の恵みの一つ、温泉が豊富にあります。温泉に浸かって登山の疲れを癒し、リフレッシュ。これもまた湯沢での登山の大きな魅力となっています。

- ①泥湯温泉…高松岳の登山基地
- ②秋の宮温泉郷…高松岳、虎毛山、神室山の登山口に近い
- ③湯ノ沢温泉、ほっと館…国道13号、JR院内駅に近い
- ④小安峡温泉…国道398号沿い
- ⑤番外／川原毛大湯滝…落差約20mの湯滝で滝つぼが天然の露天風呂。野趣溢れる温泉

詳細は「湯沢市観光ガイドブック」を参照ください



# ふかん 東北俯瞰地図



この地図は国土地理院発行の地図画像を使用したものです。



高松岳山頂のミネザクラ、後方は山伏岳

高松岳と山伏岳は約2kmの縦走コースで結ばれ、ふもとを泥湯温泉、秋の宮温泉郷、小安峡温泉、奥小安・大湯温泉など湯沢市を代表する温泉地に取り囲まれています。高松岳と山伏岳の地下近くには巨大なマグマ溜まりがあり、その熱によってたくさんの温泉や川原毛地獄、川原毛大湯滝、小安峡大噴湯、川原の湯っこなどのさまざまな温泉現象を楽しむことができるのです。

また、現在は地熱発電所が1基稼働しているほか、1基が工事中、2カ所が調査中と国内屈指の地熱の宝庫となっています。

高松岳と山伏岳には、それぞれの登山口から登山道があるので単独登山、縦走登山、周回登山と体力や日程によりさまざまな登山コースを組み合わせて登山を楽しむことができます。

さらに、登山の後にひなびた温泉に浸かって汗を流せるのもこの山の魅力となっています。

### 高松岳の山頂はどこ？ 国土地理院地形図と違っています

地形図の高松岳は避難小屋横の標高点1,348m。避難小屋から約300m離れている高松岳山頂は少し低く三角点もありませんが尖鋭的なピークで山頂らしいため先人たちはここを高松岳山頂としたようです。

本ガイドではこの山頂を高松岳と表記しています。

### information



登山適期  
5月下旬～11月上旬



携帯電話情報  
小安岳から高松岳・山伏岳の稜線上は通話可能



高松岳から望む虎毛山



落差約20m、日本一の湯の滝／川原毛大湯滝

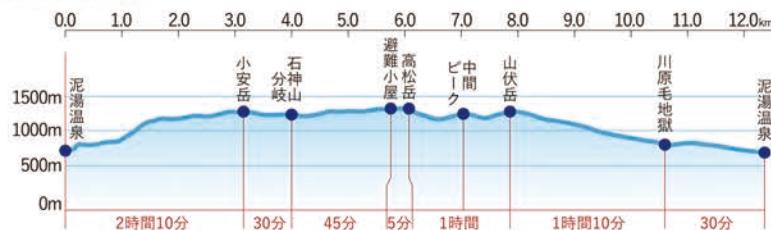
# 1 高松岳・山伏岳

## COURSE

泥湯温泉—高松岳—山伏岳—川原毛地獄—泥湯温泉  
日程／日帰り 時間／6時間10分 累積標高差／1,100m

▶アクセス 須川I.C → 51 → 310 泥湯温泉 → 川原毛地獄

## コースタイム



泥湯温泉横の大きな駐車場を出ると左手に登山口があります。ブナ林の中を小安岳の山腹を巻くように登って行き、やがて小安岳が近づくと水場が現れ、その先に小安岳分岐があります。小安岳からの展望を楽しんだら、小安岳分岐から先は稜線上の道となります。高松岳へは避難小屋の横を左に曲がり約300m、展望の良い山頂からのパノラマを楽しみましょう。

山伏岳へは避難小屋の横から急坂を下り、中間ピークを超えていきます。山伏岳からは広くすそ野を広げる鳥海山と屏風尾根の展望が楽しめます。川原毛口へは下り始めて間もなく滑りやすい道になるので注意して歩きましょう。舗装された道路に出ると川原毛地獄の荒涼とした景色が広がります。



