伊勢路コース

Iseji

かつて参詣者が歩いた足跡をたどる!

伊勢から熊野へ。二大聖地を結ぶパワーロード。

巨岩を御神体としたパワースポット。美しい石畳の峠道。熊野灘を一望できる風景。伊勢神宮と熊野三山を結ぶ多彩な風景を楽しむコースです。

古道でも指折りの美しい峠

1 馬越峠ルート

雨の多いこの地方では、大雨から道を守るために整備された石畳の道が、美しい景観を今に伝えています。

交 JR紀勢本線尾鷲駅から三重交通バスで約10分、「鷲毛」からスタート
コース：約5km（約2時間30分）

梅林から七里御浜を一望

2 松本峠・花の窟ルート

美しい石畳と静寂な竹林が残る松本峠を越え、花の窟へ。神社には古来より社殿がなく、高さ約45mの巨岩そのものがご神体です。

交 JR紀勢本線大泊駅からスタート
コース：約5km（約3時間）

丹倉神社
「磐座信仰」を示す巨岩が御神体。歴史は熊野三山より古いとされる。

大丹倉
古くは修験者たちの聖地とされた、高さ200m、幅500mの大絶壁。

玉置神社
世界遺産。境内の樹齢3000年と言われる天然記念物「神代杉」は壮観。

入鹿温泉

四季折々の里山の暮らしを垣間見る

3 通り峠・丸山千枚田ルート

古くから地元の人々の生活道として使われてきた通り峠。展望台からは、千枚を超える棚田が折り重なって広がる美しい風景を一望できます。

交 JR紀勢本線熊野市駅から三重交通バスで約35分、「千枚田・通り峠入口」からスタート
コース：約4.8km（約2時間30分）

二十二柱の神々が鎮座する

4 尾鷲神社

尾鷲の総氏神とされ、良縁、商売繁昌、交通安全など、あらゆる願い事に力添える神社として知られています。

交 JR紀勢本線尾鷲駅下車、徒歩約12分
☎ 尾鷲神社 0597-22-1486
住 三重県尾鷲市北浦町12-5

約4,000㎡もの広大な孟宗竹の林

5 土井竹林

江戸時代からの老舗林業家「土井家」による植樹。日本古来の風景の中には、直径30cmほどもあるものもあります。

交 JR紀勢本線尾鷲駅から徒歩約15分
☎ 協同組合 尾鷲観光物産協会 0597-23-8261
住 三重県尾鷲市古戸野町

E **めはり寿司**
高菜漬でご飯を包んだ郷土寿司。口を大きく開け「目を見張って」食べることが由来と言われています。

日本で一番長い砂礫海岸

6 七里御浜

「日本の渚百選」（※1）などにも選ばれた美しい海岸。西国三十三所を目指す巡礼者たちの信仰の道としても知られています。

交 JR紀勢本線熊野市駅下車、徒歩約5分
☎ 熊野市観光協会 0597-89-0100
住 三重県熊野市～紀宝町

伊勢と紀伊の国境にある峠

7 ツヅラト峠ルート

九十九折を意味する「ツヅラト」。その名の通りカーブが連続しますが、自然石をもって階段状に組まれた石道は今も残され風情が味わえます。坂道ですが、歩きやすく整備されているので安心です。

交 JR紀勢本線梅ケ谷駅からスタート
コース：約9km（約3時間30分）

荒波がつくり上げた岩の彫刻美

8 鬼ヶ城

熊野灘の荒波に削られた猛々しい岩場が約1km続く大岸壁。中でも岩の巨大な天井と床面が広がる「千畳敷」はいちばんの見所です。

交 JR紀勢本線熊野市駅から三重交通バスで約5分、「鬼ヶ城東口」下車、徒歩約5分
☎ 鬼ヶ城センター 0597-89-1502
住 三重県熊野市木本町

自然現象が生んだ世界遺産

9 獅子岩

地盤隆起と海蝕現象が生んだ奇岩。熊野灘に向かって吠えるように佇む姿は、まるで本物の獅子のようです。

交 JR紀勢本線熊野市駅下車、徒歩約10分
☎ 熊野市観光協会 0597-89-0100
住 三重県熊野市井戸町

世界遺産・熊野古道の歴史と文化を知る

10 熊野古道センター

参詣者もくつろげるロビーや、資料の展示室などで、熊野古道に関する歴史や文化を学べたり、体験もできます。

交 JR紀勢本線尾鷲駅から路線バスで約10分、「熊野古道センター前」下車
☎ 三重県立熊野古道センター 0597-25-2666
住 三重県尾鷲市向井12-4

♨ 温泉　パワースポット　参詣道　★立ち寄りスポット
交：交通　☎：電話番号　住：住所

オススメ！ おいしいグルメ

A かんぴんたん（丸干しさんま）
天日干ししたサンマは身が締まり、噛むほど旨味が感じられる。

B とらまき（伝統菓子）
あんこをカステラ生地で包んだもの。「（商売繁昌）虎の巻」と、縁起を担いでお土産に。

C マンボウ料理（紀北町）
足が早くなかなか流通しないマンボウ。地元ならではの刺身で味わう。

D 志ら玉（土産、熊野名物）
熊野地方の名物として数百年の歴史。素朴な味わいが魅力。

おいしいグルメのお問い合わせ：東紀州地域振興公社 紀北事務所 TEL：0597-23-3784

ココにも行きたい！ わくわくアクティビティスポット

F 尾鷲セラピスト・馬越峠
美しい石畳を専属のインストラクターと歩きます。健康ウォーキングでストレス改善。
尾鷲セラピストの会 TEL：0597-23-8261

G マイ箸づくり
光沢があり丈夫な尾鷲ひのき。その間伐材を使った箸づくりを体験します。
協同組合 尾鷲観光物産協会 TEL:0597-23-8261

H 勾玉づくり
災難のお守りや魔除けとして身につける。自分だけの「勾玉」をオリジナル製作。
協同組合 尾鷲観光物産協会 TEL:0597-23-8261

I 日曜わくわくものづくり体験教室
尾鷲ヒノキの木工教室やヒノキのおもちゃづくりなど。毎週日曜日開催。
三重県立熊野古道センター TEL：0597-25-2666

J シーカヤックスクール&ツアー
熊野灘を海上散策。流れ込む銚子川の淡水と海水が作る蜃気楼のような光景も。
シーカヤックステーション 小山ハウス TEL：080-4120-0480

※天候・線路・道路の状況や運行時刻の変更等により列車・バスが延着・運休する場合があります。列車・バスの運行時刻および運行本数は、予めご確認のうえお出かけください。
※所要時間はめやすです。交通事情により変わる場合があります。※気候・自然条件等により記事・写真のような景色が見られない場合があります。※写真・イラストはすべてイメージです。※このパンフレットの掲載情報は2020年4月1日現在のものです。

※1：1996年に当時の農林水産省、環境庁などの後援のもと、業界団体などが作る選定委員会により選定されました。