



C04 TRAIL GUIDE

常陸国ロングトレイルガイド

中央部 04 C-58 ～ C-95 東金砂山・中武生山

常陸国ロングトレイル C-58 ～ C-95 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下記の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-58 to C-95 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.

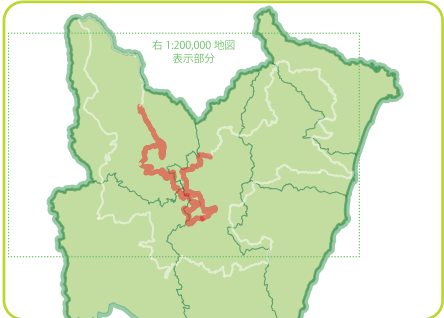
常陸国ロングトレイル
公式サイト
kenpokult.com



1 : 200,000

4km 2km 0 4km 8km 12km

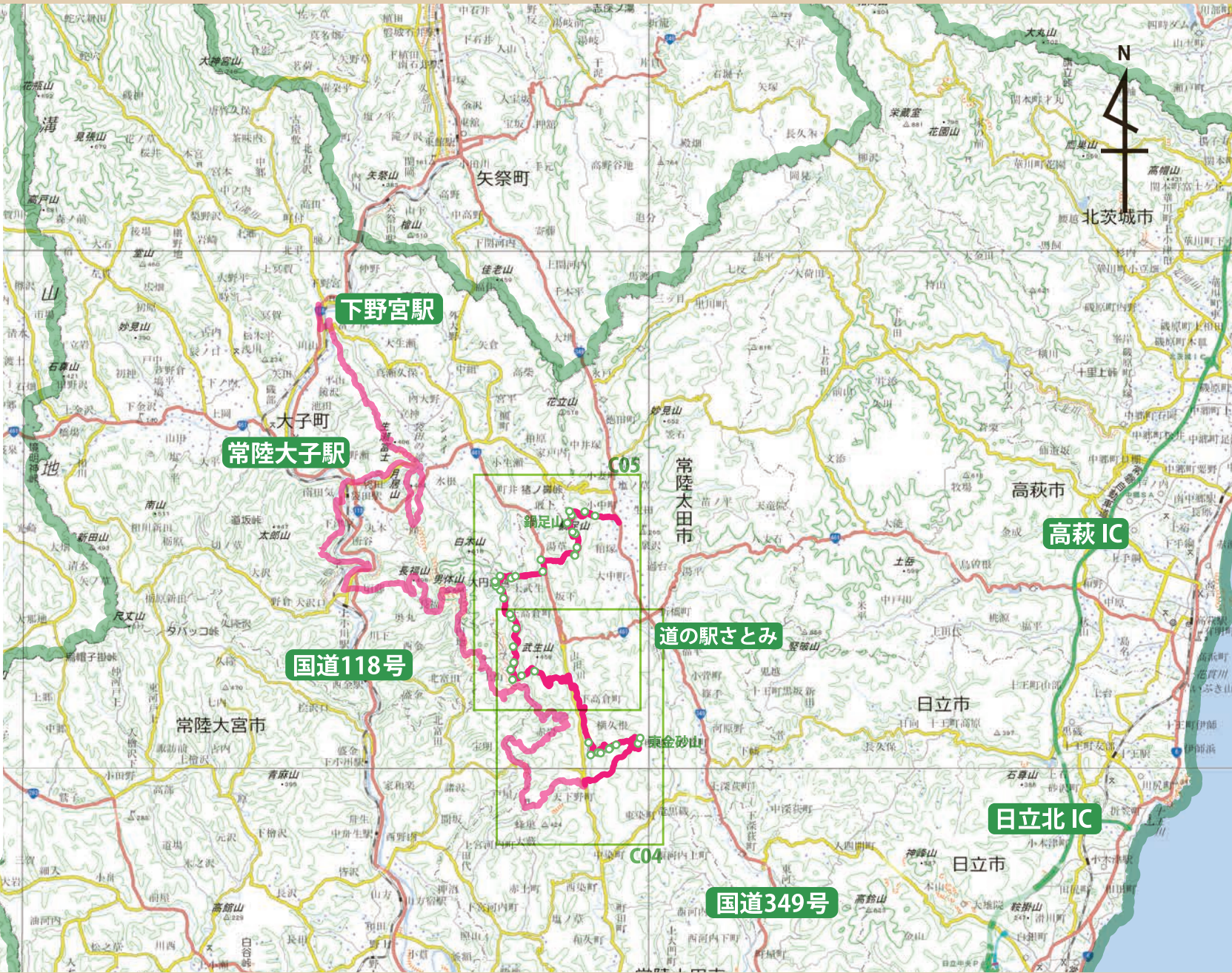
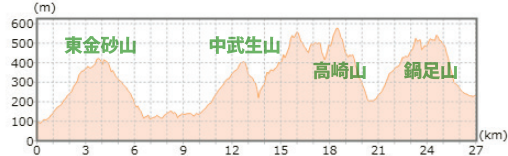
C 区間



