



スノースポーツパラダイス Ski & Snowboard

全国レベルのスキー大会が毎年開催される大山スキー場をはじめ蒜山から奥大山、樹水高原と、大山パークウェイ沿いにはスノースポーツエリアが点在!大人から子どもまでテクニックに応じて、さまざまなコースがチョイスできます。

- 上蒜山スキー場(蒜山)緩やかな斜面で初心者・ファミリー向き
- ペアルバースキー場(蒜山)蒜山ICすぐそば、都会派スキーリゾート
- 大山スキー場(蒙円山・中の原・上の原・大山国際の4スキー場/大山町)ファミリー・ビギナーから上級者まで多彩なコース有り
- 樹水高原スキー場(伯耆町)眺望も絶好
- 奥大山スキー場(江府町)ボーダー、ファミリー向き
- 鏡ヶ成スキー場(江府町)積雪多く、ファミリー向き



Waiting for the sunrise at the summit

夏山登山コース

西日本最大級のブナの森を抜け、急なガレ場からキャラボク原生林の中の比較的まだらかな木道を登る大山登山のメインコース。山頂の弥山から東には大山最高点の剣ヶ峰、そして鳥ヶ山や蒜山の山並み、西には出雲の国、空気が澄んでいれば遙か北には隠岐島を確認できることもできます。

◆標高差900mの往復には

6時間程度が必要。

◆弥山から剣ヶ峰への縦走は危険なため、禁止となっています。



Misen to Kengamine~Karasugasen



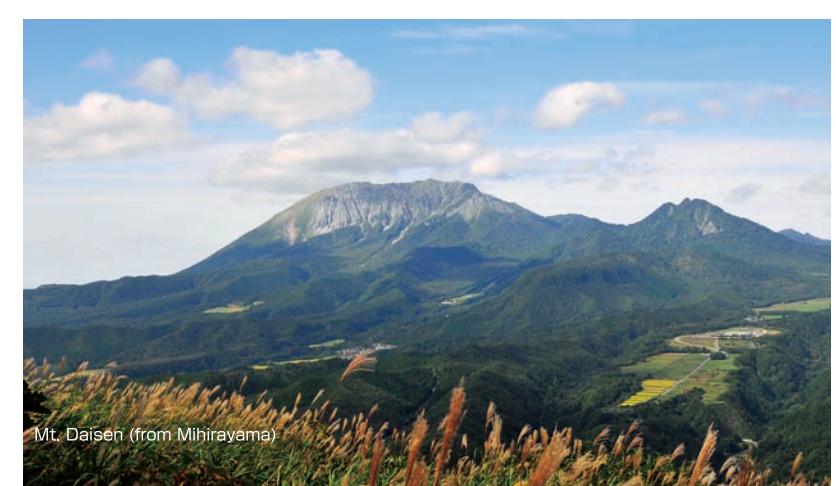
Yumigahama~Shimane-Peninsula~Oki Islands



ユートピアコース

大神山神社奥宮もしくは大山スキー場から宝珠尾根を登るコース。初夏のころ山頂に広がる美しい花畠には、誰しもきっと魅了されるはずです。

◆往復には6時間程度が必要。



Mt. Daisen (from Mihiyama)

近年人気が高いのがスノーシュー。降雪があるところ楽しめる冬のトレイキングで、誰でもチャレンジでき、各スキー場のエリアでもガイド付きプログラムが用意されています。

スノーシュー Snowshoeing



ユートピアコース

大神山神社奥宮もしくは大山スキー場から宝珠尾根を登るコース。初夏のころ山頂に広がる美しい花畠には、誰しもきっと魅了されるはずです。

◆往復には6時間程度が必要。



Mt. Daisen (from Mihiyama)

山のエスプリは
山頂にあつまる
人はここにのぼる
神はここにくだり



Overlooking the north wall of Mt. Daisen(from Sankohou)

川床から大休峰、矢筈ヶ山、甲ヶ山へ

岩場が連続するアルペン的な趣きのある大山本峰の東側～北側の山脈を歩くコースも魅力的です。

【船上山(せんじょうさん)】

その昔、後醍醐天皇が隠岐より脱出して籠城した地としても知られ、場所によれば、スイスのアイガー・トレッイルのような雰囲気も味わえます。

【奥大山スキー場】

奥大山スキー場は、奥大山の山頂に位置するスキー場で、標高約1,700mの山頂で、年間を通してスキーが楽しめます。

【上蒜山、中蒜山から下蒜山へ】

上蒜山へは整備された登山道を経て往復3時間程度、手軽な山登りが楽しめます。さちに中蒜山、下蒜山へと至る縦走も人気ですが、こちらは6時間以上のハードなコースとなります。

