

# Cedar シダー

TAKE FREE

大杉谷のある三重県大台町への行き方

## Access Map



水の魔法にかけられて

大杉谷のある大台町へは、公共交通機関でのアクセスが便利です

大阪・名古屋  
方面から

近鉄線にて松阪へ。  
松阪駅(南口)から松阪熊野線(三重交通)にて  
大台町下車。またはJR紀勢本線「三瀬谷駅」下車。

※他、詳しいアクセスについて  
は大台町観光協会ホームページ  
web-odai.info  
にてご確認ください。





*Osugi-Dani*

久しぶりの大杉谷  
はじめての大杉谷

写真: 田里式裸衣 撮影地: シシ淵(表紙)、堂倉滝(p1-2)

## 奥伊勢の秘境は、水に癒されるパワースポットでした

深く切り立った峡谷と、多様な植物に恵まれた原生林の森。表情の異なる2つの自然美を併せ持つ大杉谷は、関西屈指の秘境です。2004年9月の台風21号によりもたらされた壊滅的な被害で、登山歩道閉鎖を余儀なくされていましたが、

2014年4月25日より登山道が全面復旧。神秘の山が10年ぶりに解禁されました。長らく閉ざされていた大杉谷最深部には、荒々しくも魅力的な新名所が登場。久しぶりの登山者、はじめての登山者の訪れを待っています。



秘境  
大杉谷の魅力

自然  
日本三大峡谷のひとつ。  
関西の屋久島と呼ばれる  
水と緑が美しい谷

富山の黒部峡谷、新潟の清津峡とともに日本三大峡谷に数えられる大杉峡谷。大杉谷はこの大杉峡谷を含む、水と緑に恵まれた秘境の山地であり、国からは「吉野熊野国立公園」に指定、世界的にも「ユネスコエコパーク」として認定されています。また、峡谷を流れるのは日本一の清流・宮川(※)。大杉谷は屋久島と比肩される多雨地帯であり、この豊かな水が、深いV字峡谷、個性豊かな滝、「窟(くら)」と呼ばれる巨大な岩壁、美しい原生林や苔を生み出しているのです。

※国土交通省一級河川水質調査で過去12回1位を獲得



歴史

伊勢神宮の式年遷宮に  
使われた御杣山

大杉谷を流れる宮川の下流は伊勢湾に達します。この地理的關係ゆえ、大杉谷は安土桃山時代から江戸時代にかけて計7回、伊勢神宮の式年遷宮の材木を産する御杣山(みそまやま)として活用されました。大杉谷で切り出された材木は、増水期の川の流れを利用して伊勢神宮まで届けられたのです。ぜひ当時の杣人の努力や工夫を想像しながら、登山道を歩いてみてください。



登山道

7つの滝と11の吊り橋、  
原生林が楽しめる登山道。  
ゴールは大台ヶ原!

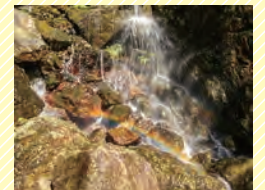
大杉谷登山道は、三重県大台町と奈良県大台ヶ原を結ぶ中級登山道。大杉峡谷の7つの滝と11本の吊り橋を越え、原生林の森を抜けて大台ヶ原に至る、見所の多い登山道です。特に、2014年4月の全線開通まで10年間通行止めになっていた七ツ釜滝～堂倉滝のエリアは、秘境大杉谷の深部。日本の滝100選に選ばれている「七ツ釜滝」はもちろん、台風災害により生まれた新名所「崩壊地」も、登頂欲をかき立てられる絶景です。また山中には山小屋が2軒あり、1泊2日、2泊3日での登山を楽しむことができます。



カップルで行くとご利益が?!

