



# TRAIL GUIDE 2

## 常陸国ロングトレイルガイド C-14～C-53

常陸国ロングトレイルC-14～C-53 近辺の情報を掲載しています。アクセス方法や地域資源についてなど、さらに詳しい情報は右記のWEBサイトで随時更新されていますのでご確認ください。

Information about the area around the Hitachi-no-Kuni Long Trail C-01 to C-24 is available here. For more detailed information on how to get there and local resources, please check the website on the right, which is always being updated.

常陸国ロングトレイル  
WEB サイト  
kenpokult.com



### ACCESS GUIDE

常陸国ロングトレイルへのアクセス方法



常陸国ロングトレイルは、関東の北辺・茨城県北地域の6市町をめぐる全長 320km(予定)のロングトレイルコースです。JR 各線や高速バス、自家用車などで一年を通して多彩なアクセスが可能です。

Hitachi-no-Kuni Long Trail is a 320-km-long (tentative) trail through 6 cities and towns in the northern part of the Kanto region, accessible by JR lines, express buses, and private cars throughout the year.

### LOCAL GUIDE

常陸国ロングトレイルで発見する地域資源



常陸国ロングトレイルのコース上およびその周辺には、観光・自然・歴史などにまつわる地域資源が多数存在しています。常陸国ロングトレイルの旅をさらに充実させる。これらの地域資源にまつわるストーリーをいくつか紹介します。表面の地図と対応していますので、アイコンをもとに参照してください。

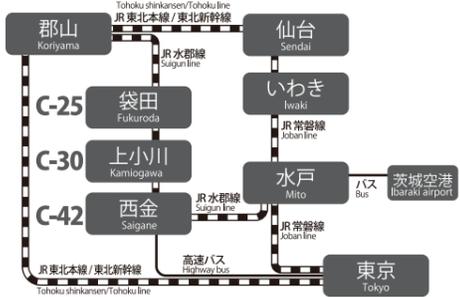


There are many local resources related to sightseeing, nature, and history on and around the course of the Hitachi-no-Kuni Long Trail. Here are a few stories about these local resources that will enhance your trip on the Hitachi-no-Kuni Long Trail. It corresponds to the map on the surface, so please refer to it based on the icon.



#### Access by public transport

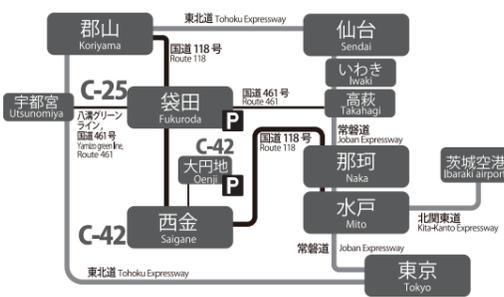
公共交通機関でのアクセス



- 東京方面から：東京から常磐線で水戸へ約80分・水郡線以西へ約60分
- 仙台方面から：仙台から東北新幹線で郡山へ約40分・水郡線で袋田へ約140分
- 空路から：茨城空港からバスで水戸へ約40分・水郡線以西へ約60分
- From Tokyo area：From Tokyo, take the Joban Line to Mito (about 80 minutes) and the Suigun Line to Saigane (about 60 minutes).
- From Sendai area：From Sendai, take the Tohoku Shinkansen to Koriyama (about 40 min) and the Suigun Line to Fukuroda (about 140 min).
- Air line：From Ibaraki Airport, take a bus to Mito (about 40 minutes) and the Suigun Line to Saigane (about 60 minutes).

#### Access by private car

自家用車でのアクセス



- 東京方面から：東京から那珂ICへ約100分・国道118号ほかに大円地へ約70分
- 仙台方面から：仙台から郡山ICへ約100分・国道118号で袋田へ約120分
- 国道118号線沿い、「道の駅常陸大宮〜かわプラザ〜」「道の駅奥久慈だいてご」あり
- From Tokyo area：From Tokyo, take the Joban Expressway to Naka IC (about 100 minutes) and Route 118 to Ogi (about 70 minutes).
- From Sendai area：From Sendai, take the Tohoku Expressway to Koriyama (about 100 min) and the Route 118 to Fukuroda (about 120 min).
- Roadside Station Hitachi Omiya - Kawa Plaza and Roadside Station Okukujji Daigo are located along Route 118.

#### Information for access

アクセスについてのご案内

JR 東日本 WEB サイト Railway information jreast.co.jp	茨城空港 WEB サイト Ibaraki Airport ibaraki-airport.net
茨城交通高速バス WEB サイト Highway Bus Transit ibako.co.jp/highway	ドラぶら WEB サイト Highway Information driveplaza.com
道の駅 WEB サイト Roadside station information michi-no-eki.jp	大子町 WEB サイト Daigo town information town.daigo.ibaraki.jp

■くわしい情報や交通状況については各機関のインフォメーションをご確認ください  
■For more information and traffic conditions, please check the information of each agency.