【鏡ヶ成の自然散策ハイク、象山軽登山】

環境省によってきちんと管理、整備されており、湿原には貴重植物が自生し、森にはブナやミズナラが林立。その中に設置された散策路、象山への登山路は特に快適なハイキングコースとなっています。

【大山】

大山は弥山、剣ヶ峰、天狗ヶ峰、三鉢峰等の峰が連なる中国地方の最高峰(標高1,709m/実際の最高点は剣ヶ峰1,729m)です。

「伯耆富士」とも称され、古来より神の宿る山として崇められてきました。

大山寺地区の登山口より要山登山道で約3時間、

山頂に立つと360度の大パノラマが広がり、

四国山地を確認できることもあります。

大山

大山は弥山、剣ヶ峰、天狗ヶ峰、三鉢峰等の

峰が連なる中国地方の最高峰(標高1,709

m/実際の最高点は剣ヶ峰1,729m)です。

「伯耆富士」とも称され、古来より

神の宿る山として崇められてきました。

大山寺地区の登山口より要山登山道で約3時間、

山頂に立つと360度の大パノラマが広がり、

四国山地を確認できることもあります。



大山の東、南、北側に連なる山々も国立公園となつておらず、登山路が整備され、トレッキング＆ファミリーハイクが気軽に楽しめる環境となっています。

山登りの魅力、そのすべてが言い表されているこの言葉は、大山をこよなく愛した先達、織田信氏の言葉です。独立峰でしかもアルペン風な趣を持つ大山は、登山の楽しさをさまざまに満たしてくれる山として、四季を通じてたくさんの人々が訪れていました。

山のエスプリは、山頂にあつまる。神はここにくだり、人はここにのぼる。

The Sense of Wonder

大山パークウェイ体感プログラム

生命の不思議を感じる。



秘境・大山滝トレッキング

西日本最大規模のアスレチックや芝生広場、キャンプサイトやドッグランを完備した、自然体験の施設「森の国」が主宰するプログラム。野遊び探検隊、シェワーキライミング、川遊び探検隊、ツリーカラーライミング、田んぼで生き物&裏山探検、かぶと虫・クワガタ採集などなど、アウトドアの達人が企画します。



Yokote-michi

ブナの巨木とパワースポットめぐり



Yokote-michi

ブナの巨木とパワースポットめぐり
太古の昔より、神の山として崇められてきた大山。数千年の歴史の中で培われてきた神聖なものが今なお点在し、そのいくつかのポイントをガイドとともに訪れます。樹木や岩に宿する神祕や、それぞれの「場」が蓄えた不思議なパワーは、晴れた日よりむしろ雨天の方が強く感じられるかも。まさに「センスオブワードー」体感のドライブです。

◆標高差約2000m、約3kmのコースです。



ブナの森の古道散策



大山の奥深い歴史と自然の不思議を感じて、学ぶ人気のガイドツアー。

鬱蒼とした森に佇む大山寺阿弥陀堂や大神山神社を訪れます。

◆標高差約2000m、約3kmのコースです。

樹氷高原天空リフトで絶景ポイントへ空中散策



Plateau Masumizu lift



秘境・大山滝トレッキング

大山の東側に刻まれた深い谷、地獄谷を落ちる一段の美しい滝が、日本の滝百選の「大山滝」。向平（いこう）がなる野宮場をベースに、1時間強の登山で豪快な滝風景が楽しめます。

“天空リフト”で登る横手道の展望台からは、大山の頂から日本海へとなだれこむ大自然のグラデーションとパノラマ風景が堪能でき、晴れた日に隠岐島も見渡せます。ペットも同乗可能。

日本の名水百選 塩釜の冷泉



大山の東側に刻まれた深い谷、地獄谷を落ちる一段の美しい滝が、日本の滝百選の「大山滝」。向平（いこう）がなる野宮場をベースに、1時間強の登山で豪快な滝風景が楽しめます。

“天空リフト”で登る横手道の展望台からは、大山の頂から日本海へとなだれこむ大自然のグラデーションとパノラマ風景が堪能でき、晴れた日に隠岐島も見渡せます。ペットも同乗可能。

自然を愉しみ、学ぶ体験プログラム



蒜山・自然観察プログラム

自然観察会や農業収穫体験、川遊び

教室や湿原観察会などが毎月季節毎に企画されています。



ゆったり過ごす大野湖畔

木陰のリラックスステーションで過ごし、カヌーやマウンテンバイクでアクティビティ遊ぶ…。大山でもっともリゾートフルな空間で避暑にはもうこいのスポーツがここ、大野湖畔。大山リーコンペティション・キーワード・オーバルで走ります。