大杉谷のパワースポット

「11本ある吊り橋を一緒に渡るうちに恋が芽生える」という噂がある大杉谷。桃の木山の家～七ツ釜滝間の登山道には、ハート石もあるので、カップルはぜひ探してみてください。また、滝にかかる虹は山の神様からの贈り物。出会えた人はこの一年、いいことがあるかもしれませんね。





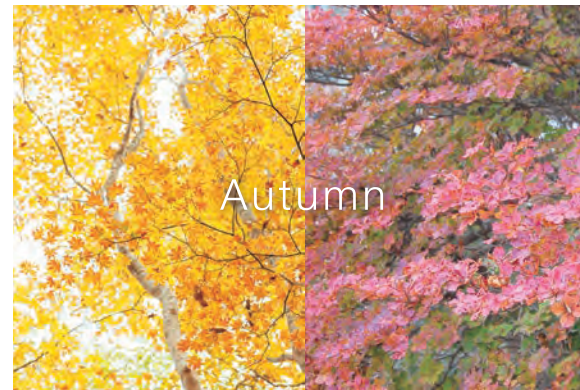
# 大杉谷登山道 Route Guide

ワンルートの登山道。  
迷う危険は少ないけれど  
アップダウンが多いため  
余裕を持った登山計画を！

全長約14.1km・高低差1415mの登山道。アップダウンが多いため、足に負担がかかる下りより、上り登山がおすすめ。日帰りの通り抜けは無理なので、最低でも山中の山小屋で1泊を。宮川が流れる峡谷沿いに行く前半は、標高もさほど高くなく、水辺の美しさを堪能できるエリア。一方、後半の堂倉滝から栗谷小屋にかけての急な上り坂から、標高は一気にアップ。植物の種類もがらりと変わり、春はツツジの仲間、紅葉の季節には黄色に染まる原生林の森が楽しめます。



◆シャクナゲ  
華やかなピンクの花が美しいツツジ科の常緑中・低木。「シャクナゲ坂」「シャクナゲ平」という地名もあるほど、大杉谷を代表する植物のひとつです。開花時期は標高500mの桃の木山の家付近で5月中旬、頂上の日出ヶ岳付近では5月下旬から6月が目安です。

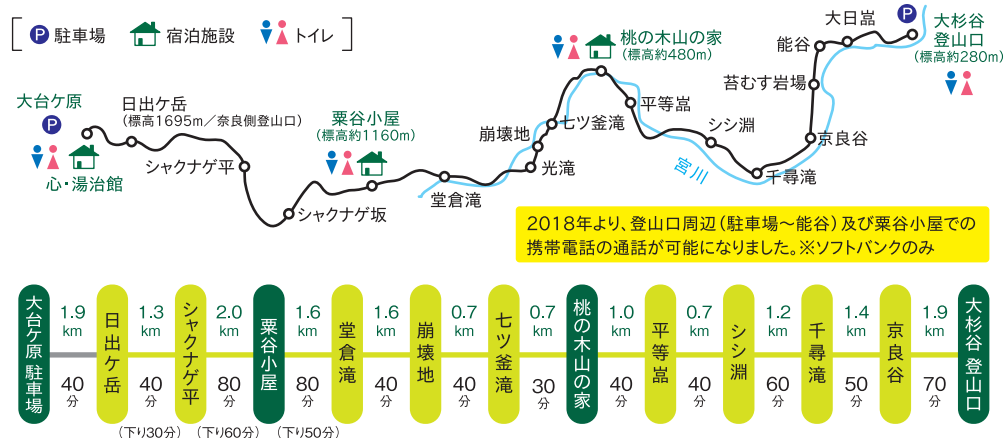


◆紅葉  
大杉谷登山道には、日本の植物の約1/4種が分布しています。紅葉は10月半ばから。栗谷小屋から日出ヶ岳にかけての原生林は美しいイエローに染まります。また頂上付近ではゴヨウツツジをはじめ、赤く色づいた紅葉を楽しむことができます。

## 大杉谷登山道 MAPと参考タイム

歩行時間 10時間10分(上り登山時)

〔P 駐車場 宿泊施設 トイレ〕



※参考タイムは健脚の方の時間です。天候やパーティの体力で大きく変わりますので注意を！ 十分な休憩時間を参考タイムに加えて、登山計画を立ててください。

## 登山口までのアクセス

三重県側・奈良県側のいずれも、最寄り駅までは近鉄電車でのアクセスが便利。登山口までは駅からバスの利用となります。本数が限られているので十分に注意を。近畿・東海圏からは当日出発で充分ですが、遠方からの場合は前泊を視野に入れましょう。