高松岳の登山口／泥湯温泉、2軒が営業しています



日本三大霊地／川原毛地獄、登山口はこの少し先



山伏岳から高松岳を望む。右のピークが山頂



この地図は国土地理院発行の地図画像を使用したものです。

# 1 高松岳・山伏岳

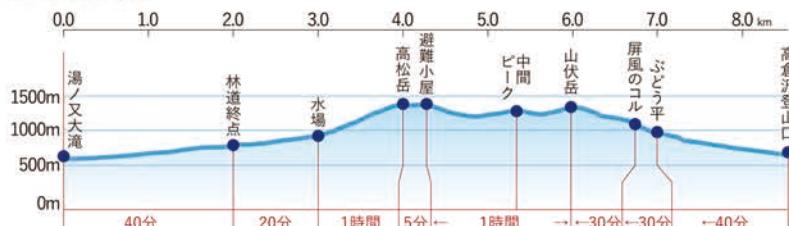
## COURSE

湯ノ又大滝—高松岳—山伏岳—矢地ノ沢

日程／日帰り 時間／4時間10分 累積標高差／916m

▶アクセス 雄勝こまちI.C → 13号線 → 108号線 → 秋の宮温泉郷 → 湯ノ又大滝

## コースタイム



## ▶高松岳／湯ノ又コース

湯ノ又大滝から約2km先まで林道が延びる高松岳への最短コース。前半は朽ちた林道を歩いていきます。小沢を渡る水場を過ぎるとブナ林の急登となります。虎毛山方面の展望が開ける稜線に出ると“鼻こすり”的急登があり、木の背丈が低くなると程なく山頂の末端に出ます。山伏岳へは避難小屋方面に向かいます。

## ▶山伏岳／高倉沢コース

矢地ノ沢集落から指導標に従い林道を進むと終点が登山口。歩き始めは杉の造林地を進みますがやがてブナの林になります。ぶどう平は小さな沢が水場となっており、ここから標高差約150mを一気に登って屏風尾根の屏風のコルに出て。左折してジャンダルム(前衛峰)を越えると山伏岳が正面にそびえています。



