



かさがたやま
多可町 10 笠形山

笠形山山頂で楽しむ名水を使った挽きたて贅沢珈琲

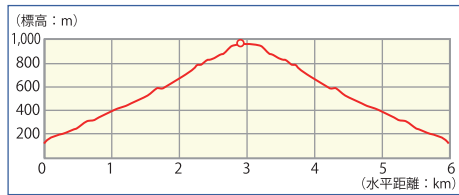


平地より約6度気温が下がる。少し寒くても山に登る理由はある。それはステレオタイプな「そこに山があるから」ではなく、山脈からコンコンと湧き出る「名水を使った挽きたて珈琲を山頂で味わうこと」。そのため私は名水とローカルで人気の珈琲豆がある笠形山に今日も登るのだ。ひんやりした空気と見渡す限りの展望、景色とともに珈琲を飲む贅沢時間が待っている。



笠形山ってどんな山？

別名「播磨富士」と呼ばれる美しい山で、山頂は神河町との境にあり、山腹南部は市川町になります。多可町側からは、木々の間を縫うように流れ落ちる、蛇腹滝、二重ヶ滝、龍ヶ滝、勝負滝、赤滝の5つ滝を望みながら美しい渓谷沿いを登ることができます。登山道には「天邪鬼の力水」や「天邪鬼の挽岩」など、大男のあまじゅこ伝説に触れることができます。関西・近畿百名山、ふるさと兵庫50山の一つで、千ヶ峰と共に笠形山千ヶ峰県立自然公園を形成。毎年4月29日には、笠形山登山イベントが行われ、県内外から約200人が参加します。



コース名	大屋コース	対象	中級者
コースタイム	約5時間	高低差	約700m
歩行距離	約6.5km	累積標高	約700m
体力度			
技術度			
お手洗い	ネイチャーパークかさがたにトイレ有 登山口に登山者用トイレ有		

アクセス(エリアマップP04参照)



電車バス JR加古川線西脇市駅～神姫バス 大屋バス停



中国自動車道滝野社ICからR175経由、県道34号・143号で約30分
中国自動車道加西ICから県道24号・34号・143号で約30分



駐車場 ネイチャーパークかさがた(TEL:0795-30-5110)、登山口

お問い合わせ 多可町観光交流協会 0795-32-4779

周辺の観光・ごほうびスポット

ホタルの宿路
(滞在型市民農園・フロイデン八千代)

初夏になると、杉原川や野間川、町内の水路では、清流にしか生息しないホタルが舞い、美しい光を放つ幻想的な世界は美しい一言。6月初旬に「ホタルまつり」が開催されます。



- 住所 / 多可郡多可町八千代区徳田414
- 問合せ / 0795-37-1580

マイスター工房八千代

ようこそ田舎のコンビニへ「人よし、味よし、笑顔よし」をモットーにこだわりの食材を使用し、安全・安心な商品を届けます。懐かしい田舎の味をどうぞ！こだわりの巻き寿司は人気商品。



- 住所 / 多可郡多可町八千代区中村46-1
- 問合せ / 0795-30-5516
- 時間 / 10:00～16:00
- (喫茶マイスターは8:30～16:00)
- 定休日 / 月・火・水曜日

古時計

ジャズが流れる店内で、挽きたての豆で入れた美味しい珈琲でモーニングはいかが。豆を購入し名水で味わう山コーヒーもおすすです。



- 住所 / 多可郡多可町加美区寺内129
- 問合せ / 0795-35-0077
- 時間 / 8:00～19:00
- 定休日 / 水曜日

なごみの里 山都

なごみの里 山都では、地元の食材を使った「スローフード」や、滋味あふれる山都の湯で至福のひと時を。また静かなコテージを完備、宿泊も可能。



- 住所 / 多可郡多可町八千代区大和1520-1
- 問合せ / 0795-38-0753
- 時間 / 8:30～17:00 (山都の湯 11:00～17:00)
- 定休日 / 火曜日、年末年始

エーデルささゆり

ドイツの風景に似た自然の緑に囲まれた森で、こだわりのウェディング、旬のお料理、充実のスポーツ施設と魅力満載の森のホテル。宿泊して森林浴を楽しみながらのトレッキングはいかが。



- 住所 / 多可郡多可町八千代区中野間363-13
- 問合せ / 0795-37-1200
- 時間 / 11:00～21:00(レストラン)
- 定休日 / 第3水曜日(8月は無休)

