読めないまち。書けないまち。
でも、記憶に残るまち。宍粟（しそう）

【宍粟市 観光・体験・歴史ガイド】

しそう 森呼吸（しんこきゅう）の旅

宍粟へ出発！

CONTENTS

P1-2	特集「森林セラピー」
P3-4	見る
P5	体験する
P6	宍粟50名山
P7-8	遊ぶ
P9-10	宍粟の歴史
P11	花・紅葉カレンダー
P12	イベントカレンダー
P13-14	広域マップ

読めないまち。書けないまち。でも、記憶に残るまち。宍粟（しそう）

宍粟市は兵庫県中西部に位置し、面積は琵琶湖と同程度の６５８・６㎢で、兵庫県内では豊岡市に次いで２番目の広さを有しています。東西方向に32㎞、南北方向に42㎞も広がる広大なエリアの約９割を森林が占め、「しそう森林王国」と呼ばれるほど豊かな自然にあふれています。

県下を代表する清流である一級河川の揖保川や日本の名水百選の千種川を始め、福知渓谷、赤西渓谷、音水渓谷等の景勝地、日本の滝百選の原不動滝、かおり風景百選の千年藤、１００万本の花菖蒲と四季折々の花々を楽しめる播州山崎花菖蒲園、西日本有数の紅葉スポットとなった最上山もみじ山など豊かで美しい自然資源や風景が、四季折々の風情を織りなしています。

交通においては、市の中心部から神戸・大阪までは高速道路を利用すると片道約90分と、日帰りでも楽しめる位置にあります。

この森呼吸の旅を片手に、自然あふれる宍粟へお越しください。

発行元：しそう観光協会
〒671-2558 兵庫県宍粟市山崎町上比地 374
TEL. 0790-64-0077　FAX. 0790-64-5011

特集

～森と共に生きるまち 宍粟～

癒しの森で深呼吸 森呼吸（しんこきゅう）の旅

【森林セラピーとは】

癒し効果が科学的に検証された「森林浴効果」で、森を楽しみながらこころと体の健康維持・増進、病気の予防を行うことを目指します。

宍粟市は現地と都会で比較実験を行い、癒しの効果・病気の予防効果が科学的に認められ、平成27年春に兵庫県で初の森林セラピー基地に認定されました。

セラピープログラム

セラピーロードを森林散歩しながらプログラムを実施し、こころとからだをリラックスさせます。

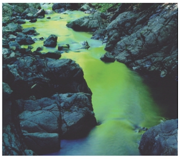
セラピーロード 県立国見の森公園

兵庫県立国見の森公園 C-8

「実りの森」「教科書の森」「花の谷」など様々な自然に親しむことができます。山頂（標高465m）には展望台があり、天気が良ければ瀬戸内海を見ることができます。

■所在　山崎町上比地374

セラピーロード 赤西・音水渓谷～原不動滝周辺



音水渓谷 C-3

渓谷の奥深い谷間には、樹齢200年以上の天然杉が残っています。2本の違う渓流が同じ滝壺へ落ちる明神滝まで（渓谷入口から約2㎞）は気軽に行くことができ、新緑・紅葉とも美しい渓谷です。

■所在　波賀町音水

赤西渓谷 B-3

ケヤキ・カエデの木が多く、新緑の季節にはつややかな緑、秋は辺りを赤く彩り、紅葉の終わりには、落葉が川面を紅く染めます。ゆるやかな渓谷に沿って走る林道は、ハイキングコースに適しています。NHK大河ドラマ「軍師官兵衛」のタイトルバックの撮影が行われました。

■所在　波賀町原

【問合せ】 公益財団法人 しそう森林王国協会　☎0790-64-0923

地図はP13・P14

「見る」 雄大な自然を感じる！

01

もみじ祭り

01.原不動滝 B-4

日本の滝100選にも選ばれた名瀑で、男滝と女滝の2つの滝が1つの滝壺に落ちていくことから恋愛成就の「幸せの滝」と言われています。遊歩道が整備されており、吊橋から滝を眺めることができます。
11月上旬にはしそう波賀もみじ祭りが開催されます。

■所在　波賀町原
■問合せ　0790-75-2355（楓香荘）

02

見頃
4月下旬～5月上旬

藤まつり

02.大歳神社　千年藤 C-8

天徳4年（960年）に植えたと伝えられ、兵庫県の指定文化財（天然記念物）に指定されています。幹回りが約3.8mもある大木から枝が四方に伸び、境内一面に広がる藤棚は約500㎡にも及びます。
4月下旬から5月上旬の開花期には約1m以上の花房が垂れ下がり、境内を埋め尽くす様は壮観です。
平成13年には環境省の「かおり風景100選」にも選ばれました。
5月上旬には藤まつりが開催されます。