#### ACCESS STORY

##### 03：久慈川と山と水郡線

JR 水郡線の茨城県北地域路線は、とりわけ西金駅以北で山岳線路の趣を増してきます。標高は低いのに、迫りくる山の間を縫うように走る水郡線の線路。もともと久慈川がくねる区間、川の上を渡るように走っていく車両に乗れば、眺めも爽快です。山の裾野に寄り添うように待つ、かわいらしい駅を利用して、トレイルまでのんびりと各駅からのアクセスを楽しむスタイルも、常陸国ロングトレイルの旅の醍醐味と言えるでしょう。

The JR Suigun Line in the northern part of Ibaraki Prefecture is becoming more and more like a mountain railroad line, especially north of Saigane Station.



##### 04：パノラマライン

男体山・長福山のふもとを横切って、本マップの南から中ほどまで続いている「奥久慈パノラマライン林道」。パノラマの名にたがわず、大展望を望めるスポットも多く、気持ちのいい森の中を進んでいける穴場の道。西金駅や下小川駅から山側へ上がって、歩いてトレイル入り口までをたどるのも一興です。四季折々の絶景を満喫できる隠れた名道が、トレイルの入り口を前にもう始まっています。

The Okuji Panorama Line Forest Road runs from the south to the middle of this map, crossing the foothills of Mt. Nantai and Mt. Choufuku.



#### GEO & NATURE STORY

##### 03：金山・火山・水の道

久慈川に覆いかぶさるような山容のC-27 鷲の巢山ですが、この付近、特に南西部はかつて金山として栄えた鉱山が何箇所もあった場所です。果てしない時間をかけた鉱物の旅が産んだ奥久慈地域の金床は、既にその使命を終えています。一瞬の輝きは、今は昔のものとなっていますが、ロマン溢れるかつての金山を思いながら、この地形を踏みしめて歩いてみてはいかがでしょうか。

C-27 Mt. Washinosu looks like it is covered by the Kuji River. The southwestern part of this mountain was once the site of several prosperous gold mines.



##### 04：恵みの森

C-44 男体山の周囲は豊かな森が茂っており、ブナ、ミズナラなどのブナ林も確認できます。男体山の北部には、関東最後の秘境とうたわれた「持方(もちかた)」集落があり、集落の方によって保全がはかられた「すい恵海の森」が広がっています。ゆたかな海をつくる源流は、持方の森であるとして、「恵海の森」は守られてきました。遠く離れた山の上と海とは、深いつながりを秘めています。

The area around C-43 Mt. Nantai is a rich forest of beech trees and Quercus crispula. In the northern part of Mt. Nantai, there is a village called Mochikata. In the north part of Mt. Nantai, there is a village called Mochikata. And The Suifu Umi Forest, which has been preserved by the villagers, is spreading out.



#### HISTORICAL STORY

##### 03：イザナギ・イザナミの山

ゴツゴツと切り立つ西側の崖が特徴的で、いかにも男性的な山容のC-44 男体山。山頂にある大石をご神体として、祀られた本尊は伊弉諾尊(いざなぎのみこと)です。一方、C-37 長福山はふわっとやわらかな山容で、見る者に女性的な印象を与えます。古くは女体山、女胎山とも呼ばれ、伊弉諾尊(いざなみのみこと)を謹んで祀るとあります。長福の麓から見上げる男体山は実に絶景です。トレイルを進んで、イザナギ・イザナミの両峰を一緒に訪れてみたいものです。

C-43 Mt. Nantai has a masculine appearance with its craggy western cliffs. Izanagi-no-Mikoto is enshrined as the main deity. C-37 Choufuku is a mountain that gives a soft and feminine impression. It enshrines the male and female counterpart, Izanami-no-Mikoto.



##### 04：大子七福神〜神仏がたどる道すじ

長福山への入口C-30付近にある長福寺や、袋田駅そばの龍泰院は、「大子七福神」を祀っています。大子の七名刹に七福神が祀られ、めぐり訪ねる楽しみが人気を呼んでいます。また、C-36 長福観音堂は今やまぼろしとなってしまった「常陸三十三観音堂」の一霊場でもあり、人気の巡礼地として多くの旅人を迎えたことでしょう。様々な背景をもつ社寺への巡礼を旅に組み込んでみると、さらに思いが深まります。

The "Daigo seven gods of good fortune" are enshrined at Choufukuji Temple near C-30 and at Ryutain Temple near Fukuroda Station. In addition, the Choufuku Kannon Hall at C-36 used to be one of the 33 sacred places of the Hitachi Kannon. It used to be a popular pilgrimage site.