**奥伊勢フォレストピア**  
大台町にある温泉宿泊施設。施設前に大杉峡谷登山バスのバス停がある。  
TEL 0598-76-1200



**心・湯治館**  
大台ヶ原駐車場からすぐの場所にある山小屋。大部屋のほか個室もある。  
TEL 07468-2-0120

### 大杉谷登山口(三重県側)へのアクセス



【大杉峡谷登山バス】 運賃 2500円(大人・子ども同料金 / 要予約)  
【上り】 道の駅奥伊勢おおい10:30発 → 大杉谷登山口12:00着  
【下り】 大杉谷登山口 12:10発 → 道の駅奥伊勢おおい13:40着

### 大台ヶ原/奈良県側登山口へのアクセス



【奈良交通バス】 運賃大人2000円(予約不要・荷物料金は別途200円)  
【上り】 大和上市駅9:00発 → 大台ヶ原(駐車場)10:51着  
【下り】 大台ヶ原(駐車場)15:30発 → 大和上市駅17:21着

※2020年1月現在の情報です。季節によりダイヤが改正される場合もありますので、登山前に各交通機関または大台町観光協会(TEL: 0598-84-1050)にお問い合わせください。

# 大杉谷登山 モデルコース

登山レベル

★★★★

健脚向け

1泊2日

VS

登山レベル

★★★

山ガール  
2年生向け

2泊3日

## あなたはどちら?!

健脚なら1泊2日でも登山は可能ですが、

七ツ釜滝から堂倉滝までの  
秘境深部を充分に楽しむなら、  
2泊3日登山がおすすめです。



## 入山協力金のお願い

国立公園、ユネスコエコパークとして登録させている大杉谷の美しい峡谷、希少な動植物を後世まで残していくための保全活動や、登山者の安全の確保を目的とした協力金です。皆さまのご協力をお願いいたします。

※協力金の理念・使用等の詳細は大杉谷登山センターのWEBにてご確認ください。

**対象** 大杉谷登山歩道を利用する全ての人

**金額** 原則1人あたり **1,000円**  
※1シーズンごとの金額です。

### 納付方法

#### ▲大杉谷登山センターから入山する方

登山センター窓口または登山口にある自動販売機にて納入。

#### ▲大台ヶ原から入山する方

物産店にある自動販売機にて納入。

# DAY 1

1泊2日

2泊3日

1泊2日、2泊3日コースとも、

1日目の行程は同じ。

登山バスに乗り込む前に、  
道の駅でしっかりお昼を調達して!

### 13:00 京良谷で清流チャージ



清流宮川の河原に降りることができる京良谷。ここでのランチも素敵ですが、時間を費やすのは危険。登山慣れしていない人は、登山バス内で昼食を済ませておくのがベスト



### 15:00 シシ淵で記念撮影



大杉谷でも1・2を争う秘境ポイント。  
清流でコーヒーを湧かす贅沢を体験しては?

Start!

9:00頃

### 松阪駅(南口)集合

松阪までのアクセスは  
近鉄電車が便利です!!



大杉谷登山センターで  
登山届けを必ず提出!

※大杉谷登山センターは登山バスの立ち寄りポイントです

※下り登山の場合は、大台ヶ原ビジターセンターに登山届けの提出を!



### 12:00 登山スタート

岩壁の回廊・大日堂から登山スタート!



10:30

「道の駅奥伊勢おおだい」  
から大杉峡谷登山バスに乗車

道の駅までは、松阪駅からJR紀勢本線に乗り、三瀬谷駅下車徒歩約10分で到着です。  
(より早い時間帯であれば、松阪駅から三重交通・南紀特急バス乗車のうえ、道の駅の最寄りである「大台町」下車も可能です)



<登山バスは要予約>

- 予約先:エス・パール交通
- TEL:090-6398-8901(平日 10:00-17:00)
- <http://www.ma.mctv.ne.jp/~s-pearl/tozanbus.html>



登山バス、町営バス、南紀特急バスに乗車できる道の駅

16:30

### 桃の木山の家到着

山の日暮れは早いので、早めの到着を心がけて。ヒノキ風呂と、ボリュームたっぷりの夕食が待ってます!



15:50

### 平等山の吊り橋

吊り橋から見上げる平等山は、見上げると首が痛くなる絶壁!