■所在　山崎町上寺122
■問合せ　0790-64-0077（しそう観光協会）

地図はP13・P14

地図はP13・P14

03

見頃
11月中旬～11月下旬

もみじ祭り

03.最上山公園 もみじ山 C-8

普段は静かな公園も紅葉が始まると周囲を真っ赤に染め上げ、大勢の人で賑わいます。11月下旬には、最上山もみじ祭りが開催されます。

■所在　山崎町元山崎
■問合せ　0790-64-0077（しそう観光協会）

04

05

06

07

04.ちくさ高原ゆり園 A-3

標高1,000mの爽やかな高原で、遊歩道を散策しながら200万輪のゆりを鑑賞することができます。

■所在　千種町西河内1047-218
■開園期間　7月中旬～8月下旬
■営業時間　9:00～17:00（土日祝 8:00～17:00）
■入園料　大人1,000円 ／ こども500円
■電話　0790-76-3555

05.播州山崎 花菖蒲園 B-4

播州山崎の山あいに自然の地形を生かして造られた回遊式の花庭園です。
4月には水仙、5月にはシャクナゲ、アヤメ、6月には花菖蒲、アジサイなどが咲き誇ります。

■所在　山崎町高所621
■開園期間　4月～6月
■営業時間　9:00～18:00（入園は17:00まで）
■入園料　5月末まで：大人500円 ／ こども250円
　　　　　6月　　　：大人800円 ／ こども400円
■電話　0790-62-7727

06.福知渓谷 E-5

ひょうご風景100選

関西の風景100選、ひょうご風景100選に選ばれ、春の新緑、夏の清涼、秋の紅葉、冬の雪景色と渓流美を魅せてくれます。
平成21年の水害により甚大な被害を受けましたが、地元自治会やボランティアの力により景観美が取り戻されています。

■所在　一宮町福知
■問合せ　0790-64-0077（しそう観光協会）

07.本谷のミツマタ E-6

県道8号線の坂の辻峠付近の道路沿いにある西播磨花の郷にも認定されている名所。
スギ林の中の急斜面にミツマタが群生しており、球状に集まった小花からは甘い香りが漂います。

■所在　一宮町東河内
■問合せ　0790-64-0077（しそう観光協会）

大自然の中でヨガ体験
08

千町岩塊流（くじら岩）

08.千町ヤケノ小屋 F-5

宍粟市一宮町にある総合体験施設。
施設周辺にはおよそ260万年前の氷期が繰り返し訪れた時代にできた周氷河地形と呼ばれる「千町岩塊流」があります。大自然の中での活動には絶好の場所です。

■所在　一宮町千町
■問合せ　0790-72-1000（一宮市民局）

地図はP13・P14

地図はP13・P14

「体験する」 楽しさ発見！

ミニモノレール
01 山頂展望台

01.兵庫県立「国見の森公園」 C-8

毎週土日には豊かな自然を利用した体験プログラムを開催しています。楽しみながら「森」「植物・生き物」「水」「エネルギー」のことをより深く知り考えてみましょう。山麓と山上を結ぶ森林学習軌道（ミニモノレール）があり、誰もが気軽に山上へアクセスできます。（要予約）

■所在　山崎町上比地374
■開園時間　9:00～17:00
■電話　0790-64-0923
■休園日　月曜日（祝日の場合は翌日）
　　　　　12月29日～1月3日
＊入園料・駐車場・ミニモノレール　無料

手漉き和紙体験

02.播州ちくさ手漉和紙工房 B-4

■所在　千種町河内533-1
■営業時間　10:00～17:00【要予約】
■電話　0790-76-3716
■URL　http://www1.winknet.ne.jp/˜chikusawasi/
■定休日　不定休

「文化財の補修にも使用される最高級雁皮紙」

日本名水100選、兵庫県千種川源流の水を使用するこだわりの手漉和紙（雁皮紙）づくりが体験できます。

02

ブルーベリー狩り

03.道の駅 みなみ波賀 C-5

■所在　波賀町安賀8-1
■期間　7月上旬～8月下旬
■電話　0790-75-3999
■URL　http://www.haga-net.co.jp

ブルーベリーソフトが人気!