Ohno Lake



「ブナの森から紺碧の海へ」絶景ダウノヒルサイクリング

手付かずの自然と広大な草原、懐かしい農村風景の残る大山北麓。大山リーコンペティション・キーワード・オーバルで走ります。



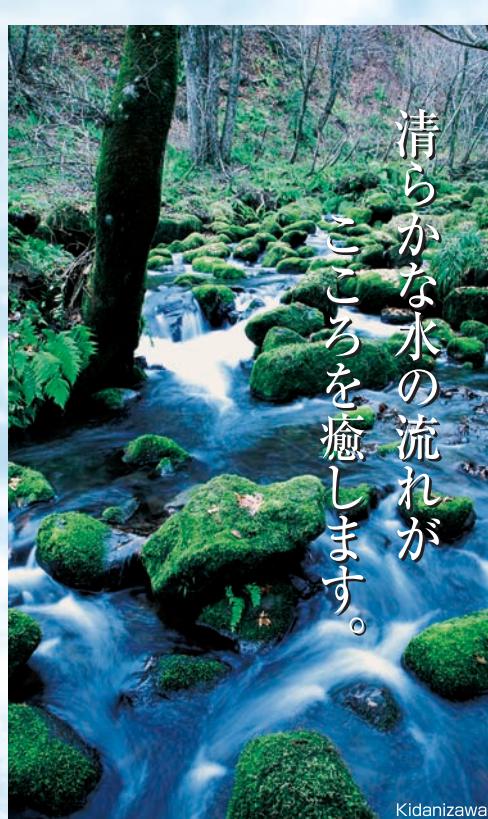
◆「森の国」へ下るシヨードースもあります。

蒜山高原サイクリング

日本でトップ10に入る蒜山高原サイクリングロード。レンタルサイクル、といったレスキュー・タクシーなど、嬉しいサービスも充実。ボタリングやロングラン…、さまざまな高原サイクリングが楽しめます。

◆蒜山高原サイクリングセンター（TEL／086-766-7001）が基点。

◆蒜山高原を周る「1ス」の全長は約30km。



清らかな水の流れがこころを癒します。

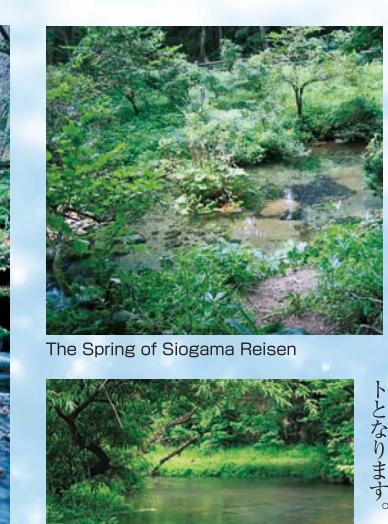
木谷沢・渓流散策

巨木の森の中に聞こえる涼やかな水音、野鳥の鳴き声に、安らぎの時間が流れます。まるで奥入瀬のよう。

奥大山スキーリング車場から歩いて数分。

川遊びに暑さを忘れる マウンテンストリームを楽しむ

大山ガーデンプレイス近くの、ここでおきの渓流公園＆植物園。園内には約4万本の木々が植栽され、散策の小道も用意されて、思う存分「水」とのふれあいの時間を過ごすことができます。



日本の名水百選 塩釜の冷泉

蒜山

地蔵滝の泉

伯耆町

日本の名水百選 天の真名井

市定江町



The Spring of Siogama Reisen

The Spring of Jizou Daki

Kidanzawa

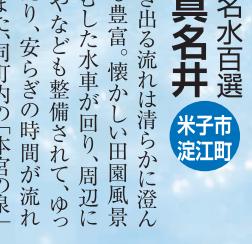
木谷沢

奥大山

木谷沢・渓流散策

巨木の森の中に聞こえる涼やかな水音、野鳥の鳴き声に、安らぎの時間が流れます。まるで奥入瀬のよう。

奥大山スキーリング車場から歩いて数分。



Ame no Manai

Daisen Falls

高原の キャンプサイトで

デイキャンプ
ブナなどの原生林に囲まれたキャンプ場でのディキャンプは、休暇村・豪山キャンプ場などでは散策路や水場も整備され、快適に楽しめます。野鳥たちの鳴き声をBGMに寝る最高です。



Enjoy the Sea 皆生～弓ヶ浜エリア

白い砂浜、
切り立つリアス式海岸、
そして紺碧の海・・・。
海での遊びもさまざまに。



Enjoy the Sea 島根半島エリア



◆島根町多古・フレンズしまね
(TEL/0852-85-3535)