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.

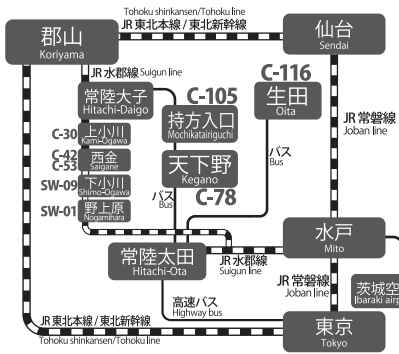
C-78 ～ 116 区間標高図



ACCESS GUIDE

常陸国ロングトレイル C-78 ～ C-116 区間へのアクセス方法

Access by public transport



公共交通機関でのアクセス

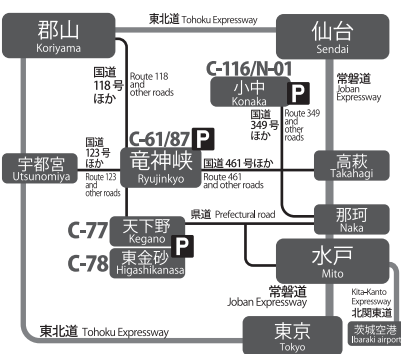
■東京方面から天下野方面へ：
東京から JR 常磐線で水戸へ
水郡線に乗り換え常陸太田へ約 40 分
バスで天下野へ約 40 分

■東京方面から生田へ：
東京から JR 常磐線で水戸へ
水郡線に乗り換え常陸太田へ約 40 分
バスで生田へ約 60 分

■From Tokyo area to Keganos area:
Take the JR Joban Line from Tokyo to Mito.
Transfer to the Suigin Line to Hitachi-Ota,
about 40 min.
Take a bus to Keganos, about 40 minutes.

■From Tokyo area to Oita:
Take the JR Joban Line from Tokyo to Mito.
Transfer to the Suigin Line to Hitachi-Ota,
about 40 min.
Take a bus to Oita, about 60 minutes.

Access by private car



自家用車でのアクセス

■東京方面から天下野・竜神峡方面へ：
東京から那珂 IC へ約 90 分・
県道で天下野・竜神峡へ約 40 分

■東京方面から小中方面へ：
東京から那珂 IC へ約 90 分・
国道 349 号等で小中へ約 50 分

■From Tokyo area to Keganos and Ryujinkyō area:
From Tokyo to Naka IC, take the Joban Expressway for about 90 minutes.
Take prefectural roads to Keganos and Ryujinkyō area, about 40 minutes.

■From Tokyo area to Konaka area:
From Tokyo to Naka IC, take the Joban Expressway for about 90 minutes.
Take Route 349 and other roads to Konaka area, about 50 minutes.

■くわしい情報や実際の交通状況については各機関・拠点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 Information

アクセスインフォメーション

JR 東日本 JR Railway information	茨城空港 Ibaraki Airport	NEXCO 東日本 ドラぶら Expressway information
高速バス 大宮・太田線 Highway bus Omiya-Ota line	関東道の駅 連絡会 Kanto Roadside Stations Liaison Office	常陸太田市 観光協会 Hitachi-Ota tourism & products association

Information for local point

地図掲載ポイント連絡先

P 駐車場 Parking	奥久慈グリーンライン駐車場 Okukutsu green line Parking 0294-72-3111	東金砂神社駐車場 Higashikanasaka shrine Parking 0294-85-1638	飲食店 Restaurant
竜神峡駐車場 Ryujinkyō Parking 0294-87-0375	竜神ふるさと村 Ryujin furusato village 0294-87-0234	竜神の湯 Tatchan no yu 0294-87-0543	竜神カフェ Ryujin cafe 0294-87-0333
キャンプ場 Camp site	水府竜の里公園 Sulufu ryu no sato park 0294-87-0543	岩倉鉾泉 Iwakura Kousen 0294-85-1126	慈久庵 Jikuan 0294-70-6290
温泉 Hot spring			そば処やまいち Soba Yamaichi 0294-87-0755
宿泊施設 Accommodations			

GET HERE ▶



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ご紹介します。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.

