

宍粟市 サイクリングマップ

- 1 戸倉峠名物 滝流しそうめん
- 2 音水湖カヌークラブハウス
- 3 原観光りんご園
- 4 楓香荘
- 5 道の駅はが
- 6 フォレストステーション波賀
- 7 ひとのわ
- 8 古民家茶房 ちょっと
- 9 道の駅みなみ波賀
- 10 ちくさ高原
- 11 御形神社
- 12 まほろばの湯
- 13 道の駅ちくさ
- 14 庭田神社
- 15 山崎アウトドアランド
- 16 道の駅播磨いちのみや

▲氷ノ山 (三ノ丸)



- 17 たい焼き 松川
- 18 ドライブイン オアシス
- 19 土万ふれあいの館
- 20 伊沢の里
- 21 青い家
- 22 山陽盃酒造
- 23 町家カフェ&ギャラリーさんしょう
- 24 宍粟市商工会
- 25 ハッピー・パースデー
- 26 さつき荘
- 27 鮎茶屋 正起
- 28 国見の森公園
- CR ツインリング福岡 ※サイクルレスキー

しそう 1 周コース
(61 km)
A → B → C → E → F → G → A

しそう 1 周コース (ロング)
(76 km)
A → B → C → D → E → F → G → A

日本酒発祥の地「庭田神社」コース
(15 km)
A → B → H

ちくさ高原ヒルクライムコース
(20 km)
A → B → C








音水湖ヒルクライムコース
(24 km)
A → B







サイクルラック 設置店舗情報



(公財)しそ森林王国観光協会 0790-64-0077
宍粟市企画総務部地域創生課 0790-63-3000 (代)

1 戸倉峠名物 滝流しそめん  住: 波賀町戸倉165-13 営: 6~9月末の土日 夏休み期間中 9時~16時半 問: 0790-73-0009 標高1,510mの水ノ山の湧水が30mの渓谷をひとまたぎ。本場「搦保乃糸」そめんは、ひと味もふた味も違う美味しさです。	2 音水湖カヌークラブハウス  住: 波賀町引原323-44 営: 土・日曜日、祝日、 夏休み期間中 9時~17時 問: 0790-73-0336 カヤック・カヌー・SUPのレンタルがあります。ご利用の場合は事前にご連絡ください。	3 原観光りんご園  住: 波賀町原560-1 営: 8月下旬~11月下旬 休: 12月~8月中旬 問: 0790-75-3600 りんご園で味わえる、採れたての果汁をたっぷり使ったジュースやソフトクリームは大人気です。リンゴソフト 250円 リンゴジュース 320円 2時間リンゴ食べ放題 600円	4 楓香荘  住: 波賀町原625 営: 11時~19時 休: 不定休 問: 0790-75-2355 温泉有 楓香荘オリジナル ほんのり甘いりんご味のソフトクリームです。リンゴソフト 250円 (毎月29日は100円引)	5 道の駅はが  住: 波賀町原149 営: (売店) 9時~17時 (食堂) 10時~15時 休: 木曜日 問: 0790-75-3711 カレールーを湖、ロックを堤防、スナック菓子をカヌーに見立てたダムカレーを販売しています。ダムカレー 700円
---	--	---	---	---

6 フォレストステーション波賀  住: 波賀町上野1799-6 営: 9時30分~16時 休: 不定休 問: 0790-75-2717 温泉有 栗山名水で煎るサイフォンコーヒーが心を和ませてくれます。コーヒー 400円	7 ひとのわ  住: 波賀町飯見315 営: 9時~17時 休: 月・水・木・土曜日 問: 0790-75-3090 自治会住民が集まり会話をしたりお茶を飲むことができるコミュニティカフェです。コーヒー無料。軽食の持ち込み可能。	8 古民家茶房 ちよと  住: 千種町西山1586 営: 9時~17時 休: 水・木・金曜日 問: 0790-76-2553 コーヒーや自家製のピザ、チーズケーキなど軽食もあります。食事をされる方は事前に電話でご連絡ください。	9 道の駅みなみ波賀  住: 波賀町安賀8-1 営: (売店) 9時~19時 (食堂) 11時~19時 休: 水曜日 問: 0790-75-3999 地元波賀町でとれたリンゴを使ったリンゴソフトを年中提供しています。夏には期間限定でブルーベリーソフトもあります。ソフトクリーム 300円	10 ちくさ高原  住: 千種町西河内 兵庫・岡山の県境にある激坂。春と秋にはヒルクライムの大会も開催されます。	11 御形神社  住: 一宮町森道280 問: 0790-74-0013 奈良時代宝亀3年(772年)創建と伝えられ、市内唯一の国重要文化財となっています。近頃、朱印を求められることが多くなりました。駐車場、トイレを完備しています。	12 まほろばの湯  住: 一宮町三方624-1 営: 10時~21時 休: 火曜日 (祝日の場合は翌日) 問: 0790-74-8164 温泉有 いちご・メロン・桃・マンゴー・バナナを使ったフロゼンスムージー。冷たくてとっても美味しい。フロゼンスムージー 350円
---	--	---	---	---	--	---