透明な海で
スキュー・バーディブ
シーカヤック体験も
爽快に風を切って、
大海原を往く。



対馬暖流とりマン海流がぶつかり合い、サンゴの北限である島根半島には四季を通してさまざまな魚たちがやってきます。透明度も優れており、ダイビングを楽しむには最高の環境。シュー・バーディブでの海遊びも楽しく、シーカヤックで変化に富んだ海岸線を楽しむことも可能です。

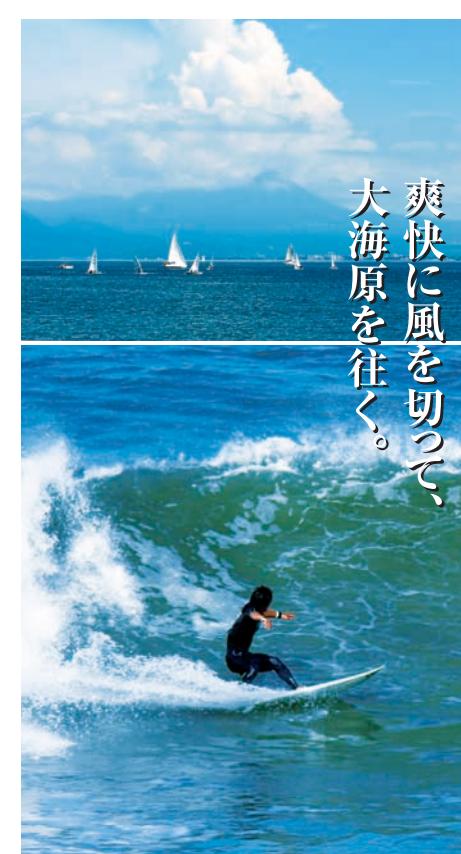


打ち寄せる波の音を
聴いているだけでもいい…
白砂青松のビーチで
過ごすリゾートタイム

複雑な地形のリアス式海岸が
延々と続く島根半島北側には、
広がる皆生温泉海水浴場は、環境省による「日本海水浴場88選」にも選ばれ、夏の海水浴シーズンにはライフセーバーが常駐。恵まれた環境、安全性と水質の良さを誇る人気の海水浴場です。



お宿から
水着のまままで
浜辺へgo!



夏のヨット&クルージング体験

境港公共マリーナ発着で、目的地は美保関。セーリングクルーズでの航海と美保神社などを散策し食事を楽しむプログラムで、毎年8月中旬の土・日に企画されています。



美保湾を高速でクルージング。皆生海岸周辺を遊ぶ1時間コースと美保関参拝の3時間コースがあります。おすすめは歴史の宝庫・美保神社を訪ねる3時間コース。手軽な海釣りから夜のイカ釣りまでフィッシングもアレンジ可能な、最高のリフレッシングプログラムです。

美保湾クルーズ &フィッシング体験

美保湾を高速でクルージング。皆生海岸周辺を遊ぶ1時間コースと美保関参拝の3時間コースがあります。おすすめは歴史の宝庫・美保神社を訪ねる3時間コース。手軽な海釣りから夜のイカ釣りまでフィッシングもアレンジ可能な、最高のリフレッシングプログラムです。



馬とお散步
上級者も初心者も、レベルに合わせてホースライディング。基本をマスターしたら、林間のトレイキングコースへ。すかり仲良くなった相棒との散歩はかけがえのない思い出になるのです。

◆蒜山ホースパーク(蒜山町)



快適なオムニコートで 手軽に楽しむ！

本格的な練習からラフミリーでのエンジョイテニスまで手軽に楽しむことができる、大山ガーデンプレイスのオムニコート。レンタルを利用しても、思い立つのテニスタイルも楽しめます。



蒜山の大パラマの中で、エントリースターやバリキング、急流滑りなどのアトラクションが楽しめる、遊園地。地元特産品を販売するショップなどを併設。昼食にはジンギスカンがオッススです!!

ヒルゼン高原センター ジョイフルパーク

大山周辺には本格的なチャンピオンシップのゴルフコースが5つ。いずれも雄大な大山を背景にしながらも、それに特長があり、何度もわざわざ来るほどです。

雄大な大山を背にスウェイグ! Enjoy Golf



本格的ゴルフコース
●大山ゴルフクラブ(伯耆町)
●大山平原ゴルフクラブ(伯耆町)
●グリーンパーク大山ゴルフ俱楽部(南部町)
●大山アーチカントリークラブ(伯耆町)
●米子ゴルフ場(米子市)

手軽に楽しめるゴルフ練習コース
●大山日光カントリークラブ/9ホールの手軽なコース。(伯耆町)
●大山マキハラミニゴルフ場/バターやミニゴルフ(大山町)
●持田農園/アイアンを中心としたショートコース(大山町)
●神田ゴルフクラブ/アイアンを中心としたショートコース(蒜山町)