落差約40mの湯ノ又大滝の展望台が登山口



ピラミッド型の高松岳山頂



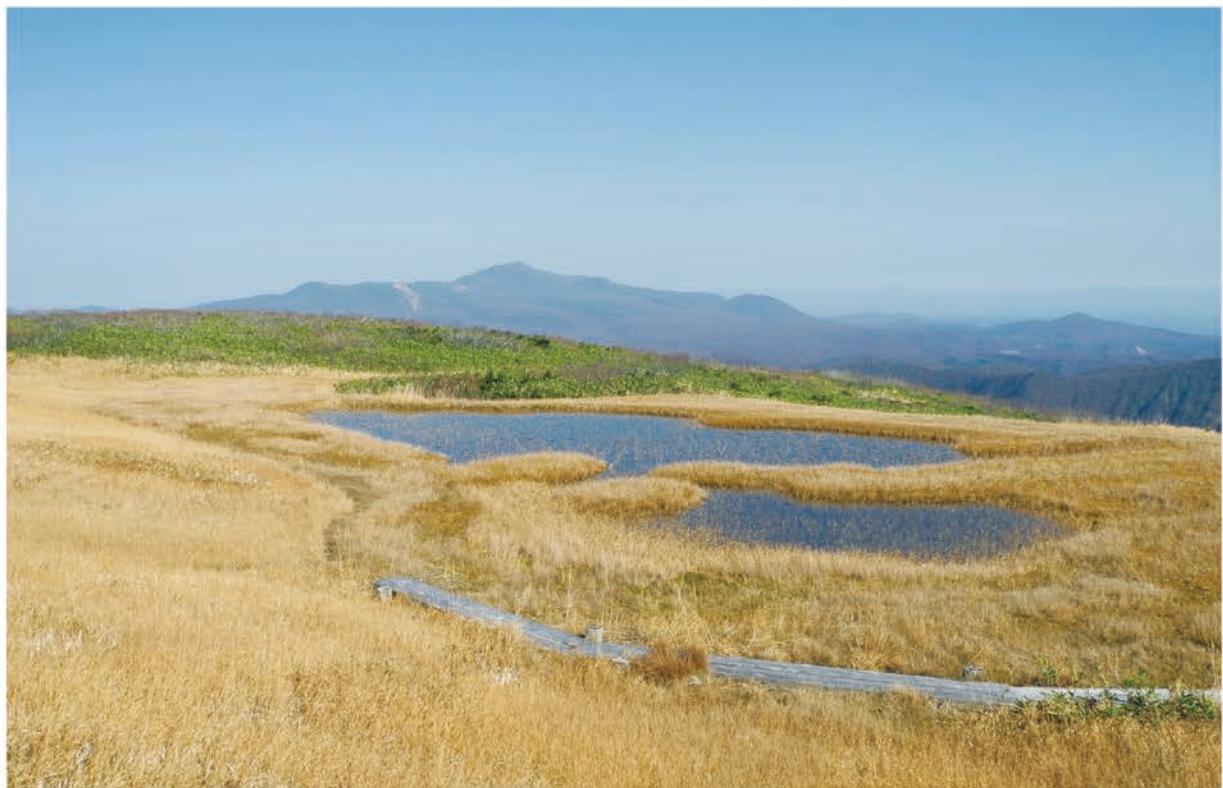
山伏岳山頂から見下ろす屏風尾根



この地図は国土地理院発行の地図画像を使用したものです。

## 2

雲上のオアシス・日本一のトラの山・東北百名山  
**虎毛山** | とらげさん  
 1,433m



山頂湿原の中央にある池塘、後方は栗駒山

虎毛山は山頂部に広い湿原を持つみちのくの名峰です。山肌を走る幾筋もの沢が虎のしま模様に見えることから虎毛山の名前がつけられたといわれています。山頂の南側に広がる湿原は3ヘクタールほどの広さがあり中央部にいくつかの池塘が点在して栗駒山の秀麗な姿を映しています。雪解けと同時にヒナザクラ、チングルマ、イワイチョウが咲き誇る山上の楽園は“雲上のオアシス”と呼ばれています。周囲の灌木帯にムラサキヤシオ、サラサドウダン、ウラジロヨウラク、ハンサンシャクナゲなどの花が彩りを添えています。

秋になれば湿原全体が黄金色に色づき、まるで毛皮を敷き詰めたかのようになりますので、できるだけ早朝に出発して、山頂で過ごす時間をたっぷりとるのが虎毛山を楽しむコツです。



雪消えとともに開花するかれんな高山植物／チングルマ



虎毛山の名花／サラサドウダン  
6月に標高約1,000m以上で見られます



国道108郷に立つ案内標識

### information



登山適期  
5月下旬～11月上旬



携帯電話情報  
山頂付近は通話可能

### 「トラ」のつく山ベスト10

1	虎毛山	1,433m	秋田
2	虎子山	1,183m	滋賀
3	虎ヶ峰	790m	和歌山
4	虎捕山	706m	福島
5	寅巳山	446m	栃木
6	虎丸山	410m	香川
7	虎石山	404m	熊本
8	虎伏山	275m	大阪
9	虎星山	255m	長崎
10	虎御前山	220m	滋賀

## 2 虎毛山

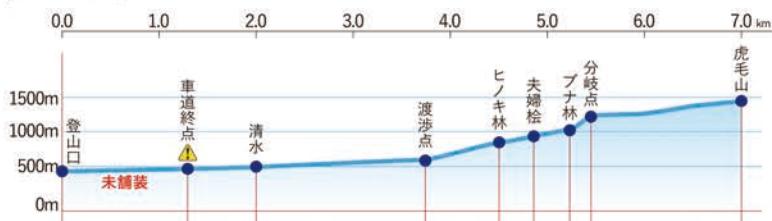
### COURSE

#### 登山口—渡渉点—虎毛山

日程/日帰り 時間/7時間 累積標高差/963m

▶ アクセス 雄勝こまちI.C → 13 → 108 → 秋の宮温泉郷 → 虎毛山入口 → 虎毛山登山口

### コースタイム



### ▶ 虎毛山／赤倉沢コース

登山口から赤倉沢沿いに歩き、枝沢の崩落地を慎重に進んで、渡渉点で一休み。橋を渡ってから高松岳分岐点まで標高差約600mを登る急登となります。ヒノキ林、夫婦松、ブナ林などが休憩ポイント。分岐点で一休みし、少し進むと虎毛山のドーム形や虎毛沢の向こうに高松岳も見えてきます。

約100段の階段を越えるとやがて緩やかな道となり、神室連峰や鳥海山のパノラマを楽しみながら避難小屋の三角屋根が見えてくれば山頂はすぐ。避難小屋の横を通り抜けると山頂の三角点があります。さらに進むと山頂湿原の向こうに広くすそ野を広げる栗駒山がそびえています。湿原の中に延びる木道を進むと池塘が現れ、栗駒山を水面に映す光景が見られます。