13 道の駅ちくさ  住: 千種町下野野745-5 営: 10時~16時 問: 0790-76-3636 手ごねのすいとん、鴨肉、地元産の根菜などを具だくさんで炊いただんご汁は千種町の家庭で愛された鍋料理です。だんご汁定食 950円	14 庭田神社  住: 一宮町能倉1286 問: 0790-72-0315 「播磨国風土記」にはじめて鐘を使った酒造りが伝えられる「ぬくみの泉」のほかけや木の大本などが見られます。5月3日・10月18日には例祭が行われます。	15 山崎アウトアランド  住: 山崎町小笠野538-37 営: 4月~10月 9時~17時 問: 0790-65-0666 初心者の方でも快適に楽しめるオートキャンプ場です。ご利用の際は事前にご連絡ください。					16 道の駅播磨いちのみや  住: 一宮町須行名510-1 営: (売店) 9時~17時 (食堂) 8時~17時 休: 月曜日 (祝日は営業) 問: 0790-72-8666 鳥取へとつながる幸福の道、国道29号線沿いにある道の駅。地元の名産、紫黒米の定食 500円	17 たい焼き松川  住: 一宮町須行名496 営: 10時~17時 休: 日曜日 問: 0790-72-0248 尻尾の先まで甘い餡子が隙間なく詰まっています。1個 100円	18 ドライブインオアシス  住: 一宮町由田340 営: 9時~19時半 休: 月・火曜日 問: 0790-72-1220 手作りのコロケやミンチカツが大好評です。その季節でしか味わえない山菜や自家製野菜も楽しめます。定食にはミニコーヒーもついています。
--	--	---	---	--	--	--	--	--	--

19 土万ふれあいの館  住: 山崎町土万1515-2 営: 9時~18時 休: 水曜日 問: 0790-67-0359 地元生産の葉わさびを使い、わさびの青さとツーンとした辛みを両方に巻き上げています。3~5月頃までの季節限定商品です。	20 伊沢の里  住: 山崎町生谷214-1 営: 11時~20時 休: 不定休 問: 0790-63-1390 お風呂有 季節に合わせて様々な種類が味わえます。ソフトクリーム 260円	21 青い家  住: 山崎町高下1217 営: 9時~16時 休: 水曜日 問: 0790-62-3431 生豆より自家焙煎したコーヒーや地元の和菓子類人の和菓子と宇治より直接取り寄せた抹茶でおもてなし。コーヒー 300円 和菓子・抹茶 400円	22 山陽酒造  住: 山崎町山崎28 営: 8時~17時 休: 第2・4土曜日、 日曜日、祝日 問: 0790-62-1010 お酒の試飲・販売、酒蔵の見学ができます。予約が必要になりますので、事前にご連絡ください。	23 町家カフェ&ギャラリーさんしょう  住: 山崎町山崎50 営: 10時~17時 休: 日・月曜日 問: 0790-62-0039 造り酒屋を営んでいた第180年の町家を改修したカフェ。酒粕シフォンケーキやオリジナルドリンクを歴史ある空間で楽しめます。酒粕シフォンケーキセット 600円	24 宍粟市商工会  住: 山崎町山崎205 問: 0790-62-2365 商店街にお越しの際には商工会をご利用ください。
--	--	---	--	---	--

CR ツインリング福岡				25 ハッピー・パースデー  住: 山崎町金谷20-5 営: 10時~17時 休: 水曜日・月1回日曜日 問: 0790-65-9203 きのこの外観が目印のケーキ屋さん。持ち帰りはもちろん店内でくつろぎながらおいしいデザートが食べられます。	26 さつき荘  住: 山崎町千本原333 営: 年中無休 問: 0790-62-8333 夕食の食事メニューは貼等「こだわり料理」を提供しています。	27 帖茶屋 正起  住: 山崎町静名354-1 休: 不定休 問: 0790-62-3838 四季折々の自然の恵をお楽しみください。営業時間はお問い合わせください。	28 国見の森公園  住: 山崎町上比地374 営: 9時~17時 休: 月曜日 (祝日の場合は翌日) 問: 0790-64-0923 山麓部と山上部をつなぐミニモノレールは、森の木の間にのって走ります。尾根筋では遠くの山・川・街が一望できます。	作製 兵庫県立山崎高等学校  ヒノキの間伐材を使用し、金具を一切使用していない自転車ラックです。
--------------------	--	--	--	---	---	--	--	--

ファミリーマート 今宿北店  宍粟市山崎町今宿98-9	セブン-イレブン 宍粟市役所前店  宍粟市山崎町山田209-1	セブン-イレブン 宍粟山崎町船元店  宍粟市山崎町船元212	セブン-イレブン 宍粟市山崎町御名店  宍粟市山崎町御名144番2	作製 兵庫県立龍野北高等学校  四方転びという技法を採用し、揺れに強い構造の自転車ラックです。
---	---	--	---	---

サイクルレスキュー
 サイクリングを楽しむ方を対象にした出張修理サービス
 自転車の販売・修理 (パンク修理1,080円)
 出張代は別途必要になります。
 ビギナーの方もお気軽にお越しください。

住: 山崎町青木34-6
 営: 8時30分~18時30分
 休: 日曜日
 問: 0790-62-9580

レスキュー範囲
 宍粟市全域・佐用町・姫路市安富町・たつの市新宮町