田舎のとうふ亭アレーン八千代

300年の歴史と伝統を誇る一夜凍り豆腐の製造技術を生かした豆腐の製造体験ができ、豆腐加工体験が人気(要予約)。豆腐、油揚げ、新鮮野菜などを販売。お昼のバイキングは食べごたえがあります。



- 住所 / 多可郡多可町八千代区中野間363-14
- 問合せ / 0795-37-2211
- 時間 / 11:00～14:00(レストラン)
- 定休日 / 月曜日(祝日の場合は翌日、レストランは月・火・金曜日、年末年始)

加藤ガイドの 山で写真を撮るのヒント

TIPS 4 頂上に立った時の達成感... (text continues)



カメラの性能は向上しても、手ブレ写真はいつも後から後悔してしまいます。カメラはしっかり支え、呼吸を落ち着かせ、人差し指の腹でシャッターボタンを押し込むよう心がけよう。





大屋コース



1 まずは「古時計」さんで珈琲豆を購入



2 ネイチャーパークかさがたを出発



3 登山口で登山届



4 天邪鬼の力水をGET!



5 珈琲に使うおいしい名水目指して頑張ろう



6 このルートは沢浴いなのでいくつも瀧が見れるよ



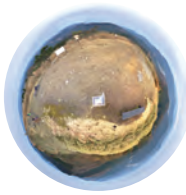
7 山頂までは岩場や急登などバリエーション豊かで楽しい山道



8 笠形山で山頂なう



9 名水で挽きたて珈琲を入れてみよう!



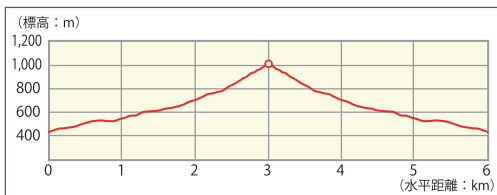
せんがみね 多可町 千ヶ峰

北播磨最高峰で清々しい展望を手に入れよう



千ヶ峰ってどんな山？

北播磨最北端の千ヶ峰は、北播磨最高峰の山で、関西・近畿百名山、兵庫50山の一つに選定されています。笠形山と共に、笠形山千ヶ峰県立自然公園の重要な一角を為しています。登山口は三谷・市原・岩座神で難易度が選べる3つの本格コースがあり、頂上は360度視界が広がり晴れた日には明石海峡大橋まで見渡せ、多くの登山者が訪れます(天候がよければ石川県の白山まで見えることも)。また、千ヶ峰山麓一帯には雨乞い岩や塔の石など、播磨国風土記に出てくる大人(おおびと)から生まれた「あまんじゃこ」にちなんだ伝説の地が今も残っており、大昔から庶民に親しまれた山であることを感じさせます。四季折々の山の姿が楽しめ、近年ではスノーシューで雪の千ヶ峰を楽しむハイカーも多く見られます。



📍	コース名	三谷コース	👤	対象	中級者
🕒	コースタイム	約3時間50分	📏	高低差	約613m
📏	歩行距離	約6km	📏	累積標高	約613m
🏃	体力度	🔴🔴🔴🔴🔴			
👣	技術度	🔴🔴🔴🔴🔴			
🧼	お手洗い	三谷コース(三谷登山口に登山者用トイレ有) 岩座神コース(岩座神公民館にトイレ有) 市原コース(市原登山口に登山者用トイレ有、市原峠にはトイレ無)			
📝	備考	5月から9月までは山ビルが発生します。長袖長ズボンで肌の露出を避けてください。			

P 駐車場
三谷コース(三谷登山口に登山者用駐車場有) 岩座神コース(岩座神公民館に駐車場有)
市原コース(市原登山口・市原峠に登山者用駐車場有)

📞 お問い合わせ
多可町観光交流協会 0795-32-4779



毎年10月に千ヶ峰・笠形山を縦走する「仙人ハイク」が行われています。約8時間の過酷な行程。脚に自信のある人は是非チャレンジしてみてください！
問い合わせ: 多可町役場地域振興課
TEL: 0795-32-4779