# DAY 2

2泊3日

七ツ釜滝からの区間は難所が点在。でも2泊3日なら行程に余裕があるので、六甲山や御在所岳への登山経験がある程度の初心者や年配の方でも安心です。特に秋冬シーズンは、日暮れが早いので2泊3日がおすすです。3日目は大台ヶ原をゆっくり楽しみましょう。

VS

## case of 1泊2日

1泊2日で登山する場合は、七ツ釜滝～堂倉滝エリアを3時間強で突破する必要があります。堂倉滝～栗谷小屋間の急な登り坂、日出ヶ岳手前の長いS字階段は、疲れた足には辛いポイント。桃の木山の家を早朝出発するなど、しっかり計画を立てましょう！

7:00  
桃の木山の家  
出発

12:00  
栗谷小屋周辺  
到着

15:30  
大台ヶ原バス停  
から帰路へ

Start!

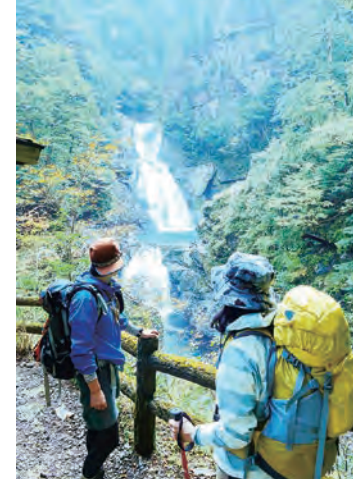
### 9:00 桃の木山の家出発

出発に余裕を持てるのも2泊3日の魅力。桃の木山の家、栗谷小屋ともに、事前予約で昼食のお弁当を用意してもらえるので利用して



### 10:00 七ツ釜滝

いよいよ秘境深部へ！  
苔むした倒木などが、多数現れ始めるエリア



### 15:00 栗谷小屋到着

早めの入浴後、炉端や暖炉前でのんびりしたり、荷物を置いて天然林探索に出かけたり、山小屋での時間を楽しんで。



### 12:00 堂倉滝でランチ

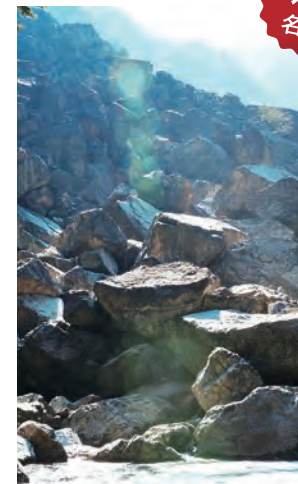
シシ淵と並ぶ大杉谷の秘境。  
滝を眺めながらのランチは最高！



### 11:00

#### 崩壊地をロックオン

山肌が大きく崩落して誕生した新名所。ビルほどの高さに岩が積み重なる、迫力の景観！



新!  
名所

# DAY 3

2泊3日

Start!

### 9:00 栗谷小屋出発

標高1000mを超えるエリア。気温も2日目までと比べぐっと下がるのでウェアで調節を。大台ヶ原をゆっくり楽しみたい方は、早めの出発を心がけて！



### 10:00 天然林エリア



### 11:00 シャクナゲ平周辺

秋は紅葉、春はシャクナゲの花が楽しめます



### 12:00

#### 日出ヶ岳到着

日本百名山のひとつ日出ヶ岳からは、尾鷲の海が一望！天気によければ富士山も見えますよ



### 15:30 バスにて下山

バスの時間まで、独特の景観が魅力の大台ヶ原を散策しよう！



桃の木山の家 食堂

## ▲ 大杉谷の2つの山小屋に泊まる

# 山で過ごす特別な時間

秘境をゆっくり味わいたい。だから選んだ2泊3日の登山。

夜の山は、昼間には見せてくれなかった顔をしている。

標高の異なる2つの山小屋で見つけた、私だけの大杉谷の魅力。

写真：田里武裸衣 文：蔵 麻子



栗谷小屋



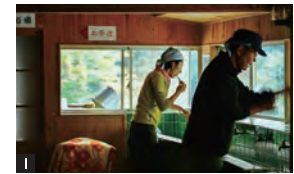
【A】【B】桃の木山の家 本館大部屋と小屋前 山小屋到着後、部屋やフリースペースでのんびりと。ただし登山用ストーブ使用は必ず小屋の外で／【C】粟谷小屋 玄関前。ベルは宿泊客へのお知らせや見送り時に活用。なお、山中は携帯電話がつかないので注意を／【D】桃の木山の家 厨房／【E】峡谷沿いに建つ桃の木山の家。小屋の下を流れる川の水は夏場でも冷たく、水遊びに最適



