

せんごくしょうやま  
**⑦ 千石城山遊歩道** (757.6m)

上市川第二ダムの上、ふるさと剣親自然公園の中から行く。  
 上市川沿いの道を進むと、極楽寺の分岐点に表示看板がある。右折の種地区へ。種集落を「剣親自然公園」の標識に沿って抜け、ダムへ下る。ロックフィル式の第二ダムは、堤防の上が車道になっている。  
 「ふるさと剣親自然公園」の看板のある左へ入る道から、公園の中に入る。アスファルトの道沿いに山腹を登り、T字路の突き当たりを右折。林道の右手に展望櫓が見える。車はここで停める。  
 コース1。展望櫓の向かい側（左前方）に『展望台』の標識がある（登山口1）。擬木の階段が長く続く。送電線沿い、40～50分歩くと、展望台の尾根に出る。  
 コース2。『千石城山登山口』の標識から、道なりに2.5km行くと、開けた峠に着く。右はアスファルトの林道の続き、左にも林道がある。峠からは、眼前に早月川の流れ、右手には剣岳の眺望が楽しめる。峠の手前200mほどのところに車が30台程置ける空き地があるので、駐車。峠のすぐ手前には登山口の柱が立っている（登山口2）。  
 また、公園管理場のビジターセンター駐車場などに駐車し、公園の中を散策するのも楽しい。パークゴルフ場から遊歩道を登って千石城山に入るのも一興である。



登山道

登山口1

①コース2登山道より剣岳

- シーズン 5月～11月（4月は残雪注意）
- コース1：登山口—(50分)—合流点—(25分)—千石城山頂上
- コース2：峠—(15分)—合流点—(25分)—千石城山頂上
- 駐車場 コース1：登山口手前、ふるさと剣親自然公園  
コース2：峠手前の空き地

おおくらやま  
**⑧ 大倉山遊歩道** (1,443.2m)



②大倉山周辺案内看板

大倉山頂上より

上市町から県道上市北馬場線で馬場島へ向かう（車で20分ほど）。早月川にかかる剣橋を渡って道なりに200mほど進み、左にそれる脇道へ入る（※元の道をさらに行くと「いわな・山菜料理はやつき」と「大倉山登山口」の看板が見えるが、それが見えたら行き過ぎなので、50mほど、戻る）。2kmほど走らせると舗装された林道（坪野・蓬沢線）に出るが、それを横切り、ほぼ正面に伸びる細い道へと進む（A）。※この道は悪路のため、車は交通の邪魔にならないよう手前で停めておく。しばらく進むと、正面に大倉山周辺案内看板（B）、左に小さな堰堤のある広場に出る。そこから30mほど歩き進むと、草むらの中に登山口の標識がある。  
 いきなり急登の尾根を歩くと、標高を記した白い御影石が見える。800m、1,000m、1,100m等と、小まめに設置されているので目安にすると良い。登山口から40分ほどで、杉の木がある標高850mの地点に着く、やや開け、休憩に良い。更に20分の急坂で、1,054mの尾根に出る。稜線はややゆるやかながら2km続き、滑りやすい最後の急坂を越えると、1,300m（C）の標識から30分ほどで頂上。山頂には小さい石の祠と石碑がある。石碑に刻まれた笠の字は、この山を地元で笠ヶ岳、笠と呼ぶことにちなんでいる。5月中旬には頂上付近にイワウチワが見える。6月にはヤマツツジも見頃になる。  
 また頂上からは、池ノ谷右俣に確認された氷河を見ることが出来る。

- シーズン 5月中旬～10月（4月は残雪注意）
- 登山口—(3時間)—大倉山頂上—(2時間30分)—登山口

<p><b>関連施設</b></p> <p>★温泉                  アルプスの湯 TEL 076-473-9333                  ゆのみこ温泉 TEL 076-472-3111                  つるぎ恋月 TEL 076-472-6333                  大岩不動の湯 TEL 076-473-3622</p> <p>★ふるさと剣親自然公園 ビジターセンター                  バーベキュー、パークゴルフ施設、有料シャワーあり                  TEL 076-472-0123</p> <p>★馬場島荘                  日帰り入浴可、休憩可、食堂あり TEL 076-472-3080</p>	<p><b>交通ガイド</b></p> <p>★電車 富山駅から上市町まで 富山地方鉄道 特急約16分</p> <p>★自動車                  立山I.C.—(約10分)—上市町役場                  滑川I.C.—(約10分)—上市町第二ダム                  (約40分)馬場島</p> <p><b>観光地</b>                  穴の谷霊場 TEL 076-472-4711                  大岩山日石寺 TEL 076-472-2301                  眼目山立山寺 TEL 076-472-0699</p>	<p><b>タクシー</b>                  旭タクシー TEL 076-472-0456                  G M 交通 TEL 076-472-0151</p> <p><b>お問い合わせ</b>                  ★上市町観光協会                  〒930-0314 富山県中新川郡上市町若杉3-3                  TEL 076-472-1515 FAX 050-3430-8261                  URL:http://kami1tabi.net                  発行元:上市町産業課</p>
---	--	---