📍 周辺の観光・ごほうびスポット

道の駅R427かみ

多可町の名品が集まる道の駅。レストラン留滞では播州百日りをを使った料理が味わえます。また、毎週木・土・日曜日には朝市が開かれ、新鮮な農産物が並びます。

- 住所 / 多可郡多可町加美区鳥羽733-1
- 問合せ / 0795-36-1919
- 時間 / 9:00~17:00
- 定休日 / 水曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始



杉原紙展示・体験工房

兵庫県指定重要無形文化財、兵庫県指定伝統的工芸品に指定されている手漉き和紙・杉原紙の歴史を展示。紙漉き体験もできます。

- 住所 / 多可郡多可町加美区寺内768-46
- 問合せ / 0795-36-0080
- 時間 / 9:30~16:30
- 12月~3月は10:00~16:00
- 定休日 / 水曜日(祝日の場合は翌日)、年末年始



ラベンダーパーク多可

約2万株のラベンダー以外に、お土産コーナーも充実しています。また、パーク内のごはん亭では、「播州地鶏の卵かけごはん」が好評。

- 住所 / 多可郡多可町加美区轟799-127
- 問合せ / 0795-36-1616
- 時間 / 9:00~17:00(シーズン中は有料)
- 定休日 / 水曜日(シーズン中は無休)、年末年始



千ヶ峰TAIYAKI・Aコープ かみ焼き鳥テイクアウト

皮がパリッと自家製あんこたっぷりの鯛焼きが絶品。播州百日りの焼き鳥は味も香りも抜群。

- 住所 / 多可郡多可町加美区寺内
- 問合せ / 0795-32-1532(鯛焼き)
- 0795-35-1026(焼き鳥)
- 定休日 / 不定休





多可町

12 妙見山

みょうけんざん

別名「妙見富士」から里山の景色をたっぷり堪能しよう

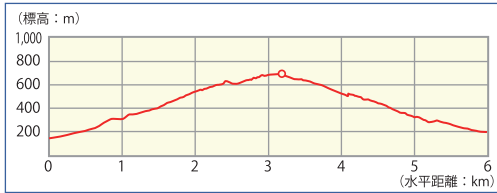


妙見山ってどんな山？

妙見山は火山活動によって形成された山で、兵庫100山の一つに選定されており、雄大にたたずむ姿から、別名「妙見富士」とも呼ばれています。植生が豊かで、四季折々の花木や山野草が見られ、風景を楽しみながら登ることができます。展望の広がる頂上からは、豊かに広がる田園の中に点在する集落、寺社の杜の緑、思出川と合わせてゆったりと蛇行する杉原川、南にキラキラと輝く翠明湖、遠くにかすむ里山など、日本の故郷の原風景といってよい眺めが楽しめます。登山道には「あまんじゃこの忘れ石」があり、夜の間に笠形山と妙見山に橋を架けようと石を積み上げた大男のあまんじゃこ伝説が残っています。登山コースは那珂ふれあい館からの「東山コース」、牧野大池からの「牧野コース」が一般的で、加美区側・青年の家からの「豊部コース」もあります。