常陸国ロングトレイルのコースを安全に楽しく歩くために、いくつかの注意事項をご案内します。気持ちよくトレイルを歩くために、トレイルに感謝の気持ちを持ち、環境を守りましょう。自分の安全のためにも、充分なトレッキング装備を整えて、マップをよく確認し、旅の計画をしっかりと立てましょう。そのほか、このマップの地域ではコースに下記のような特徴がありますのでよく確認しましょう。

### NOTICE

常陸国ロングトレイルでの注意事項

#### C-14～C-53の危険・要注意箇所

- C-16：断崖になっているので注意して歩きましょう。
- C-17：渡渉点です。水位が不安な場合は迂回路を歩行してください。
- C-23～C-24：急峻のため足元に注意しましょう。
- C-27～C-28：鷲の巢山頂上付近急峻な岩尾根になっています。滑落に注意してください。
- C-38：断崖沿いの急斜面です。滑りやすくなっているのに注意してください。
- C-43：男体山の頂上までには鎖場が連続する急な岩場があります。滑落に注意してください。
- C-50～C-51：岩場の鎖場です。滑落に注意してください。
- C-16：The area around here is a cliff, so walk carefully.
- C-17：This is a crossing point. If you are worried about the water level, please walk along the detour.
- C-23～C-24：This area is very steep, so walk with caution.
- C-27～C-28：The area near the top of Mt. Washinosu is a steep rocky ridge. Be careful not to slip and fall.
- C-38：The area around here is a steep slope along a cliff. The slope is slippery, so be careful.
- C-43：There is a steep rocky area with a series of chains leading to the top of Mt. Nantai. Please be careful not to slip.
- C-50～C-51：It is a rock wall that you walk along the chain. Please be careful not to slip.

#### C-14～C-53を楽しく歩くためのルール

- 近隣の私有地への無断駐車は大変迷惑になりますので、絶対に行わないでください。
- コースの一部は茨城県の奥久慈県立自然公園区域内に指定されています。美しい景観や自然を守るため、コース外に無断で立ち入らないようにしてください。本マップ上のコースでは、焚火を含め、火気の使用は禁止されています。また、決められた野営地以外での野営は禁止です。
- コース上の道標にはQRコードがあり、スマートフォン等で読み取ると地図上に現在地が表示されます。安全のためにも、携帯電話等の通信手段を確保しておきましょう。
- Unauthorized parking on private property in the vicinity is extremely inconvenient, so please do not do so.
- Part of the course is designated as part of the Okuji Prefectural Natural Park area of Ibaraki Prefecture. In order to protect the beautiful scenery and nature, please do not enter outside the course without permission. The use of fire, including bonfires, is prohibited in the courses on this map. Camping outside the designated camping area is prohibited. There are QR codes on the signposts on the course, and when you scan them with your smartphone or other device, your current location will be displayed on the map. For your safety, make sure you have a cell phone or other means of communication.

In order to walk the Hitachi-no-Kuni Long Trail safely and enjoyably, here are some precautions to follow. To walk the trail comfortably, be grateful for the trail and protect the environment. For your own safety, make sure you have adequate trekking equipment, check the map carefully, and plan your trip well. In addition, be sure to check the following features of the trails in the areas on this map.

■くわしい情報については各拠点まで直接お問い合わせください  
■For more information, please call each location directly.

下記QRコードからいばらき電子申請・届出サービスで登山届を提出できます

You can use the QR code below to submit your climbing report via the Ibaraki e-application and notification service.

登山届を提出しておく、方が、山で遭難してしまった場合等に救助隊に重要な手がかりや、有効な情報を伝えることができます。

By submitting a mountain-climbing report, you will be able to provide important clues and useful information to rescue teams in case you get lost in the mountains.

### 常陸国ロングトレイルを歩いて踏破証をもらおう

Walk the Hitachi-no-Kuni Long Trail and get a certificate!

常陸国ロングトレイル C-1～C-77 区間の踏破を達成された方に、その証となる区間踏破証明書を発行いたします。右のQRコードを読み取り、申込みフォームに必要事項をご入力ください。受付完了から2週間程度で区間踏破証明書(PDF)をメールで送付いたします。

A section crossing certificate will be issued to those who have completed the C-1 to C-77 sections of the Hitachi-no-Kuni Long Trail. Please read the QR code on the right and fill out the application form. The certificate (PDF) will be sent to you by e-mail within two weeks of receipt of your application.

GET HERE!