りんご狩り　ブルーベリー狩り

04.フルーツパークみちの丘 C-3

■所在　波賀町原560-1
■期間　8月下旬～11月下旬
■営業時間　9:00～17:00
■電話　0790-75-3600（原不動滝観光組合）

地図はP13・P14

目指せ! 完全登破! チャレンジ宍粟50名山

兵庫県内の千メートルを超える山々の約半数が存在する宍粟市。
しそう森林王国の象徴とも言える「宍粟50名山」では数々の巨樹・銘木が登山者を出迎えてくれます。
しそう森林王国の名にふさわしい大自然をご堪能ください。

宍粟50名山
宍粟50名山
巨樹・銘木マップ
宍粟50名山ガイドブック・マップ
宍粟の巨樹・銘木マップ

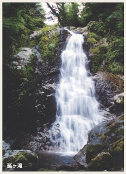
赤谷山

氷ノ山登山

段ヶ峰

千町のミズナラ

三室の滝


延ヶ滝

宍粟50名山一覧

1 氷ノ山（三ノ丸）	1,464m	11 竹呂山	1,129m	21 日名倉山	1,047m	31 笛石山	895m	41 宮山（山崎）	646m
2 三室山	1,358m	12 三国平	1,128m	22 大甲山	1,035m	32 水剣山	872m	42 花咲山	638m
3 後山	1,345m	13 三久安山	1,123m	23 笠杉山	1,032m	33 水上山	862m	43 長水山	585m
4 船木山	1,334m	14 荒尾山	1,108m	24 黒尾山	1,025m	34 高峰	845m	44 宮山（一宮）	514m
5 赤谷山	1,216m	15 長義山	1,106m	25 東山	1,016m	35 五蔵山	791m	45 篠ノ丸	512m
6 波佐利山	1,192m	16 段ヶ峰	1,103m	26 大段山	966m	36 日ノ原山	789m	46 高取山	490m
7 植松山	1,191m	17 杉山	1,088m	27 三辻山	962m	37 行者山	787m	47 国見山	465m
8 ダルガ峰	1,163m	18 阿舎利山	1,087m	28 銅山	954m	38 岩谷山	733m	48 城山	458m
9 千町ヶ峰	1,141m	19 暁晴山	1,077m	29 深山	908m	39 笠ヶ城山	669m	49 禅師山	434m
10 藤無山	1,139m	20 一山	1,064m	30 空山	901m	40 母栖山	654m	50 南山	431m

■問合せ　（公財）しそう森林王国協会　■電話　0790-64-0923　■URL　http://www.shiso.or.jp/

完全登破者には認定書を発行します。 スタンプ台帳をしそう観光協会までご持参ください。

地図はP13・P14

酒蔵見学

05.老松酒造 C-8

■所在　山崎町山崎12
■営業時間　8:00～17:00【要予約】
■電話　0790-62-2345
■定休日　老松カレンダーによる

明和5年（1768年）創業以来240余年の歴史を有する。

酒蔵見学

06.山陽盃酒造 C-8

■所在　山崎町山崎28
■営業時間　8:00～17:00【要予約】
■電話　0790-62-1010
■定休日　第2、4土・日・祝（会社カレンダーによる）

天保8年創業

地図はP13・P14

スキー・スノーボード

04.ばんしゅう戸倉スノーパーク C-2

国道29号線沿いでアクセス抜群!!
家族みんなで遊べるキッズパラダイス、上級者向けの振り子沢ゲレンデ、ボーダーにはたまらないスロープパラダイスなど魅力がいっぱい。

■所在　波賀町戸倉207
■営業時間　毎年12月下旬～3月中旬 8:00～17:00
■電話　0790-73-0324
■URL　http://www.bansyu-tokura.com/
■定休日　営業できる状態であれば無休

スキー・スノーボード

05.ちくさ高原スキー場 A-3

変化に富んだ5つのコースで初級者から上級者まで楽しめます。幻想的なカクテルナイターは夜11時まで。

■所在　千種町西河内1047-218
■営業時間　平日8:30～17:00、土・日・祝日8:00～17:00、
ナイター営業は23時まで!
■電話　0790-76-3555
■URL　http://www.chikusakogen.com/
■定休日　シーズン中無休

宍粟のキャンプ場

くるみの里 C-2

コテージ・オートキャンプ・デイキャンプ・バーベキュー・芝生広場・運動場・体育館
■所在　波賀町鹿伏175-10　■電話　0790-73-0348

コテージ「みちの丘」／原不動滝キャンプ場

コテージ・デッキキャンプ・オートキャンプ・デイキャンプ・バーベキュー
■所在　波賀町原560-1　■電話　0790-75-3600

東山オートキャンプ場
D-4

東山コテージ村／東山オートキャンプ場

コテージ・オートキャンプ・デイキャンプ・バーベキュー
■所在　波賀町上野1799-6　■電話　0790-75-2717

福知デイキャンプ場 E-5

デイキャンプ・バーベキュー
■所在　一宮町福知1804　■電話　0790-74-0606

楓香荘オートキャンプ場 C-4

オートキャンプ・デイキャンプ・バーベキュー・ドッグラン
■所在　波賀町原625　■電話　0790-75-2355
■URL　http://www.fuukasou.com/autocamp/

川遊び・魚のつかみ取りもできる!!

