

plan
6

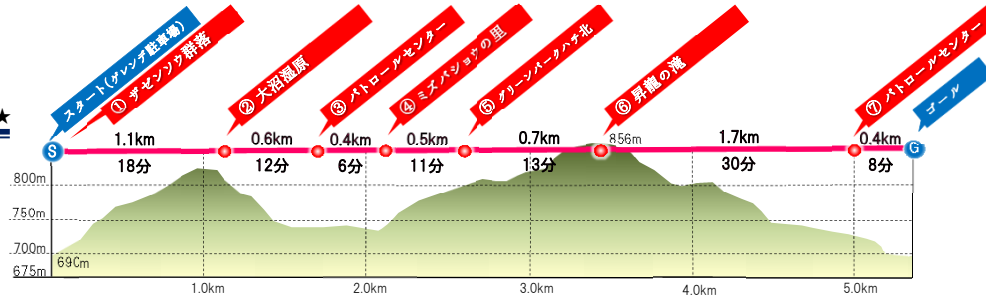


ハチ北高原 パノラマウォークコース

- スポーツ ★
- 健康維持 ★★
- リラックス ★
- 歴史・街歩き ★
- 自然・風景 ★★★

冬はスキー場で知られるハチ北高原ですが、春・夏・秋でもザゼンソウなどの珍しい植物や、高原ならではの植物がたくさん自生しており、四季を通して楽しめます。大沼湿原や昇龍の滝などのスポットが魅力のコースです。(健脚コース)

お問い合わせ／ハチ北観光協会(香美町村岡区大笹15-1) ☎ 0796-96-0732



Plan&wellness data

- ▼ 距離 約5.4 km
- ▼ 時間 約98分
- ▼ 歩数 約10,300歩
- ▼ 消費カロリー 約360kcal (ホットケーキ1人分)
- ▼ 運動強度 8~18
- ▼ 標高差 約160m



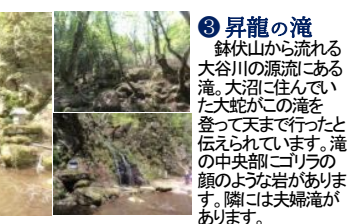
① 大笹ザゼンソウ群落
深く積もった雪が解けた3月下旬、紫色を帯びた濃い茶色の花が顔を出すサイモ科の珍しい花。寒地の多年生草本で、袈裟を着て座禅を組む僧侶の姿に似ているためザゼンソウという名がつけました。別名ダルマ草と言い、この名前は達磨大師にちなみます。赤いのは花ではなく仏炎苞(ぶつえんまう)で、この中に花茎があります。群落の面積は15ヘクタール、県指定重要文化財と天然記念物に指定されている。



② 大沼湿原
標高約820mに位置する地すべり背後の凹地に発達した高層湿原。ウッドデッキの遊歩道が整備されており、ヤマドリゼンマイなどの山野草やモウセンゴケなどの湿地植物を見ることができる。ハルニレは兵庫県の郷土記念物に指定され、ヒメボタルが多く生息する場所でもあります。大沼近くの白禰の周りには、5月中旬にラベンダー畑のようなムスカリの群生が広がります。



③ 昇龍の滝
鉢伏山から流れる大谷川の源流にある滝。大沼に住んでいた大蛇が、この滝を登って天まで行こうと伝えられています。滝の中央部ゴリラの顔のような岩があります。隣には夫婦滝があります。



ハチ北温泉「湯治の郷」
活性酸素(病気、老化の原因)を取り除く作用があるラドン温泉で、湯治に最適な温泉です。入口の飲泉場のお湯は無料でお持ち帰りができます。お風呂あがりにはゆったりと休憩できる和室や喫茶コーナーもあります。

営業期間／12/1~3/31(無休)
営業時間／平日・祝日 11:00~21:00、土・日 11:00~21:30
料金／おとな620円、こども310円(3才未満無料)
☎ 0796-96-1666

※ハチ北温泉「湯治の郷」の営業期間外でも、温泉が楽しめる内湯旅館もあります。詳しくは、ハチ北観光協会 ☎ 0796-96-0732 へお問い合わせください。



おみやげ処 生活工房「香味煙」
煙の魔術師こと煙長(えんちよう)の井上さんが作るこだわりの薫製は、風味豊かな優しい味に仕上がっており、みそ漬、ローズハム、地元の食材を練り込んだいたけソーゼンが絶品です。大切な方へのおみやげにおすすめです。

営業時間／8:00~18:00
休業日／不定休(要確認)
香美町村岡区福岡569-4(R9沿い、道の駅ハチ北横)
☎ 0796-96-0069



お問い合わせ／ハチ北観光協会
香美町村岡区大笹15-1
☎ 0796-96-0732