

山梨市の厳選した9のフィールド

山梨市の豊かな自然の魅力を感じながら程よく汗をかき癒されるこの9つのフィールドから健康に繋げるトレイルプログラムをラインナップ。『西沢渓谷ガイドの会』が楽しく安心のトレイルをお手伝いいたします。

山梨市を訪れる観光客の主な旅行目的は、「自然を楽しむ」54.6%が最も多く半数以上を占めています。ついで「登山・トレッキング」が22.8%と続きます。(平成23年山梨市観光指針より)
ご家族で、仲間と、そしてカップルで! もちろんおひとりの「ぼっちハイク」も大歓迎。皆さまが楽しめるYamanashi City『健康トレイル9』。山梨市の自然・歴史、文化を熟知したガイドとともに安心して癒しの時間を9のフィールドでご提案いたします。皆さまのご参加をお待ちしております。



Section 1 国内屈指の渓谷美
西沢渓谷・三重の滝 往復コース

Course DATA	
参考タイム	2時間40分
歩行距離	6.6km
標高差	45m
体力レベル	★★☆

西沢渓谷は、秩父多摩甲斐国立公園内に位置し国内屈指の渓谷美を誇る景勝地です。巨大な花崗岩を清流が浸食してできた渓谷は、いくつもの滝を作り、神秘的な魅力に満ちあふれています。「日本の滝百選」の名瀑・七ツ釜五段の滝、そして、三重の滝、竜神の滝、恋糸の滝、貞泉の滝などが織りなす渓谷美は、まさに圧巻です。渓谷内の遊歩道から四季の変化が楽しめ、5月のシャクナゲや秋の紅葉は特に人気です。森林セラピーをはじめ「平成の水名百選」「森林浴の森100選」「水源の森百選」に選定されています。

※このコースは、「三重の滝」で引返す往復コースです。

Section 3 甲府盆地を眼下に富士山
小檜山・富士見 周回コース

Course DATA	
参考タイム	3時間
歩行距離	6.1km
標高差	186m
体力レベル	★★☆

鎌倉時代～室町時代にかけて高僧・夢窓国師の修行の地といわれ、檜の木が多いことから小檜山と呼ばれるようになったと言われております。一方、夢窓国師が名付けた古那羅山、ごん鉢を伏せた姿からごんぼち山の別称もあります。山頂からは、甲府盆地が一望でき、御坂山塊越しの富士山も見事です。また、山頂北側は錫杖ヶ原と呼ばれ、レンゲツツジの群生地となっています。子受け地蔵が迎えてくれる焼山峠から、ヤマトタケルの伝説・的石を經由する稜線沿いのコースは、初心者や親子連れにも最適の歩きやすいコースです。

Section 5 静寂な森で巡る滝
徳和渓谷 往復コース

Course DATA	
参考タイム	3時間
歩行距離	6.2km
標高差	340m
体力レベル	★★☆

徳和渓谷は、笛吹川の支流である徳和川沿いにある渓谷で、初夏にはさまざまな山野草があちこちで可憐な花を咲かせます。乾徳山登山口バス停から、3時間ほどで渓谷探勝を満喫できる手軽さと、規模こそ西沢渓谷には及びませんが、静寂の樹林の中を夢窓の滝、長尾の滝、荒神の滝、白虎の滝、竜神の滝、柳滝、愛染の滝などの滝が次々と現れる渓谷道は、近年人気のコースです。

Section 7 名瀑とパワースポットを巡る
一之釜・大嶽山 コース

Course DATA	
参考タイム	3時間40分
歩行距離	8km
標高差	225m
体力レベル	★★☆

「名瀑一之釜」は、「釜沢の滝」「女滝」と進み、吊り橋を渡った先にエメラルドグリーンに輝く滝壺と落差約21mの滝の間近まで近づける大迫力でインスタ映えスポットとしても人気です。深山幽谷の感深く1300年の歴史を誇る修験道場に始まる大嶽山那賀都神社を歩きます。溪流の瀨音と鳥の囀り、目の前に広がる山々の木々が日常の雑念を忘れさせてくれます。

Section 8 信玄の万力林が始まりの公園
万葉の森 周回コース

Course DATA	
参考タイム	1時間30分
歩行距離	1km
標高差	3m
体力レベル	★★☆

万力公園「万葉の森」は、松、梅、すみれ、彼岸花など万葉集にうたわれた植物が公園内に多く自生していたことから、その植物の歌碑を園内にちりばめ、平成5年万力公園「万葉の森」として開園しました。26首27基の歌碑があり、この地に自生していた植物にゆかりのある歌を設置。万葉集の研究者(故)犬養孝さん、中西進さんのお二人の直筆の歌碑や、歌碑の中でうたわれている植物や動物を公園内で一緒に楽しむことができます。

Section 2 自然が創り出した景観
西沢渓谷 周回コース

Course DATA	
参考タイム	4時間30分
歩行距離	10km
標高差	245m
体力レベル	★★☆

西沢渓谷七ツ釜五段の滝付近にある滝見橋が令和2年4月に落石等により損傷していることを確認したことから通行止めとしていた西沢渓谷歩道について、令和3年10月23日仮設の迂回ルートが完成しました。この迂回ルートは急登が続き、滑りやすいため安全に配慮してトレッキングをお楽しみください。また、安全確保のためトレッキングシューズの着用をお勧めいたします。尚、ガイドの会でのご案内は、滝見橋本橋の復旧工事完了まで、迂回ルートは使わず三重の滝までの往復コースで実施しております。(令和4年4月現在)

Section 4 信仰の山の古道を歩く
小檜山・旧フフの里 往復コース

Course DATA	
参考タイム	5時間
歩行距離	9.2km
標高差	834m
体力レベル	★★★

登山コースは旧保健農園ホテルフフ北側駐車場を起点とした古くからの小檜山登山道で、途中母恋し路・父恋し路の二手に分かれ、コース上には黎明岩、羅漢岩、薬石門、白雲の滝、数々の石仏など信仰の山にふさわしい見どころが多くあります。父恋し路から大沢ノ頭を経て山頂に至るコースの途中には、幕岩と呼ばれる巨大な露石があり、鎖を使って登ることができます。

Section 6 森の中に出現する湖
乙女湖 周回コース

Course DATA	
参考タイム	3時間
歩行距離	6.1km
標高差	80m
体力レベル	★★☆

乙女湖は、琴川ダムによってできた人工湖で、スイスを思わせるような素晴らしい景色が広がっています。金峰山や国師ヶ岳など登山に向かう場所に位置し、湖周辺には『日本一星に近い』柳平分校があります。遊歩道や眺めの良い駐車場も整備され、大自然に囲まれた乙女湖の水面に映る景色や森の中の鳥の囀りを楽しめます。

Section 9 森の中、数々の奇岩が出現
仏沢～友沢 周回コース

Course DATA	
参考タイム	2時間40分
歩行距離	5km
標高差	388m
体力レベル	★★☆

旧山梨市において「山梨八景」のひとつに指定された景勝地(仏沢の暮雪)であり、武田時代の城跡もあります。「逆さ仏」が見守る仏沢、樹間から富士山を望む尾根道を経て、奇岩が連なる友沢を下る登山コースです。平成21年に市と地元住民が協働で整備したコースです。仏沢登山口には駐車場も完備され、手軽な周回コースです。

※掲載のコース内容は、2022年現在のものです。(各コース・標準タイムで掲載。)