●その他のキャンプ場

スポニックパーク「国見の丘山荘」
■所在　一宮町東市場1090-3
■電話　0790-72-1331

ロクロシキャンプ場
■所在　一宮町東公文4-2
■電話　0790-72-0805

山崎アウトドアランド
■所在　山崎町小茅野538-37
■電話　0790-65-0666

ちくさ高原キャンプ場
■所在　千種町西河内1047-218
■電話　0790-76-3555

地図はP13・P14

「遊ぶ」

宍粟満喫！

カヌー　他

01.音水湖カヌークラブ C-3

山と緑に囲まれた湖でカヌーにチャレンジ!
クラブハウス内には更衣室・シャワー（有料）完備。
初めての方にはカヌーレッスンもおすすめです。【要予約】

■所在　波賀町引原328-44
■営業時間　9:00～17:00（土・日・祝日・夏休み期間中）
■電話　0790-73-0335
■定休日　12月～3月

SUP

シャワークライミング

SUP
（スタンドアップパドルサーフィン）
サーフボードの上に立ったままオールを使ってパドルします。目線が高く、今までにない世界を体験できます。

シャワークライミング
山を流れる谷や沢のキレイな水に体を浸しながら上流へ向けて遡る日本独特の水遊びです。

渓流釣り

鮎の友釣り発祥の地

02.揖保川漁業協同組合 D-7

「しそう」の春の訪れは「アマゴ釣り」から! 揖保川の本流や支流では、毎年3月1日から渓流の女王アマゴ釣りが楽しめます。また、アユの友釣り発祥の地とされる清流「揖保川」では、天然アユの溯上が見られることや、30センチ級の大物が多く釣れることで、京阪神や姫路、岡山方面からの釣り客で賑わいます。ぜひ一度、大アユとのバトルをお楽しみ下さい。

■所在　山崎町五十波1013
■入漁期間　アマゴ釣り：3月1日～9月30日
アユ竿釣り解禁日：5月26日
■電話　0790-62-6633
■URL　http://www.ibogawa.net/

ひらかれた川
揖保川漁業協同組合

ゴルフ

03.
アイランドゴルフガーデン千草 C-5

ビギナーにやさしく、ベテランを悩ませる大胆で戦略的にもタフな挑戦しがいのある18ホールを味わってください。

■所在　千種町鷹巣24-2
■電話　0790-76-3333

地図はP13・P14

『播磨国風土記』編纂1300年

奈良時代に編纂された『播磨国風土記』によると、宍粟市が位置する地域は7つの里をもって宍禾郡（しさはのこおり）として建郡され、風土記に記された播磨の国の開拓神「伊和大神」の本拠地である伝説と神話のふるさとです。また、古代からの遺跡や伝統的な祭り、伝説なども多く残されています。

08.播磨国一の宮「伊和神社」 D-6

室町時代の『峯相記』には、土地の有力者である伊和恒郷に夢告があり、居宅の西の野にスギ・ヒノキの生い茂った森が出現し、その中に2羽の鶴が北を向いて眠っていたことから、それにならって社殿を北向きに造営したと記録されており、本殿裏手にある「鶴石」がその場所であるといわれています。

■所在　一宮町須行名407　■電話　0790-72-0075

「宍粟の歴史」

悠久の歴史にふれる

05.波賀城史蹟公園 D-5

街道を眼下に望む波賀城は、羽柴秀吉が播磨を制圧した時に、北の守りの拠点だったのではないかと考えられています。現在は山麓から山頂の城郭に至る遊歩道が整備され、夜間にはライトアップも行われます。また、近くには茅葺き屋根の古民家が移築され、「波賀歴史伝承の家」として昭和初期以降の民具などを展示しています。

■所在　波賀町上野2-51
■電話　0790-75-3688（波賀文化創造センター）

黒田官兵衛ゆかりの城跡を巡る

01

02

03

04

01.篠ノ丸（ささのまる）城跡 ■所在　山崎町横須　C-8

赤松円心の次男貞範が築城したと伝わる山城で、室町時代前期頃には西播磨守護代所が置かれました。戦国時代末期の天正12年(1584)、黒田官兵衛は羽柴秀吉から宍粟郡を与えられ、同15年に豊前国に移封されるまで領有しました。『黒田家譜』によると官兵衛は山崎の城に居城したとありますが、この篠ノ丸城が山崎の城にあたるのではないかと考えられています。また、官兵衛次男熊之助がここで出生したともいわれています。