### 注意

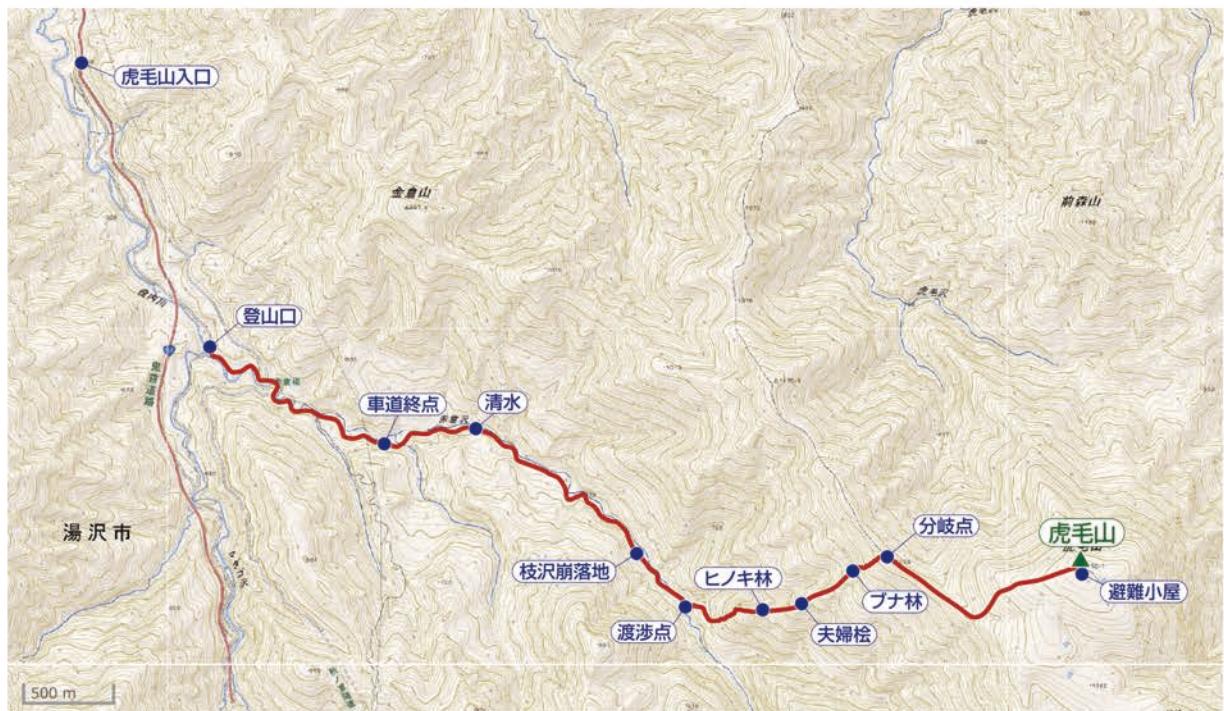
登山口から1.2km先の車道終点までは道幅が狭く、普通車以上は入れません(軽自動車のみ通行可能)