なかやま  
**① 中山遊歩道** (1,255.2m)

馬場島の立山川と白萩川の合流地点左岸に中山登山口の標識がある。登り始めてすぐに急な階段が始まる。取り付きから30分ほど登ると、対岸に細蔵山、大猫山、猫又山の全景が見えてくる。  
 主稜線へ出ると、立山杉の巨木が並ぶ。「五本杉の平」として知られ、大きなものは幹周りが10mを越え、樹齢は千年を越えるといわれる。ここから右手に大日岳が見えはじめる。傾斜の緩い尾根を20分も登ると中山頂上に出る。眼前には早月尾根、剣岳山頂、剣尾根、小窓尾根マッチ箱ピークなど、剣岳の雄姿を感じる展望が広がる。  
 頂上の登ってきた道とは反対側に、東小糸谷にぬける登山道がある。右手に早月尾根を見ながら立山杉・ミズナラ・ブナなどの林を行く。  
 5月はまだ残雪が残るが、新緑が目を楽しませてくれる。標高1,000m付近に作られた展望場所は、ブナクラの谷と大猫山、赤谷山が正面に開けている。以降は、東小糸谷沿いに3回の沢渡りをしながら沢伝いにしばらく歩くと立山川の左岸に出る。  
 東小糸谷付近の溪流の右岸側にニリンソウが群生してみられる。作業橋を渡り、下流に歩くこと15分にて馬場島荘に辿り着く。

- シーズン 6月～11月（5月は残雪注意）
- 登山口—(1時間30分)—五本杉の平—(20分)—中山頂上—(1時間10分)—東小糸谷登山口
- 駐車場 中山登山口、橋を渡った左側に駐車場がある。馬場島荘で食事、入浴や休憩もできる。



中山頂上より剣岳 五本杉の平 ①登山道 ②沢を渡る

## ②ハゲ山遊歩道

〈464.7m〉



上市川第二ダムへ進む道に行く。種集落の入口である追分で、左に東種、直進で西種に分かれる。登山口が2ヶ所あるが、いずれも車の乗り入れはできないので、交通の邪魔にならないように気を付ける。

コース1。工事資材置場を横切って延びている作業道を登る(登山口1)。途中までコンクリートで舗装してあるが、すぐにゴロゴロとした岩石の道になる。転びやすいので気を付けよう。ベンチのある見晴らしの良い場所からは、東種の景色が一望できる。10分弱で、コース2との合流点に出る。そのまま直進すると城ヶ平山へつながる分岐点へ出る。右に進み、尾根道を少し下り、回りこむようにして山頂へ出る。

コース2。水上集落の中に、登山道入口の標識がある(登山口2)。棚田の間のあぜ道を、看板に従って登ると、林に入る。15分ほど登ると、コース1との合流点に来る。目の前にぼこんと見える山がハゲ山である。左に進み、分岐点を右に進むと15分ほどで山頂へ出る。

正面には剣岳、大日岳などの山々が一望でき、里山の棚田の風景が美しい。振り返れば日本海が富山平野や富山湾まで見通せる。すぐ近くの頂上の振りな山は、大岩の城ヶ平山である。

分岐点を、城ヶ平山へ進むと約1時間で城ヶ平山山頂。家族連れや、これから山登りを始めようという方にも人気がある。また残雪期登れるので、冬の白銀世界も体験できる。

- シーズン 4月～11月
- コース1：登山口1—(20分)—合流点—(10分)—分岐点—(15分)—ハゲ山頂上
- コース2：登山口2—(20分)—合流点—(10分)—分岐点—(15分)—ハゲ山頂上
- 駐車場 追分から西種の公民館へ向かう道路脇。プレハブが置いてある交差点の広い部分など、交通の邪魔にならない場所を選ぶ。登山口2の周辺は、駐車場は無い。



ハゲ山頂上より



登山口2



分岐点



登山口1

## ③城ヶ平山遊歩道

〈446.5m〉



別名『茗荷谷山』ともいう。磨崖仏で有名な大岩山日石寺のふもとに登山口はある。バスのロータリー場にトイレがあり、その横の小さな橋を渡る。田んぼの横にはスミレやシャガの花が見られる。15分ほど歩くと第一の休憩ベンチ、更に5分ほどで上ノ平集落跡地、20分の歩行で丸太のベンチに辿り付く。

この先の左側へ伸びる道筋には、急な階段やアップダウンがあるが、登山道右手に、高さ1mくらいの洞があるのは、昔の炭焼き釜の跡である。谷を下ると、4つめのベンチがある。左手を刈り開いてあるので見晴らしが良い。20分程度登り続けると、山頂へ出る。