02.長水（ちょうずい）城跡 ■所在　山崎町宇野・五十波　C-7

赤松円心の三男則祐が築城したと伝わる山城です。戦国時代には赤松氏の一族である宇野氏の拠点となり、城下もある程度整備されたようです。天正8年(1580)5月、羽柴秀吉の播州征伐によって当主宇野祐清一族は城を脱出するも討ち取られたと伝わっています。ただ、祐清の子は後に筑前黒田家に仕官し、命脈を今に伝えています。

03.塩田城跡 ■所在　山崎町塩田　B-7

山崎町の西部、菅野地区塩田の尾根上に築かれた山城。江戸後期の播磨の地誌『播磨鑑』には、天文12年(1543)から天文14年(1545)までの間、黒田官兵衛の主人・小寺政職が居城していたと伝えられています。近くには、小寺家ゆかりの寺院との伝承をもつ明證寺(みょうしょうじ)があります。

04.聖山（ひじりやま）城跡 ■所在　山崎町須賀沢　D-8

揖保川東岸の愛宕(あたご)山上に築かれた山城。天正8年に羽柴秀吉が、対岸の篠ノ丸城や長水城に籠もる宇野氏を攻めたとき、この城を攻略して本陣を置いたとされています。黒田官兵衛もこのあたりに陣所を設けたのではないかと考えられています。

06

07

06.波賀歴史伝承の家　C-5

■所在　波賀町上野164-6
■電話　0790-75-3688(波賀文化創造センター)

07.山崎藩陣屋門(紙屋門)　C-8

山崎城は姫路城主池田輝政の四男・輝澄によって元和元年(1615)に築城されましたが、延宝七年(1679)に本多家が1万石で入封してからは陣屋となりました。本丸正面に立つ陣屋門は山崎藩陣屋の現存する唯一の遺構で、建造資金を寄付した有力な町人・紙屋の名をとって通称「紙屋門」と呼ばれています。

■所在　山崎町鹿沢
■電話　0790-74-8855(宍粟市歴史資料館)

やまさきまち歩きガイド　要予約
山崎城跡周辺の歴史や文化をガイドと一緒に歩いて巡ります。まちを歩いて新たな魅力を発見してみませんか。

地図はP13・P14

09

10

11 家原遺跡

11 宍粟市歴史資料館

12 天児屋鉄山跡

12 たたらの里学習館

09.御形（みかた）神社　E-4

『播磨国風土記』にも地名の由来が記される三方地区の総鎮守。祭神は葦原志許乎命。大永7年(1527)に造営された本殿は、三間社流れ造り、桧皮葺き、朱を基調とする極彩色に彩られ、昭和42年には国の重要有形文化財に指定されています。春には兵庫県固有種で非常に珍しい品種の「正福寺桜」が見られます。

■所在　一宮町森添280　■電話　0790-74-0013

10.庭田神社　D-6

伊和大神が食料の乾飯を川に浸して柔らかくなるのを待っているとカビが生え、この飯から酒を醸造させて酒宴を開いたという伝承が残っています。その霊跡を称えて奉ったのがこの庭田神社であり、近くの「ぬくゐ川」と呼ばれる川が日本で初めて酒を造った場所といわれています。

■所在　一宮町能倉　■電話　0790-72-0315

11.家原（えばら）遺跡・宍粟市歴史資料館　E-5

一宮町北部の三方盆地を一望できる河岸段丘上には、縄文時代から中世にかけての大規模な複合集落跡である「家原遺跡」が存在しています。現在、この遺跡は公園として整備され、中世の館などの建物が復元されています。また、公園内にある歴史資料館には旧一宮町内の遺跡から発掘された考古資料や、江戸時代の古文書資料等が展示されており、古代から連綿と続く宍粟の歴史文化の一端を知ることができます。