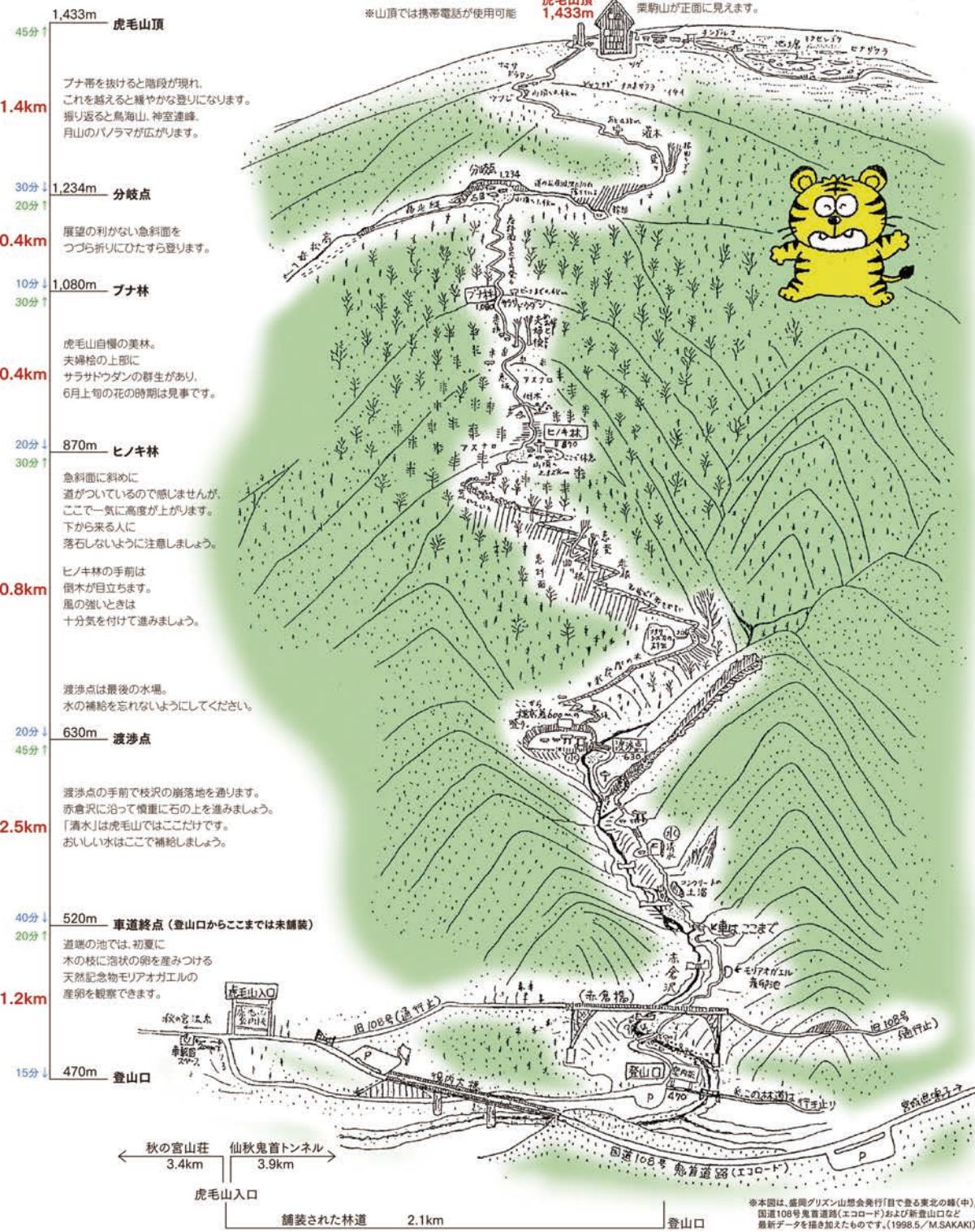
分岐点の先から望む虎毛山のドーム。秋の紅葉も素晴らしい



2012年に新築された虎毛山避難小屋。一部二階建てで20名ほどが利用できます



この地図は国土地理院発行の地図画像を使用したもの。



## 3

みちのくの小アルプス・日本二百名山・花の百名山

## 神室山

かむろさん  
1,365m

## 前神室山

まえかむろさん  
1,342m

窓ぐりで灌木のトンネルを抜けると、迫力ある神室山東面が現れます

秋田県と山形県の県境に位置する神室山は北端の前神室山から南端の八森山(山形県最上町)まで続く神室連峰の主峰です。山岳信仰の聖地として古くから登られ、坂上田村麻呂が修験者の靈場として開山したと伝えられています。登山道(参道)に点在する古堂や地名、ふもとの集落に伝わる番楽などからも往時がしのばれます。南北に延びる神室連峰は、冬季における積雪量が多く、主稜線では東側に巨大な雪庇<sup>ヤマガラ</sup>ができ、その雪崩や雪解け水などにより稜線の東側の侵食が著しく、深く険しい渓谷となり、東西非対称山稜を形成して1,300m級の山とは思えない高度感でそびえています。「みちのくの小アルプス」と呼ばれる神室山は日本200名山に名を連ねています。また、「花の百名山」にも山頂部のミネザクラで選ばれていますが、キヌガサソウこそが神室山の花だという声も聞かれます。神室山には秋田、山形双方から登山コースが整備されていますが、日帰りで周回登山が楽しめることから、西ノ又コースを登ってパノラマコースを下山する秋田県側の役内口からの登山コースを利用する人が多いようです。ただし、神室山と前神室山の間には分岐点が3カ所があるので間違えないように注意してください。神室連峰北端の前神室山は朝日連峰の主峰“大朝日岳”をほうふつとさせる堂々とした姿でそびえ、山頂からの展望は連峰随一です。

## information



## 登山適期

5月下旬～10月下旬



## 神室山避難小屋

0233-22-2111(新庄市商工観光課)  
神室山山頂から西に5分下った所にあり、バイオトイレのある二階建てで40名が利用できます。(水場あり)



## 携帯電話情報

主稜線上はおおむね通話可能



第1渡渉点のつり橋。一人ずつ渡ってください

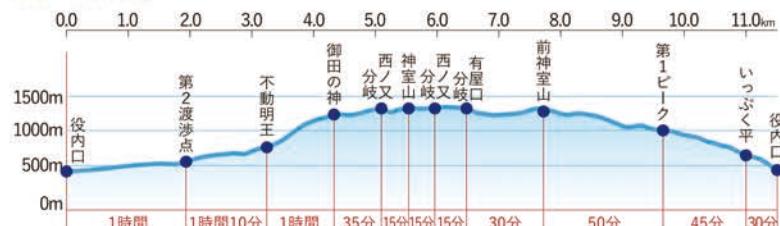
### 3 神室山・前神室山

#### COURSE

西ノ又コースー神室山ー前神室山ーパノラマコース  
日程／日帰り 時間／7時間10分 累積標高差／1,272m

▶アクセス 雄勝こまちI.C → 13 → 108 → 旧中山小学校前 → 神室山登山口

#### ▶コースタイム



#### ▶神室山／西ノ又コース

古くから使われている修験の道。西ノ又沢沿いに第1(つり橋)、第2(つり橋)、第3の渡渉点を越えて胸突八丁坂の急登で一気に高度を上げ、御田の神を経て主稜線に出る変化に富んだ登山コースです。「御田の神」上部に秋田県が絶滅危惧種に指定する日本最大規模のキヌガサソウ群生地があります。清楚な花は6月中旬が見ごろ。