流れ星の多さに驚く山の夜  
願い事、叶うかな



【F】粟谷小屋からの夜空／【G】粟谷小屋の横の木風呂／【H】桃の木山の家は檜風呂。両山小屋とも風呂があり、薪で焚いたお湯は、体を芯から温めてくれる。湯上がりにも活用できるオリジナル手ぬぐいは、桃の木山の家売店で販売／【I】桃の木山を家の洗面所。石鹸や歯磨き粉は使わないのが山小屋のルール



## 水の音、星空がこんなに近い。秘境の山小屋、贅沢な時間

山に泊まるというのは、改めて考えると不思議な体験だ。男女複数の山友達と、大杉谷登山に訪れた。次々に現れる秘境に夢中になって、でもさすがにくたくた、というタイミングで不意に見えた赤い屋根。吊り橋を渡って山小屋に到着とは、なんとも心躍る体験だ。1泊目の桃の木山の家は、

山中にあるのが不思議なくらいの立派な山小屋だった。山小屋というと大部屋で皆と枕を並べての宿泊が当たり前だし、それが楽しいのだけど、桃の木山の家には6名までが入れる個室もある。探検したくてウズウズしてたら「お風呂がわいてますよ!」と、スタッフさん。そう、山の中なのに、ここ

には立派なお風呂があるのだ。登山の汗を流し、さっぱりした服に着替えて食堂へ。すでに乾杯中の男性陣に合流し、夕食タイム。暗闇の中、食堂の窓から光って見えたのは、カモシカの目？ 眠い目をこすりながら布団へ。峡谷を流れる川音を耳に、深い眠りについた。

2日目、セツ釜滝から堂倉滝まで、夢中で写真を撮っているうちにあっという間に時間が過ぎてしまった。男性陣は山頂まで行く自信があったみたいだけど、2泊3日にして正解。2泊目の粟谷小屋は、個室中心で桃の木よりさらにアットホーム。男性陣が山小屋周辺の散策に出かけるのを



見送って、私たちは囲炉裏や暖炉、テラスでコーヒーを飲みながら、他の登山者とのおしゃべりを楽しんだ。早めに着いたはずなのに、気がつけばもう夜。小屋を一步出れば、満天の星空が降ってくる！他の宿泊客の迷惑にならないよう静かに、でも興奮しながら流れ星を待った。「願い事、何しよう」と小声で会話。星を見上げる目が潤むのは何故だろう？心の奥がほどけていく感覚。2泊3日の山で過ごす特別な時間は、自分に素直になれる時間なのかもしれない。



【J】山の水で淹れたコーヒーを。両山小屋とも無料サービス有／【K】桃の木山の家 個室／【L】桃の木山の家 食堂の下は、風呂焚き用の薪がぎっしり

## 桃の木山の家

吊り橋を渡った先にある山小屋は、溪流を見下ろす佳景の立地。ヒノキ風呂のほか、夏は溪流で水浴びも楽しめる。秘境にありながら実は定員250名と関西最大級の山小屋。大部屋の他、個室(別途費用)の利用も可能。

標高 約480m  
 営業期間 4月下旬～11月下旬  
 定員 250名(要予約)  
 宿泊料金 ●1泊2食 9000円 ●素泊まり 5500円  
 弁当 1000円  
 TEL 0597-32-2052(連絡所)  
 WEB <http://www.momonokigoya.jp/>

## 粟谷小屋

日出ヶ岳から約2～3時間の立地にある、アットホームな山小屋。標高が高いため夏は涼しく、秋冬は暖炉を囲んでの登山客との交流が魅力。全室個室でトイレは水洗。風呂は高野檜の香りの良い湯で、登山の疲れを癒してくれる。

標高 約1145m  
 営業期間 4月下旬～11月下旬  
 定員 70名(要予約)  
 宿泊料金 ●1泊2食(夕食/朝食)  
 大人 9,000円/小学3年生以下 7,000円  
 ●1泊+夕食 8,200円/小学3年生以下 6,200円  
 ●1泊+朝食 8,000円/小学3年生以下 6,000円  
 ●素泊まり 6,000円/小学3年生以下 5,500円

TEL 090-1567-0010(予約専用)  
 090-2779-0813(小屋直通)  
 2018年より、ソフトバンクの携帯が使用可能になります(発電機が稼働している時間のみ)。  
 WEB <http://www.awadanigoya.com/>

※この情報は2020年2月時点のものです。詳細は各山小屋にお問い合わせください

登山ガイドさんに聞きました!