■所在　一宮町三方町633　■電話　0790-74-8855

12.天児屋（てんごや）鉄山跡・たたらの里学習館　A-3

宍粟市を代表する江戸時代の製鉄遺跡で、近世の城郭を思わせる豪壮な石積みは圧巻。たたらの里学習館では、たたら製鉄の歴史や工程を、模型や図表等で紹介しています。

■所在　千種町西河内1048-38　■電話　0790-76-3833

たたらの里ちくさガイド　要予約
たたらの歴史、製鉄の技術など分かりやすく説明します。

＊ガイドの申し込みはしそう観光協会まで＊
しそう観光協会ホームページより申込書をダウンロードし、利用日の2週間前までにFAXまたはメールにてお申し込みください。

地図はP13・P14

花&紅葉カレンダー

花&紅葉カレンダー	春 3月	春 4月	春 5月	夏 6月	夏 7月	夏 8月	秋 9月	秋 10月	秋 11月	冬 12月	冬 1月	冬 2月
水芭蕉（ちくさ湿原）		**										
クリンソウ（ちくさ湿原）			*	**								
りんごの花（原観光りんご園）		*	*									
桜（夢公園）		*										
桜（家原遺跡公園）		**										
桜（音水湖）		*										
桜（一宮町西深）		**										
正福寺桜（御形神社）		**										
ツツジ・スイセン（播州山崎花菖蒲園）		***										
千年藤（大歳神社）		*	*									
シャクナゲ・アヤメ（播州山崎花菖蒲園）			***									
ハナショウブ・アジサイ（播州山崎花菖蒲園）				***								
ベニバナ（山崎町上ノ下）				*	**							
ゆり（ちくさ高原ゆり園）					**	***						
ソバの花（一宮町福田）							*	*				
コスモス（山田石垣の棚田）								***				
モミジ（ちくさ高原・鍋ヶ谷渓谷）								*	*			
モミジ（家原遺跡公園）								*	**			
モミジ（原不動滝）								*	**			
モミジ（赤西渓谷）								*	**			
モミジ（音水渓谷）								*	**			
モミジ（長源寺）								*	**			
モミジ（東山フォレストステーション波賀）								*	**			
モミジ（福知渓谷）								*	**			
モミジ（最上山公園もみじ山）									**			
イチョウ（岩上神社）									**			
本谷のミツマタ（一宮町東河内）	***	*										*

クリンソウ（ちくさ湿原）

りんごの花（原観光りんご園）

桜（音水湖）

桜（一宮町西深）

長源寺　C-3

音水湖畔の高台に佇む長源寺は、平安時代に征夷大将軍、坂上田村麿の一子氏助公が、参拝者の繁栄と、揖保川流域の水の恵みを願って、観世音菩薩と弁財天を祭祀された伝説を起こりとし、祈りの寺として現在に至っています。また、豊臣秀吉が鳥取城攻略の際に立ち寄り、沓(くつ)を脱いだとされる「太閤石」もあります。

境内、本堂　拝観自由
■所在　波賀町引原328
■電話　0790-73-0402

紅葉橋（原不動滝）

イチョウ（岩上神社）

地図はP13・P14

4月	1日	シャクナゲ園開園	播州山崎花菖蒲園
	中旬	葉わさび山菜祭り	道の駅みなみ波賀
	中旬	葛根腰痛地蔵花まつり	土万ふれあいの館
	下旬	揖保川アマゴ釣り大会&ファミリーアマゴ釣り教室	揖保川流域
	下旬~	山崎ウォーキング&ウォッチング	宍粟市山崎町山崎地区周辺
	下旬~	楓香荘春のミニウォークラリー	楓香荘周辺
5月	上旬	藤まつり	大歳神社
6月	1日	花菖蒲園開園	播州山崎花菖蒲園
7月	中旬	ちくさ高原ゆり園開園	ちくさ高原
	下旬	原不動滝 川まつり	原不動滝公園キャンプ場
	下旬	妙見夏祭り	千種小学校
	下旬	音水湖カヌー祭り	音水湖カヌー競技場
	上旬~下旬	ブルーベリー園開園	道の駅みなみ波賀 フルーツパークみちの丘
8月	上旬	夏まつり土曜夜店	一宮市民局駐車場
	上旬	波賀ブルーベリーまつり	道の駅みなみ波賀
	13日	山崎納涼夏祭り	夢公園
	中旬	はが祭り・波賀花火大会	波賀市民局駐車場
	26日	伊和神社 風鎮祭	伊和神社
	下旬	原観光りんご園 開園	フルーツパークみちの丘
9月	上旬	揖保川大鮎バトル	宍粟市内の揖保川
	上旬	しそう波賀城 観月会	波賀文化創造センター
	23日	くにみまつり	県立国見の森公園
10月	中旬	棚田の灯り	一宮町東河内山田
	中旬	山田の里石垣まつり	山田グラウンド
	15日・16日	伊和神社秋季大祭	伊和神社
	下旬	ちくさふれあいフェスタ	栄々人来(ええとこ)(大通り広場)
11月	3日	いちのみやふるさとまつり	スポニックパーク一宮
	上旬	福知渓谷清流もみじ祭り	福知渓谷周辺
	上旬	しそう波賀もみじまつり	楓香荘駐車場
	上旬	土万ふれあい農業文化祭	土万ふれあいの館
	上旬	田毎の里 ふくだ収穫祭	東河内健康センター
	下旬	最上山もみじ祭り	最上山公園『もみじ山』
12月	上旬	自然薯まつり	道の駅みなみ波賀
	中旬	ちくさ高原スキー場オープン	ちくさ高原スキー場
	下旬	ばんしゅう戸倉スノーパークオープン	ばんしゅう戸倉スノーパーク
1月	1日	初日の出登山	フォレストステーション波賀 日名倉山 県立国見の森公園
	1日	新春凧あげまつり	一宮保健福祉センター
	中旬	SHISO SNOW BATTLE	ちくさ高原スキー場
2月	上旬	ばんとく雪まつり	ばんしゅう戸倉スノーパーク
3月	1日	揖保川・千種川アマゴ釣り解禁	揖保川・千種川全域
	上旬	ちくさ高原雪まつり	ちくさ高原スキー場
	下旬	特産わさび寿しまつり	土万ふれあいの館