#### ▶前神室山／パノラマコース

前神室山頂から北に延びる展望の良い稜線を歩くコース。いきなりの急坂を登り「いっぷく平」で一息、痩せた稜線を第1・第2・第3のピークを越えて前神室山頂に立てば西ノ又源流の急峻な谷を隔てて、高松岳～栗駒山～虎毛山～神室連峰の雄大な景観が広がり、振り返ると鳥海山と丁山地、横手盆地の展望が美しい。



胸突八丁坂の急登を超えると前神室山が見えます



第3渡渉点にある三十三尋の滝。神室山修験者はこの滝で身を清めたと伝えられています。第3渡渉点は飛び石伝いに沢を渡り、石に付けられた○印に従って進みます。雨天の増水時には注意が必要



御田の神のニッコウキスゲ



気品漂う神室山の名花キヌガサソウの花



主稜線に咲くハクサンシャクナゲ



神室山から前神室山に向かう縦走路

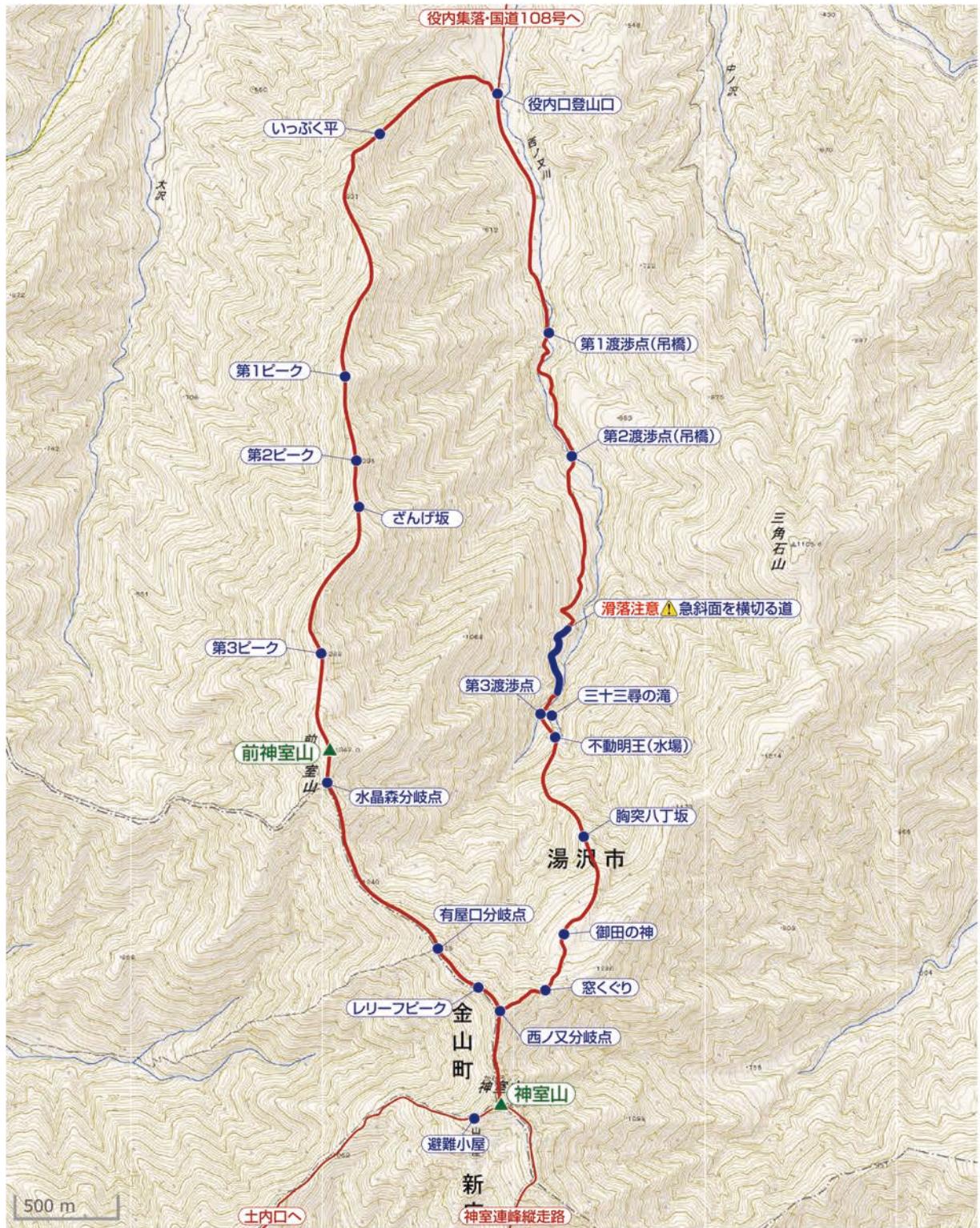


国道108号に立つ案内標識



役内口登山口／西ノ又コースとパノラマコースの分岐点、駐車場になっています。

### 3 神室山・前神室山

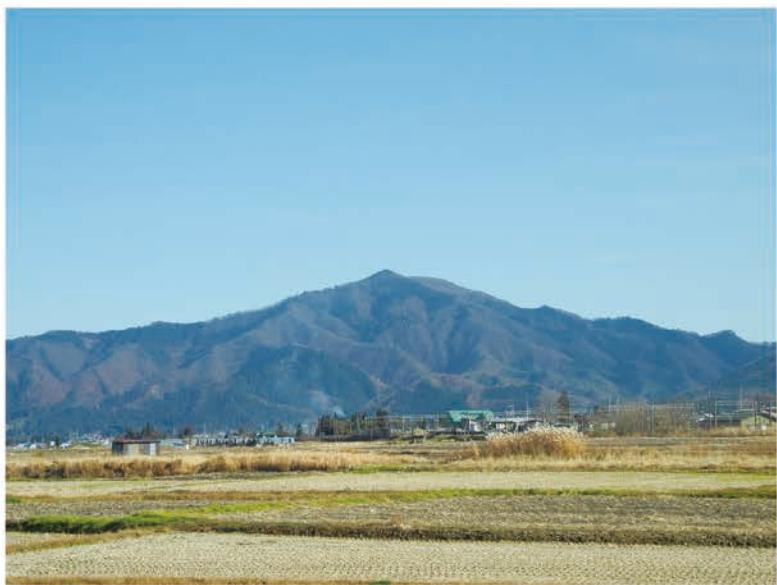


この地図は国土地理院発行の地図画像を使用したものです。

## 4

# 菅江真澄も訪れた信仰の里山 東鳥海山 | ひがしちょうかいさん

777m