# 大杉谷の魅力 と 登山の注意点

大杉谷登山道本開通前から  
山を訪れている登山ガイドのお2人に、  
大杉谷登山についてのQ&Aにお答えいただきました。

角山 初美さん *Tsunoyama Hatsumi*

やまとなでこ代表。心と身体の健康をテーマに多彩な山歩きの楽しみ方を提案している。富士山登山ガイド歴10年以上。(社)日本山岳ガイド協会公認登山ガイド/関西山岳ガイド協会所属

Yamamoto Michio 山本 道夫さん

山道 Mountain Guide Office代表。トレッキングから沢登り、クライミング、雪山まで幅広くガイドをこなす。(社)日本山岳ガイド協会公認山岳ガイド ST1 / 関西山岳ガイド協会所属 / JAN 雪崩業務従事者Level.1

Q. 登山のプロから見た、  
大杉谷の魅力とは？



「エメラルドグリーンの水と山の緑とのグラデーションが素晴らしい、他にはまずない景観が広がる登山道ですね。頑張って登った人だけにしか、この景色を味わう贅沢は味わえません(角山)」「僕は岩登りもするので、大杉谷の巨大な岩壁はとでもそそられます。無機質な岩と植物や水とのハーモニーが素晴らしい、スケール感のある山だと思います。山中は携帯電話が通じないというのも、冒険心をそそりますよね。霧が漂う雨上がりの幻想的な風景も素晴らしいですよ(山本)」

## Q. 服装や装備はどうしたらいい？

「雨が多い地域なので、上下セパレーツのレインウエアは必ず持って行くこと。6～9月にかけて雨の翌日はヒルが出やすいので、足の肌を露出しない服装で。ジーンズなど伸縮性のないボトムはNGです！アウトドアショップでヒル避けスプレーが入手可能ですが、塩や食塩水を携帯して足元にまくだけでもヒル避けになります。携帯電話やMAPの防水カバーがあると便利。トレッキングポール、グローブや、休憩用の折りたたみ座布団も疲れを軽減するアイテムです。(山本)」

「すべりにくい登山靴を必ず用意すること。またヘッドライトは必須。消灯が早い山小屋でも役立ちますよ(角山)」



春～秋の大杉谷登山の参考スタイルがこちら。山頂は標高1000mを超えるため、重ね着で温度調整できる繊維物の用意を。インナーは吸汗・速乾性のある素材の半袖または長袖をチョイス。いずれも襟元がジップタイプだと体温調節がしやすく日焼け対策にも。ボトムも吸汗・速乾・ストレッチ性のある動きやすいものを選んで。バックパックは30Lぐらいがおすすめ

## Q. 大杉谷登山の注意点とは？

「万が一の遭難や滑落に備え、登山保険に加入してください。大杉谷でも年間数件の事故が発生しています。大杉谷登山センターまたは大台ヶ原ビジターセンターにて、必ず登山届けの提出を！登山道の状態が気になるときは、迷わず大杉谷登山センターに確認してください。また、山中には写真を撮りたくなるポイントが多数ありますが、歩きカメラは危険！足元や周囲に目を配ってくださいね(角山)」

「登山は上りの方が安全です。下りの場合は足元を見て小股で進みましょう。鎖場など狭い場所では対向者と譲りあって登山を。顔を上げ、自分が進む道を確認しながら進むと迷いません。また、雨が多い地域なので、台風シーズンは無理な登山を避けましょう(山本)」

鎖場は密集して登らず、対向者に注意を

## Q. 山小屋では石鹸を使っちゃいけないの？！

「環境保全のため、石鹸や歯磨き粉の使用は慎んでください。お風呂があるだけでも贅沢と心得て！山小屋は自家発電のため消灯が早く、充電もNG。ヘッドライトの予備電池も、持っておくと安心です。また宿泊予約はもちろん、早めの到着を心がけて。特に秋は、日暮れが早いので要注意。遅くなると山小屋の方に心配をかけるだけでなく、山小屋や登山センターによる搜索開始なんて事態になることも！(角山)」