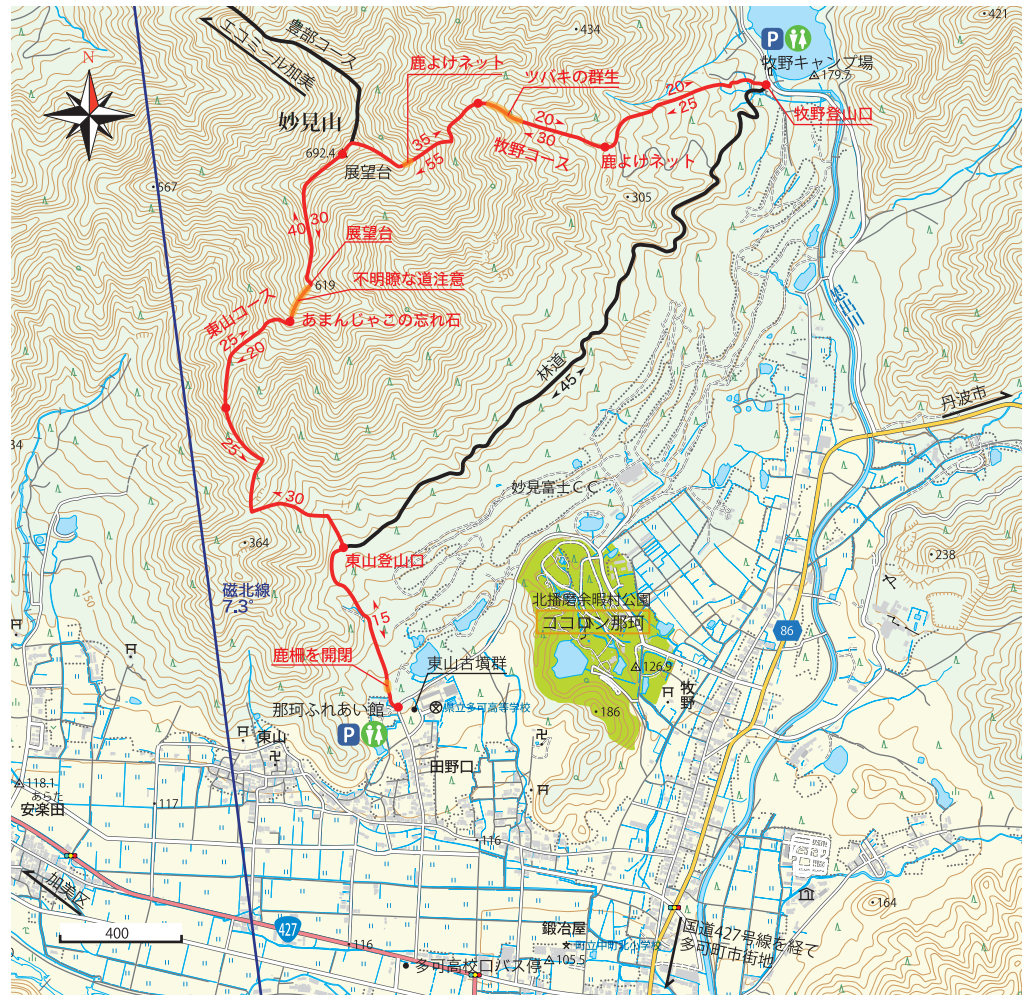


那珂ふれあい館



コース名	東山～牧野	対象	中級者
コースタイム	約3時間15分	高低差	約550m
歩行距離	約5.5km	累積標高	約602m
体力度			
技術度			
お手洗	登山道入口にある資料館 「那珂ふれあい館」にトイレ有		
備考	山頂から牧野大池までのルートは不明瞭なので気を付けよう。		

- アクセス(エリアマップP04参照)**
- 電車** JR加古川線西脇市駅～神姫バス 多可高校口バス停下車
- バス** 中国自動車道滝野野ICからR175経由、R427で約40分
- 駐車場** 登山道入口にある資料館「那珂ふれあい館(TEL:0795-32-0685)」登山口に駐車場有(数台)
- お問い合わせ** 多可町観光交流協会 0795-32-4779



周辺の観光・ごほうびスポット

道の駅・山田錦発祥のまち多可 まちの駅たか

多可町の観光総合案内所として「町のいいもの」を発信しています。多可の巻き寿司、山田錦のお酒や無農薬野菜など、町内はもとより県内の特産品が勢揃い。

- 住所/多可郡多可町中区岸上281-1
- 問合せ/0795-20-7087
- 時間/9:30~17:30 ●定休日/年末年始



なかにゃつたな ココロン那珂 カフェchattana

無農薬野菜を中心とした多可町の食材を使った食事を楽しめます。また、登山後のパーベキューで森の中での外ごはんはいかが。

- 住所/多可郡多可町中区牧野817-41
- 問合せ/0795-32-4111 ●時間/9:30~17:00
- 定休日/cafe chattanaは火曜日(7・8月を除く)、年末年始



おむすびキッチン夢蔵

旬の食材と地元のお米を使った昔懐かしいおむすびを中心に、安心安全な特産品が食べられるお店。テイクアウトもできるので、登山のお昼にどうぞ。

- 住所/多可郡多可町中区天田340-1
- 問合せ/0795-32-4477
- 時間/9:30~17:30 ●定休日/年末年始



えびすや 戒屋菓子店

酒米・山田錦発祥の地の酒まん「山田錦」が人気の老舗。全国菓子博覧会で最高金賞「名誉総裁賞」を受賞しました。

- 住所/多可郡多可町中区中村町104
- 問合せ/0795-32-0261 ●時間/8:30~19:30
- 定休日/水曜日(祝日の場合は営業)