JR横堀駅付近から望む東鳥海山

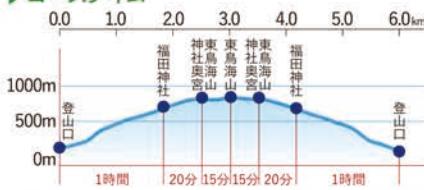
## COURSE

## 二の鳥居—福田神社—東鳥海山神社—東鳥海山

日程／日帰り 時間／3時間 累積標高差／542m

▶ アクセス 須川I.C → フルーツライン → 登山口

## ▶ コースタイム



看板は果樹園の並ぶフルーツライン沿いにあります



山頂手前から俯瞰する湯沢市の市街地



この地図は国土地理院発行の地図画像を使用したものです。

東鳥海山は須川地区にあり権現山と呼ばれ親しまれている里山。山頂に祭られている東鳥海山神社の創設は古く延暦20年(801年)に坂上田村麻呂が戦勝祈願のために創建されたと伝えられています。

須川I.Cから東鳥海山のすそ野を走るフルーツラインを北上すると、右手に東鳥海山参道入口と写真の案内板が現れます。果樹園を通り過ぎ登山口となる二の鳥居には駐車スペースがあります。しばらく杉林の林道を進み、やがて山道となってつづら折りに登って小さな祠のある尾根に出ます。この先、二つ目の祠「福田神社」裏手で関口からの林道に接します。参道と林道のどちらを登っても山頂に至ります。

参道を進むと杉木立の中に苔むした石段が現れ、登り切った所が東鳥海山神社の奥宮です。山頂は神社の先で林道と合流して進んだ先にあります。山頂からは北側の展望が開けています。