HISTORYCAL STORY

C04：豊穰のいのりと霊験の山

C-79 にある東金砂神社は、C-76 の西金砂神社と対を成す、古い来歴をもつ神社です。常陸五山のひとつとして古くから信仰を集め、また天狗の逸話を残すなど、霊験あらたかな修験の山でもあったようです。東西の金砂神社には 72 年に一度おこなわれる大祭礼が脈々と受け継がれており、あわせて奉納される田楽舞もそれぞれに伝わっています。東西の金砂田楽舞はすこし内容が異なっていますが、田楽舞は元来、豊稔祈願の儀式で、田んぼの神様を崇めるためのお祭りです。陸の豊作や浜の豊漁までを願い、常陸国の雨を司るとまでいわれた東金砂神社の霊験は、古くは北方討伐陣をもつ武將たち、地域の豪族、江戸期には徳川家など、時代を代表する人物からも強い信奉を集めています。トレイルを歩けば、地域の安寧に大きな影響をもたらしてきた東金砂の山の力を、全身で感じることができるのではないのでしょうか。

▼ ON SITE



GEO & NATURE STORY

C04：古代のゾウも歩いたところ

阿武隈山地と八溝山地に挟まれるようにしてあるこの地域は、地質学的には「棚倉堆積盆」と呼ばれ、久慈山地とも呼ばれている山地・丘陵地帯が北東から南西につながっています。この地域には 1750 万年前～ 1500 万年前の 200 万年ほどの間に河川や浅い海が分布しており、その堆積層が厚く大地を覆っています。はるか太古、この 200 万年間は、日本列島付近は亜熱帯ほどの温暖な気候にあり、多くの動植物が息を吐いていたとみられています。この一帯からも多様な動植物の化石が出土しており、巻貝・二枚貝などの海洋生物の化石や、大型動物の化石も発見されました。なんとゾウの化石も出土していて、亜熱帯の楽園のような当時の風景が思い起こされます。少し南側にはありますが、ゾウの化石を地元の高校生が発掘し、大いに注目を集めたこともあります。トレイルを歩けば、思いがけない発見に出会えるかも知れません。

▼ ON SITE



NOTICE

常陸国ロングトレイルでの注意事項

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右記のような特徴がありますのでよく確認しましょう。

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.

登山届を提出しましょう

茨城県警察 登山届のページ

茨城県内の山に登る際には、茨城県警へ登山届を提出してください。登山届を提出しておく、万が一、山で遭難してしまった場合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。



When climbing mountains in Ibaraki Prefecture, please submit a mountain climbing report to the Ibaraki Prefectural Police. By submitting a mountain climbing report, you can provide important clues and valid information to the rescue team in the event that you are lost in the mountains.

C 区間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上では、決められた野営地以外での野営、火気の使用は禁止されています。
・コース上の道標には 2 次元コードがあり、スマートフォン等で読み取る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 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. No encampments or fires are allowed on the course on this map, except at designated encampment sites.
・There are 2D 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.

マナーガイド

常陸国ロングトレイルを楽しむためのマナー・ルールについては下記 WEB ページの内容もご確認ください。Please also check the following web page for the manners and rules to enjoy the Hitachi-no-Kuni Long Trail.

常陸国ロングトレイルマナー＆ルール
Manners and Rules
https://kenpokult.com/kenpokult/manner/



茨城県北ロングトレイル協力隊募集中

常陸国ロングトレイルを支える有志協力隊の活動については下記 WEB ページの内容もご確認ください。Please also check the following web page for more information on the activities of the Volunteer Cooperation Corps supporting the Hitachi-no-Kuni Long Trail.

茨城県北ロングトレイル協力隊について
About the Long Trail Volunteers
https://kenpokult.com/kenpokult/kyouryukai/