「山小屋とは本来簡素なもの。大杉谷の山小屋は設備が整っていますが、過剰なサービスを求めるのはマナー違反。モノに恵まれた都会とは違う非日常を楽しみましょう(山本)」



山の夜は冷えるので、寒がりさんは薄手のフリースなどの用意を

## Q. 一人では不安。一緒に登ってくれる人を見つけない

「(株)ベルデ大台ツーリズム(P.22)が主催する登山イベントを利用するといいですね。また、私たちもマンツーマンからグループ登山までガイド依頼に対応していますので、よろしければ問い合わせください(角山)」

「山を舞台に登山者が主役の気分になれるガイドを心がけています。登山のライブ感を心ゆくまで味わっていただきますよ！(山本)」

ガイド問合せ・申込み先

山本道夫

Mail: yamayama.5090@gmail.com  
WEB: <http://restpoint.jimdo.com>

角山初美

※育休につき、再開をお楽しみに！  
Mail: hacpcphyi@yahoo.co.jp  
WEB: <http://yama-to-nadesiko.com/>

撮影協力:ロッジ大阪店



山で料理をしたい、など  
希望に応じた登山プランを  
ご提案します

大台ヶ原をクリアした  
2泊3日登山も  
ご案内しますよ！

登山前後のお楽しみ！食べて帰って・持って帰って

## ご当地グルメ&スーベニール

大杉峡谷登山バス利用で立ち寄ることができる道の駅や奥伊勢フォレストピアのほか、山小屋で入手可能なグルメやお土産を紹介します。

※登山バスは奥伊勢フォレストピアでの長時間停車はいたしません

### ▲ 道の駅グルメ

大杉峡谷登山バスのスタート地点である「道の駅奥伊勢おおだい」は、大杉谷上り登山の起点。ここで地元の美味しいお弁当や、清流ドリンク、行動食にもなるスイーツを手に入れば、大杉谷登山もますます楽しめるというものです！

●入手可能場所:道の駅奥伊勢おおだい



Food

地元産の新鮮な食材を使ったお弁当は種類もいろいろ、値段もお手頃ですよ

Drink



水だけでできて  
便利で美味しい  
「ふっ茶おろ」は  
お土産にも重宝

推薦人:  
大台町観光協会  
西口菜実さん

伊勢神宮に奉納された歴史を持つ大台茶を、手軽に楽しめる水出しティーパックが「ふっ茶おろ?」。ペットボトルに入れやすい縦長タイプなので、清流宮川の水を詰めた「森の番人」に差し込めば、登山の頃には美味しい水出し緑茶が完成！水は山中でも補給できるので、登山のお供にぜひ。



●Price:ふっ茶おろ? 5本入り 470円・森の番人ペットボトルセット 210円

Sweets

大台茶を贅沢に使用した大台スイーツは、甘みとお茶の苦みが相まって美味。また、よもぎ入りのおはぎ「ないしょ餅」、つぶあんごしり大福餅「ぼっちゃり餅」、朴葉で包んで蒸した「朴の木だんご」は地元で昔から伝わる、手作りの味です。

大台茶がスイーツに!  
お土産はこれぞ  
決まり!



推薦人:奥伊勢フォレストピア  
支配人 坂東千晴さん



### ▲ ゆずっこ&柚子かすていら

大杉谷を含む大台ヶ原山系を源流とする清流宮川。その美味しい水と里山が育てた柚子で作った「ゆずっこ」は、柚子のアロマと優しい甘みに癒されるユズネードです。豊かな水に恵まれた里山は、柚子の隠れた産地。カステラやパウンドケーキなど、登山に疲れた体に嬉しい甘いお土産も揃っています。

アウトドアの  
あとは柚子で  
元気に!