※日程、場所などは予告なく変更になる場合があります。

腰痛（こしいた）地蔵　B-7

お参りするときに新しいわらぞうりをはいてご本尊の石を踏み、使ったぞうりは誰もはかないように鼻緒を切っておくとご利益があるのだそうです。

■所在　山崎町葛根

山崎納涼夏祭り

伊和神社 風鎮祭

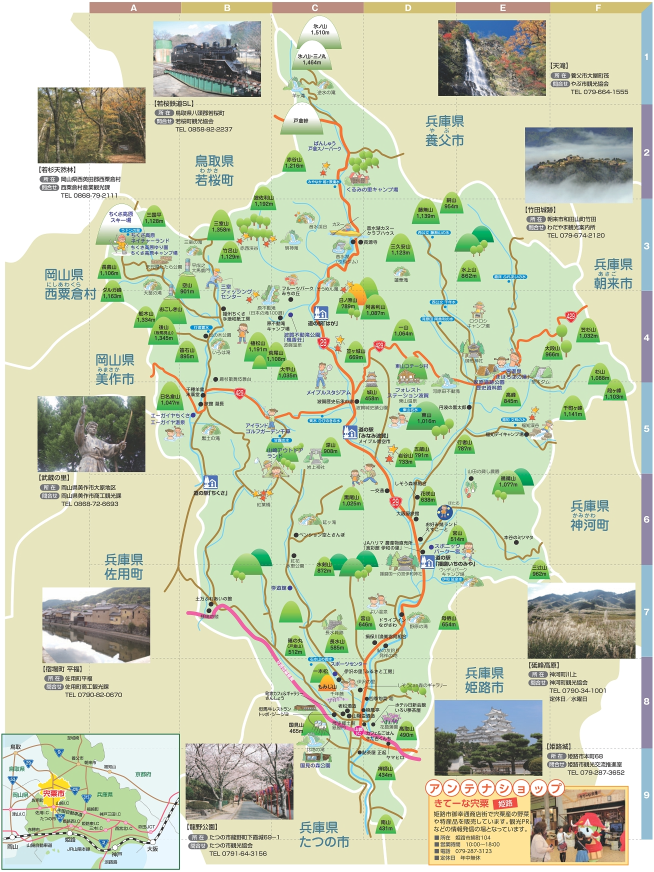
国見山初日の出登山

棚田の灯り

伊和神社 秋季大祭

地図はP13・P14

宍粟市&近郊観光地 見どころマップ


A
B
C
D
E
F
1
2
3
4
5
6
7
8
9
氷ノ山 1,510m
氷ノ山・三ノ丸 1,464m
羊ヶ滝
逆水の滝
戸倉峠
ばんしゅう戸倉スノーパーク
赤谷山 1,216m
みやなか 姫ヶ原湧水
くるみの里キャンプ場
兵庫県 養父市
鳥取県 若桜町
波佐利山 1,192m
銅山 954m
藤無山 1,139m
西公文 藤無山の水
ちくさ高原スキー場
三国平 1,128m
ラドンの泉
ちくさ高原ネイチャーランド
ちくさ高原ゆり園
ちくさ高原キャンプ場
三室山 1,358m
三室の滝
竹呂山 1,129m
赤西渓谷
明神滝
音水渓谷
カヌー
音水湖カヌークラブハウス
長源寺
音水湖（引原ダム）
三久安山 1,123m
蓮華滝
水上山 862m
倉床 ふれあいの水
兵庫県 朝来市
長義山 1,106m
天児屋たたら公園
平成之大馬鹿門
岡山県 西粟倉村
ダルガ峰 1,163m
大釜の滝
空山 901m
三室フィッシングセンター
フルーツパーク みちの丘
そうめん滝
日ノ原山 789m
阿舎利山 1,087m
西公文 千年水
河原田 阿舎利の水
ロクロシキャンプ場
原不動滝（日本の滝100選）
播州ちくさ手漉和紙工房
原不動滝キャンプ場
波賀不動滝公園「楓香荘」
波賀温泉
道の駅「はが」
一山 1,064m
429
笠杉山 1,032m
大段山 966m
船木山 1,334m
おごしき山
後山（板馬見山）1,345m
行者霊水
松の木公園
いろは滝
植松山 1,191m
荒尾山 1,108m
29
笠ヶ城山 669m
御形神社
東山コテージ村
一宮温泉「まほろばの湯」
草木ダム
杉山 1,088m
岡山県 美作市
笛石山 895m
大甲山 1,035m
農村歌舞伎舞台
家原遺跡公園 歴史資料館
河原田不動滝
フォレストステーション波賀
東山温泉
段ヶ峰 1,103m
日名倉山 1,047m
千種羊羹末廣堂
旅館 瀬長
メイプルスタジアム
城山 458m
波賀歴史伝承の家
波賀城史蹟公園
高峰 845m
丹波の黒太郎
東山名水
東山 1,016m
千町ヶ峰 1,141m
福知 文殊の水
福知渓谷
エーガイヤちくさ
エーガイヤ温泉
斉木 ひびのきの水
黒土の滝
アイランドゴルフガーデン千草
甘露の水
道の駅「みなみ波賀」
メイプル青空市
福知デイキャンプ場
山崎アウトドアランド
深山 908m
岩上神社
岩谷山 733m
五蔵山 791m
行者山 787m
道の駅「ちくさ」
紅葉橋
山田の貸し農園
しそう森林組合
暁晴山 1,077m
一交通