## information

登山適期  
5月下旬～11月上旬携帯電話情報  
福田神社より上は通話可能

東鳥海山神社奥宮



東鳥海山神社里宮



雪晴れの雄長子内岳。地元では「三吉山」と呼ばれ親しまれています

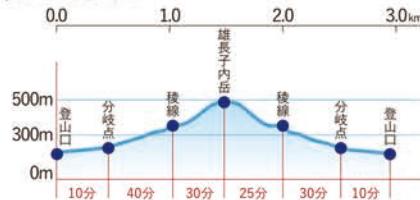
COURSE

登山口—三吉神社—雄長子内岳

日程/日帰り 時間/2時間30分 累積標高差/295m

▶アクセス 湯沢I.C → 398 → 山谷トンネル → 登山口

▶コースタイム



※注意

分岐点の先で木材運搬の作業道で登山道が不明瞭になっています。  
小さな沢を右に見て進むと登山道にでます。



この地図は国土地理院発行の地図画像を使用したもので

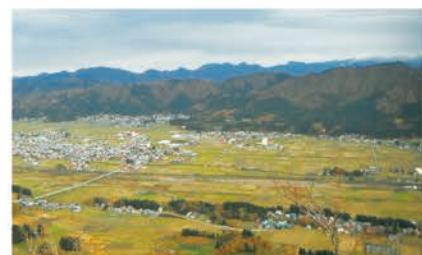
湯沢I.Cから国道398号を小安峡温泉方面に向かい稻川地域に入ると、西に特異な姿の雄長子内岳が見えてきます。三梨小学校近くで清水小屋橋を渡り、稻川克雪管理センター前から雄長子内岳に向かって進んだ先の赤い鳥居の三吉神社が登山口。神社の横に駐車できます。

畑の脇を通り、分岐点を左折して小さな沢に沿って杉林を登っていき、周囲が雑木林に変わってくるあたりで右に曲がると稜線に出ます。

ここから赤松の茂る急登となり、一気に高度を上げ、露岩のある山頂の末端に出ます。



山頂に立つ三吉神社の奥宮



山頂から見下ろす稻川地域のパノラマ



登山口の三吉神社の里宮。神社の横と赤枠の場所に駐車できます※登山口の道には駐車しないよう注意

information



登山適期  
5月下旬～11月上旬



携帯電話情報  
全域通話可能



# 快適なトレッキングを楽しむための ワンポイントアドバイス

天候の変わりやすい山を歩くには、動きやすい服装と、しっかりとした準備が必要です。  
さあ、準備が整ったら、爽やかな大自然の中をじっくり歩いてみましょう！



## 歩き方

- ▶かかとからではなく足の裏全体を地面につけながら歩くと疲れにくいです
- ▶目安として1時間に1回の休憩を。休憩の取り過ぎも疲れの原因になります
- ▶登りより下りの方が難しく危険度も高いです
- ▶日帰り登山は夏場は午後4～5時、秋は午後3時には下山が完了するように計画を立てましょう。木が茂っている山中では日が傾くと暗くなるのが早く、何が起きるかわからないので大変危険です

## マナー

- ▶ゴミは持ち帰りましょう
- ▶火気禁止
- ▶登りが優先
- ▶ペット同伴禁止
- ▶基本的に石などは落とさないようにしましょう
- ▶落石をした時は大きな声で「ラクッ！」「落石！」と危険を知らせましょう

## 持ち物

雨具(上下セパレートがお薦め)

救急薬品

高カロリー食品

ビニール袋

懐中電灯・ヘッドライト

水筒、手袋



トレッキングポール

足への負担を軽減してくれるのだと便利です。

トレッキングシューズ

楽しくトレッキングするために、自分に合った靴を履いていきましょう。疲れてしまうとせっかくの楽しさが半減します。

## 春～秋の標準装備



ツバのある帽子

日射病や紫外線帽子に必要です。

長袖シャツ

虫にさされたり木の枝に触れたりしたときけがを防止します。下にシャツを着ていれば、暑いときは脱げばOK。体温調節には気を付けて。

パンツ・スパッツ

そそが汚れにくいもの、収縮性のあるものを選びましょう。

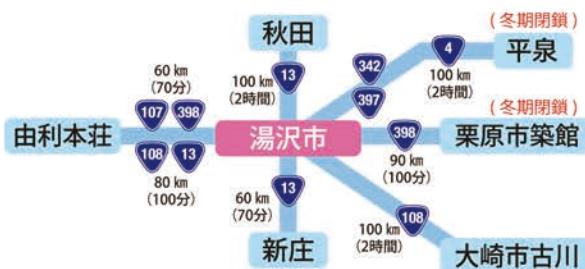


# 交通アクセス

## 湯沢マップ



## 一般道路



## 高速道路



## お問い合わせ

### 観光情報

湯沢市産業振興部 観光・ジオパーク推進課

TEL／0183-55-8180 FAX／0183-79-5057

〒012-8501 秋田県湯沢市佐竹町1番1号

E-mail／kanko\_geo@city.yuzawa.lg.jp

### 山情報

湯沢山岳会・酒樹

TEL／080-5220-4958

平成28年7月作製