

# 小鹿野里山ウォークのご案内



- 料金**
- 【必須料金】**
- 里山案内人コース案内料 / 1,000円 (概ね2時間・要予約)
  - 傷害保険料 / 300円
- 【オプション料金】**
- 昼食
    - ・地域資源活用センター (☎0494-72-8080) そばデラックスセット / 1,000円
    - ・夢鹿蔵 (☎0494-75-4310) こだわりカレー / 780円
  - 日帰り温泉入浴
    - ・両神温泉薬師の湯 (☎0494-79-1533) 入浴料 / 600円
    - ・小鹿野温泉 須崎旅館 (☎0494-75-0024) 入浴料 / 500円
    - ・小鹿野温泉 梁山泊 (☎0494-75-2654) 入浴料 / 500円
    - ・西谷津温泉 宮本の湯 (☎0494-75-2272) 入浴料 / 700円

**小鹿野町里山案内人 よってがっせえ**

わたしたちがご案内します

小鹿野町里山案内人チーム「よってがっせえ」は、小鹿野町の自然・文化・歴史・民俗・健康などに関する定期的な講習を受けている観光ガイドです。

## 日本の滝百選 ①丸神の滝コース

- 日程例**
- 10:00 バス停「滝前」集合
  - 里山案内人紹介、準備運動
  - 10:10 丸神の滝コースに出発
  - 10:40 滝下へ(マイナスイオンがいっぱい)
  - 11:00 展望休憩所(滝を一望)
  - 11:25 旧滝前分校跡へ戻る
  - 12:00 地域資源活用センターで昼食【そば】
  - オプション(別料金¥1,000)
  - 13:00 温泉入浴【両神温泉薬師の湯】
  - オプション(別料金¥600)

**コースレベル** 中級  
コース全長 約1.65km  
所要時間 約75分

スタート 約600m (30分) → A 約320m (20分) → B 約380m (15分) → C 約350m (10分) → ゴール

## 森林浴の森百選 ②四阿屋山コース

- 日程例**
- 10:00 「両神温泉 薬師の湯」集合
  - 里山案内人紹介、準備運動
  - 10:10 四阿屋山コースに出発
  - 森林浴の森百選で森林浴
  - 13:10 両神温泉薬師の湯へ戻る
  - 13:15 地域資源活用センターで昼食【そば】
  - オプション(別料金¥1,000)
  - 14:15 温泉入浴【両神温泉薬師の湯】
  - オプション(別料金¥600)

**コースレベル** 中級  
コース全長 約5.05km  
所要時間 約180分

スタート 約650m (10分) → A 約2,050m (90分) → B 約500m (10分) → C 約150m (10分) → D 約1,500m (50分) → E 約200m (10分) → ゴール

## 小鹿野市街地を一望 ③四季の道コース

- 日程例**
- 10:00 夢鹿蔵(ゆめかくら)集合
  - 里山案内人紹介、準備運動
  - 10:10 四季の道コースに出発
  - 小鹿野宿のまちあるき
  - 四季の道で森林浴
  - 11:45 夢鹿蔵へ戻る
  - 12:00 夢鹿蔵で昼食【こだわりカレー】
  - オプション(別料金¥780)
  - 13:00 温泉入浴【小鹿野温泉須崎旅館】
  - オプション(別料金¥500)

**コースレベル** 初級  
コース全長 約4.3km  
所要時間 約95分

スタート 約1,500m (30分) → A 約700m (20分) → B 約1,200m (25分) → C 約900m (20分) → ゴール

## のどかな農山村と森林浴 ④札所32番一周コース

- 日程例**
- 10:00 般若の丘公園集合
  - 里山案内人紹介、準備運動
  - 10:10 札所32番一周コースに出発
  - 広葉樹林の中を森林浴
  - 12:15 般若の丘公園に戻る
  - 12:30 夢鹿蔵で昼食【こだわりカレー】
  - オプション(別料金¥780)
  - 13:30 温泉入浴【小鹿野温泉梁山泊】
  - オプション(別料金¥500)
  - 温泉入浴【西谷津温泉宮本の湯】オプション(別料金¥700)

**コースレベル** 初級  
コース全長 約5.3km  
所要時間 約125分

スタート 約2,000m (60分) → A 約750m (15分) → B 約1,350m (30分) → C 約1,200m (20分) → ゴール