花咲山 638m
黒尾山 1,025m
ほたる
大阪屋旅館
兵庫県 神河町
延ヶ滝
お好み焼ランド えすこ～と
宮山 514m
ペンション空とさんぽ
本谷のミツマタ
JAハリマ 農産物直売所「食彩館 伊和の里」
スポニックパーク一宮
道の駅「播磨いちのみや」
兵庫県 佐用町
紅花水車公園
水剣山 872m
播磨国一の宮伊和神社
ウッディパークキャンプ場
伊和 延命水
三辻山 962m
学遊館
土万ふれあいの館
腰痛地蔵
よい温泉
宮山 646m
ドライブイン ながさわ
野原の滝
母栖山 654m
長水城跡
揖保川漁業協同組合
篠の丸（戸倉山）512m
長水山 585m
鮎の友釣り発祥の地
石水山の御水
スポーツセンター
一本松
伊沢の里「ふるさと工房」
伊沢の里
もみじ山
しそうcan森のギャラリー
兵庫県 姫路市
町家カフェ&ギャラリー さんしょう
千年藤
四季旬菜 和
但馬牛レストラン トッポ・ジージョ
老松酒造
楠風亭
ホテル日新会館 いろり夢茶屋
山陽盃酒造
国見山 465m
歴史郷土館 紙屋門
山崎IC
花菖蒲園
カフェ&ごはん さた吉くんち
高取山 490m
比地の滝
鮎茶屋 正起
ヤマヒロ
国見の森公園
禅師山 434m
中国自動車道
至城崎
鳥取
9
29
養父市
朝来市
福知山
鳥取県
京都府
53
宍粟市
429
岡山県
312
兵庫県
佐用町
山崎I.C
福崎町
中国自動車道
津山I.C
佐用I.C
神戸三田I.C
たつの市
姫路西I.C
姫路東I.C
赤穂市
三木I.C
西宮北I.C
吹田JCT
岡山
姫路
2
大阪
山陽自動車道
JR山陽本線
神戸
淡路島
兵庫県 たつの市
南山 431m

【天滝】
所 在 養父市大屋町筏
問合せ やぶ市観光協会
TEL 079-664-1555

【若桜鉄道SL】
所 在 鳥取県八頭郡若桜町
問合せ 若桜町観光協会
TEL 0858-82-2237

【若杉天然林】
所 在 岡山県西英田郡西粟倉村
問合せ 西粟倉村産業観光課
TEL 0868-79-2111

【竹田城跡】
所 在 朝来市和田山町竹田
問合せ わだやま観光案内所
TEL 079-674-2120

【武蔵の里】
所 在 岡山県美作市大原地区
問合せ 岡山県美作市商工観光課
TEL 0868-72-6693

【宿場町 平福】
所 在 佐用町平福
問合せ 佐用町商工観光課
TEL 0790-82-0670

【砥峰高原】
所 在 神河町川上
問合せ 神河町観光協会
TEL 0790-34-1001
定休日／水曜日

【姫路城】
所 在 姫路市本町68
問合せ 姫路市観光交流推進室
TEL 079-287-3652

【龍野公園】
所 在 たつの市龍野町下霞城69−1
問合せ たつの市観光協会
TEL 0791-64-3156

アンテナショップ

きてーな宍粟 姫路

姫路市御幸通商店街で宍粟産の野菜や特産品を販売しています。観光PRなどの情報発信の場となっています。

- ■所在　姫路市綿町104
- ■営業時間　10:00〜18:00
- ■電話　079-287-3123
- ■定休日　年中無休