

Hyogo, The Origin of Japan

日本の原風景を感じる
“ひょうごサイクル
ツーリズムマップ”

A：但馬地区



公益社団法人ひょうご観光本部
Hyogo Tourism Bureau

〒650-8567 神戸市中央区下山手通5-10-1
E-mail: info@hyogo-tourism.jp

HYO
Go! たび
兵庫県公式観光サイト



このマップで紹介するのは、サイクリングウ
ェアに身を包み『速く走る』『高く上る』という
ことを目的としたコースではありません。それより
も『観光を楽しむ』『それぞれの地域を体感する』
ことを目的にサイクリングコースをつくりました。

眺めているだけで何だかホッとする風景、古か
らの歴史を今に伝えてくれる街並み、そして地域で
暮らす人々と出会い触れ合うことができる場所。兵庫
には、このような『日本の原風景』とも言える所が数
多く残されています。

日本海と瀬戸内海という2つの海、四季折々
の色彩を見せてくれる里山、黄金に輝く稲穂、
茅葺き屋根と土蔵の家、古代ロマンを感じ
られる島。都会では味わうことが少なく
なった日本の懐かしい風景、自然と寄り
そった暮らし、そして豊かな山海の幸
を、ここ兵庫で、自転車に乗りながらの
んびり愉しんでみませんか。

兵庫は、日本列島の中心に位
置し、京都や大阪から、電車で
気軽に行き来することができる
とても便利な地域です。

古来より、5つの国（地域）に分
かれていたことから、それぞれの
地域が持つ多様で独特な文化、生
活様式が今も息づいています。

また、南北に2つの海を持ち、
南の温暖な瀬戸内から北の豪雪
地帯まで変化にとんだ地形・気
候を有していることから、サイク
ルツーリズムを年中楽しむこと
ができます。

◆発着地へのアクセス

●但馬地区【鉄道遺産の道】
JR香住駅 兵庫県美方郡香美町香住区七日市字クゴ22番地
→JR三宮もしくは神戸駅からJR特急はまかぜ→JR香住駅下車



●丹波地区【日本の田園風景に行く】
JR篠山口駅 兵庫県丹波篠山市大沢165番地3
→JR大阪もしくは宝塚駅からJR宝塚線→JR篠山口駅下車



●神戸・阪神地区【里山と農村の道】
JR武田尾駅 兵庫県宝塚市玉瀬字イズリハ1番地
→JR大阪もしくは宝塚駅からJR宝塚線に乗り換え→JR武田尾駅
下車



兵庫県



◆コース走行における注意点

- 自転車は車道の左側を通行するのが基本です。自動車に気を付けて、自分のペースを守り、景色を楽しみながら走りましょう。
- 市街地や人通りが多い場所を通る時は、特に歩行者に注意して、交通ルールを守ってゆっくりと走行しましょう。
- 下り坂や狭い道、見通しの悪いコーナーなどではしっかりスピードを落として注意して走行しましょう。
- スタート前はタイヤの空気やブレーキがちゃんと効くかなど、基本的なチェックを忘れずに!



◆カンタン 自転車セルフチェック

- 前後のタイヤに空気は入っていますか?
- ブレーキは前後、しっかりと効いていますか?
- ホイールはゆるんでいませんか? ガタガタしませんか?
- ハンドルはちゃんとまっすぐに固定されていますか?
- ドリンク・携帯食は持っていますか?

⚡E-Bikeの可能性⚡

スポーツ用電動アシスト自転車を「E-Bike」と呼びます。ペダルを踏む力を電気モーターで補助してくれるので、上り坂や向かい風でもラクに走ることが可能になります。今まで一握りのサイクリストだけが見ることができた景色を、たくさんの方にご覧いただくことができる…E-Bikeにはそんな可能性が秘められています。



初心者向け
LEVEL☆☆☆

- のんびりとライドを楽しみたい方
- 距離は短めで、1人でも安心
- 日本の原風景と豊かな食を楽しみながら、ライドも楽しめます
- 自転車でしか行けない場所へ。リラックスしながら冒険を楽しみましょう

中級者向け
LEVEL★★★

- フィットネスも楽しみたい方
- グループライドも楽しめる、距離も上りもチャレンジングなコース設定
- 郷土料理や観光はライドの後で存分にお楽しみください

上級者向け
LEVEL★★★★

- スポーツライドを楽しみたいパフォーマンスライダー向け
- 距離や運動強度も高く、達成感を味わえるコース設定
- 上級者グループでも思う存分に楽しめる、チャレンジングでバリエーション豊かなコース

A 但馬地区【鉄道遺産の道】

START JR香住駅 ▶▶ GOAL JR餘部駅

火成岩で造られた荒々しい地形と美しい海を巡り、日本の鉄道遺産「余部鉄橋」を訪れるコース。途中の海に面した谷間の集落で、瓦屋根が美しい漁村風景を楽しむことができます。

山陰ジオパークに沿って走るこのコースは、交通の往来は少ないものの勾配のきつい坂道を通るためE-Bikeによるライドがおすすめです。上級者であれば坂道も楽しめるでしょう。

余部鉄橋で日本の鉄道技術とその歴史を学んだ後は、道の駅「あまるべ」で地元の海産物や土産物を買うことができます。途中、香住温泉から三田浜海水浴場まで足を伸ばせば、日本海の絶景をさらに楽しむことも可能です。

距離は短いものの変化に富んでおり、日本海の絶景と鉄道遺産が楽しめる見どころの多いコースとなっています。



走行距離 **13.0km**

走行のポイント 途中の香住温泉や鎧の集落を訪れるときは、静かの場合によっては自転車を降りていこう。

見どころ

① 余部鉄橋(空の駅)

1912年(明治45年)に誕生した、鋼トレスル橋として東洋一の規模を誇った余部鉄橋。現在は新たに付け替えられた余部橋梁と並行する3本の橋脚を残して、展望施設として保存されています。地元住民の「生活道路」でもあった余部橋梁、その一部を今も実際に歩くことができます。

兵庫県美方郡香美町
香住区余部1707-1



② 道の駅あまるべ

山陰海岸ジオパークの中心に位置する、船小屋をイメージした建物の「道の駅あまるべ」。余部鉄橋展望施設「空の駅」とエレベーターで直結していて、日本海の眺望と獲れたてのお魚を使ったお食事が楽しめます。時間によっては、お散歩中の「空の駅」駅長を務める大きなカメ「そらちゃん」と出会えます。

兵庫県美方郡香美町
香住区余部1723-4



③ 鎧駅

緑深い山道を抜けると、波静かなリアス式海岸を背景にたたずむ鎧駅。鎧袖(よろいのそで)、と呼ばれる切り立った崖の名前が由来の、いわゆる秘境駅のひとつです。高台から入り江と漁港が見渡せるこの駅は、かつて「青春18きっぷ」のポスターにも使われました。

兵庫県美方郡香美町
香住区鎧



④ 香住温泉

美しい夕日で有名な香住海岸を一望できる「香住温泉」。冷え性やリウマチ、婦人病に効く女性に優しい泉質で、夏は海水浴、冬は日本有数の水揚げを誇る松葉ガニが堪能できます。

兵庫県美方郡香美町
香住区下浜



⑤ 三田浜海水浴場

香住温泉から海沿いの道を進むと、入江の奥に広がる三田浜海水浴場。透明度の高い水と遠浅の砂浜に癒されます。また、海水浴場に向かう途中には象やサイの足跡の化石が見られ、古代ロマンに触れることもできます。

兵庫県美方郡香美町
香住区下浜

