



# 皆ヶ山

みながせん  
標高 / 1159m  
時間 / 1時間 50分

蒜山高原キャンプ場の北から始まる登山道はコナラの林の中を土塁に沿って緩やかに登っていく。やや急坂になって二俣山に着き、南方向の展望が利く。少し下ってから皆ヶ山の登りになる。山頂付近は比較的大きなブナ林でササが多い。春先にはタムシバが目立つ。



# 蒜山三座

ひるぜんさんざ

## 上蒜山・中蒜山・下蒜山

かみひるぜん・なかひるぜん・しもひるぜん  
【上蒜山】標高 / 1202m 時間 / 約 2 時間  
【中蒜山】標高 / 1123m 時間 / 約 2 時間  
【下蒜山】標高 / 1100m 時間 / 約 1 時間 40 分

それぞれの登山口から2時間程度で山頂に着く。どの山も尾根道を行くが、いくつか急坂があり、山頂付近にはブナ林がある。三座を縦走するには7〜8時間かかる。

下蒜山は5合目からササ原になり、中蒜山は8合目から、上蒜山は2合目からそれぞれ展望が開ける。上蒜山には蛇ヶ岨湿原を経由するルートもあるが一般的ではない。

5月のカタクリは全ての山に咲き、縦走路には群落がある。上蒜山は8合目の槍ヶ峰からの大山・烏ヶ山の眺望がよく、6月末にはササユリが咲く。

中蒜山の登山口には日本名水百選の塩釜冷泉水があり、トイレなども整備されていて、もっとも人気が高い。頂上からは蒜山原が箱庭のように見下ろせるが、残念ながら大山は望めない。下蒜山山頂からの眺めが最もよい。

# 毛無山

けなしやま  
標高 / 1218m  
時間 / 1時間 30分  
一周 / 約 3 時間



新庄村の田浪地区から川沿いに杉林に行く。急坂にかかると山野草が増え、広葉樹林帯にはブナをはじめ、大木が多い。

避難小屋を過ぎ、山頂近くになると一気に展望が開ける。北に弓ヶ浜から大山がそびえ、烏ヶ山から蒜山三座が望める。

さらに尾根を行けば白馬山から朝鍋鷲ヶ山に続く。



# 朝鍋鷲ヶ山

あさなべわしがせん  
標高 / 1074m  
時間 / 1時間 10分 一周 / 約 3 時間



この山は、平成17年岡山国体・山岳競技の会場となった山である。ヘアパレースキー場の駐車場から林道川上2号に入り、しばらく行くと階段が現れ、登山道となる。

山野草を眺めながら、ほぼ尾根筋の林の中を緩やかに登る。三平山に続く尾根道を左に行けばなだらかな山頂に着く。山頂には展望台がある。

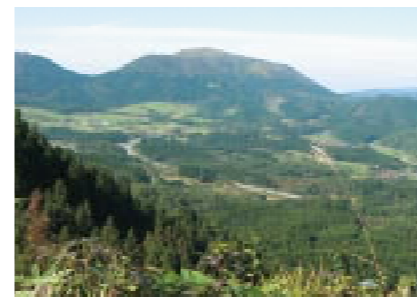
西には金ヶ谷山から毛無山に続く尾根道がある。

山頂から野土路岨は中国電力の管理道を下る。岨からゴールまでは廃道となった道をゆっくり下っていく。



# 三平山

みひらやま  
標高 / 1010m  
時間 / 1時間 一周 / 約 2 時間 30分



山頂に立てば、大山南壁から烏ヶ山、蒜山三座が一望でき、初心者にも人気の山である。

南には毛無山から朝鍋鷲ヶ山が見渡せる。林道中の登山口からは急坂もなく、1時間程度で登れる。

尾根からはササやスキの原の県境でもある土壘の上を歩いて山頂へ。

やや急坂になるが、穴ヶ岨に下ることができ、2時間半程度で一周することもできる。

穴ヶ岨から南の尾根を登れば、朝鍋鷲ヶ山への縦走もできる。

岡山県真庭市の

# 登山ガイドマップ

山々がくれる真庭の豊かな自然を往こう

皆ヶ山

蒜山三座

仏ヶ仙

毛無山

朝鍋鷲ヶ山

三平山

櫃ヶ山

雨乞山

津黒山

星山

真庭

岡山県真庭市

ここで折ってご利用ください



# 仏ヶ仙

ほとけがせん  
標高 / 743m  
時間 / 35分



仏ヶ仙は、全国に8カ所しかない県境、中央分水嶺、一等三角点を合わせ持つ珍しい山である。旧八束村と旧中和村の境の峠から、山側につくられた細い階段を斜めに登っていく登山口がある。

松林をジグザグに左へゆっくり曲ると、あとは尾根筋を直進する。

20分ほどで最初のピークに着く。西に蒜山高原が見渡せる。さらに進むと、仏ヶ仙山頂へ着く。北に関金や倉吉の町並みから日本海まで眺望できる素晴らしい視界が広がる。