●入手可能場所:  
道の駅奥伊勢おおだい  
奥伊勢フォレストピア

●Price:  
ゆずっこ 237円  
柚子かすていら 1,000円  
柚子パウンドケーキ 648円

推薦人:(株)ベルデ大台ツアーズ代表  
野田綾子さん



### ▲ 山小屋手ぬぐい

汗拭きによし、日差しよけによし、緊急時には裂いて包帯代わりにもなる手ぬぐいは、登山アイテムとしても優れたもの。桃の木山の家では、大杉谷の滝をイメージした手ぬぐいを販売中。山小屋スタッフも愛用しています。

●入手可能場所:桃の木山の家  
●Price:800円



### ▲ 清流で作られた地酒

文化二年(1805年)創業。宮川の清流と自社の田地の米から作られた日本酒は、大台町民に愛され「プレゼントに最適」との証言も。八兵衛は米の旨味がまるやかで食事に合わせやすい純米酒。また和りキュール「オレンジベアー」など女子向けラインも。桃の木山の家では花柄が可愛いカップ酒「東獅子」を楽しめます。

八兵衛は温めても  
美味しく美容にも  
いいですよ



●Price:  
オレンジベアー(720ml) 1,466円  
酒屋八兵衛 伊勢錦「山鹿純米」  
(720ml) 1,578円

●元坂酒造:三重県多気郡大台町柳原346-2  
●入手可能場所:道の駅奥伊勢おおだい・奥伊勢フォレストピア・元坂酒造  
※取り扱い銘柄は場所によって異なります



推薦人:元坂酒造  
元坂新平さん

大杉谷登山を  
もっと楽しくする  
施設を紹介!

知ってる? 秘境がある町のポテンシャル

# アウトドアリゾート 大台町 *Odai-sho*

大杉谷のある大台町は、水辺の遊びや

キャンプサイトにも恵まれたアウトドアリゾート地。

大杉谷にいたるまでも、さまざまなお楽しみスポットがあるんです。

大杉谷だけじゃもったいない! もっと大台町を遊び尽くしましょう!



## 登山・観光情報 大杉谷登山センター



大杉谷の安全を守るスタッフが常駐するセンター。大杉谷の最新情報は、ここで確認! 地元ガイドの斡旋も行っていますので、お問い合わせを。また、登山バスが立ち寄るため、登山届はこちらで必ず提出してください。2階の休憩スペースが利用でき、登山グッズやお土産なども扱っています。



大杉谷登山センター  
TEL: 0598-78-3338  
住所: 三重県多気郡大台町大杉140-40 大杉谷登山口より約10km

## 前・後泊 ツアー (株)ベルデ大台ツーリズム / まてハウス



大杉谷の登山ツアーのほか、清流宮川で遊ぶSUPやカヤックのアクティビティなどさまざまなアウトドアプログラムを提供しています。アウトドアコンシェルジュが遊び方を提案するゲストハウス「まてハウス」も運営。



㈱ベルデ大台ツーリズム  
TEL: 080-4840-7315  
住所: 三重県多気郡大台町下真手308



ゲストハウス まてハウス  
TEL: 080-4840-7315 (ベルデ大台ツーリズム)  
住所: 三重県多気郡大台町下真手307番地1 大宮大台ICより車で約11分



## お土産

### 道の駅 奥伊勢おおだい

登山バスの乗り場がある道の駅。登山前のお弁当や、お土産の購入に大活躍! お食事のほか、鹿肉パテの「おいしかバーガー」や、大内山乳業のソフトクリームなど、軽食も楽しめます。



道の駅奥伊勢おおだい  
TEL: 0598-84-1010  
住所: 三重県多気郡大台町佐原663-1 大宮大台ICより車で約3分

大台町観光協会

大台町の観光情報全般は、こちらのサイトをチェック!



## 前・後泊 温泉

### 森の中のホテル 奥伊勢フォレストピア

ホテルタイプや一棟貸しのコテージタイプの宿泊、レストランを併設した温泉リゾート施設。温泉は日帰り入浴も可能なので登山の疲れを癒すならこちらへ。送迎付きの大杉谷登山プランも人気です。



森の中のホテル 奥伊勢フォレストピア  
TEL: 0120-017-137  
住所: 三重県多気郡大台町園993 大宮大台ICより車で約15分



発行 / 2014.4.25初版・2020.02.29改訂第四版 発行所 / 大台町観光協会  
問い合わせ先 / 大台町観光協会 〒514-2404 三重県多気郡大台町佐原663-1 電話 0598-84-1050