広々とした平坦な頂上は、茗荷谷山城があったとされる。360度の眺望が望め、毛勝山、剣岳、大日岳などが見える。

下りは、頂上の反対側にある浅生へのルートを進む。昔、鳥を獲っていた鳥小屋跡や、溜め池などがある。一時間弱で林を抜けると、道は田んぼの中を通る。郷愁誘うような里山の風景である。登山口からアスファルトの道を下り、大岩まで戻る。トレッキング後の大岩名物そうめんは、また格別である。

◎より、ハゲ山につながる道がある。約1時間でハゲ山山頂。

- シーズン 4月～11月
- 大岩側登山口—(70分)—頂上—(50分)—浅生側登山口—(30分)—大岩駐車場
- 車で来た場合、川を渡ってすぐ左に駐車場が整備されている。階段を下りた川沿いには、親水公園があり、春には満開の桜が楽しめる。



城ヶ平山頂上



◎登山道



大岩側登山口



◎上ノ平集落跡地



## ④三角山遊歩道

〈538.2m〉



上市川第二ダムへ進む道に行く途中、骨原集落へ通じるT字路を右折する。その後、骨原集落の入口のT字路で左折し、骨原林道に入る。骨原林道を道なりに進むと「三角山方面」の標識が見える。

おおよそ徒歩15分で頂上(展望台)に到着する。コースの途中、右手に剣岳、上市川第二ダムが見える。また、急斜面があるため、注意が必要。

- シーズン 4月中旬～12月中旬
- 登山口—(15分)—三角山山頂上(展望台)
- 駐車場 特に無いので、交通の邪魔にならない場所に停めましょう

## ⑤高峰山遊歩道

〈957.9m〉



コース1。上市川第二ダムへ進む道に行く。西種の集落をまっすぐ道なりに進むと、骨原集落の入口の分岐点に「←三角山方面/高峰山方面→」の標識。それに従い右折して進むと、「←岩屋洞門・釜池・高峰に至る/浅生・大岩に至る→」の標識。それに従って左折し、2.5kmほど進むと、道が二又に分かれ、「高峰山釜池方面」の看板。それに従って右折し、500mほど進むと「←高峰山登山口/釜池→」の看板がある。ここから登山道となる。コース1は大岩からも行ける。大岩のバス停から「←岩屋洞門・釜池・高峰に至る/浅生・大岩に至る→」の標識まで4kmほど。途中Y字路が2ヶ所あるが、どちらも左へ進む。

登山道は、殆どが稜線を歩く。良く整備されているので歩きやすい。尾根道は、時々木の間から左右共に山容が見える。30分ほど登ると、右手に富山平野、左手に剣岳の稜線が現れる。更に30分の登りを行くと、急傾斜が現れる。10mほどで頂上に着く。

コース2。林道大辻山線の鳥越峠から登る(鳥越峠までは大辻山の欄を参照)。大辻山と峠を挟んで向かい合う、切り立った尾根道10mほど急登。明るい登山道をゆるやかに登る。登山口から20分のあたりで、若干右へ回り込むがすぐに稜線に戻る。急斜面が現れるが、登りきると頂上である。

- シーズン 5月～11月
- コース1：登山口1(西種側)—(60分)—高峰山頂上—(50分)—登山口1(西種側)
- コース2：登山口2(鳥越峠側)—(40分)—高峰山頂上—(30分)—登山口2(鳥越峠側)
- 駐車場 特に無いので、交通の邪魔にならない場所に停めましょう

## ⑥大辻山遊歩道

〈1,361.2m〉



上市川第二ダム沿いに、車で道なりに直進する。豆山橋という小さな橋を渡り、さらに進む。30分ほどで鳥越峠に出る。峠までの途中には、「大辻山水芭蕉池」もある。

または、立山少年自然の家から30分車を走らせる。鳥越峠に、大辻山北尾根の登山口がある。向かいあって高峰山の登山口もある。

登山道はほぼ尾根沿いの長い道りとなっている。若干の登り下りもあるが、ゆるやかな行程。杉林の中を行くと60分ほどで、中尾根コースの分岐点でもある「北尾根5」の標識が現れる。少しきつくなる部分を登りきると「北尾根6」、更に上りなだらかになると「北尾根7」。回り込み下ると、白岩コースの分岐点「北尾根8・白岩8」の標識。

階段、急登を登ると視界が開ける。長尾峠からの本道コースの分岐点「9」に出る。30分ほどややきつい登りを歩けば頂上へ出る。

※上市川第二ダムから鳥越峠までの林道大辻山線は、道路状況により通れないことがあります。このルートをご利用になる場合、事前にお問い合わせ下さい。

- シーズン 5月～10月
- 大辻山登山口—(60分)—標識⑤—(50分)—標識⑨—(30分)—大辻山頂上
- 駐車場 特に無いので、交通の邪魔にならない場所に停めましょう



高峰山頂上

登山口1(西種側)

登山口2(鳥越峠側)

剣岳と大日岳

大辻山登山口

標識9