

豊橋自然歩道とは？

豊橋自然歩道は、豊橋市東部の弓張山地一帯に整備された自然に親しむための遊歩道で、北の中山峠から南の松明峠までの弓張山地の尾根道を本線として、石巻や赤岩、岩崎などの各集落からの登坂路を支線として道標や階段等は設備されています。自然歩道周辺は、石巻山や葦毛湿原をはじめとした自然に恵まれた地域であり、近くは浜名湖や豊橋市街、遠くには富士山や三河湾を望める手軽なハイキングコースとして親しまれています。日常の喧騒を離れ木々のトンネルをくぐり抜けると、心癒さすの町並みを眼下に望む素晴らしい眺望が開けます。

自然歩道ルート紹介 1

※行程距離・時間はあく目安です。登りと下りでは、所要時間が異なりますのでご注意ください。

1 豊橋自然歩道本線（南）

東山（松明峠）2.2 km / 70分 二川 TV 中継所1.5 km / 40分 普門寺峠0.5 km / 20分 神石山0.6 km / 15分 雨宿り岩1.4 km / 40分 多米峠

2 豊橋自然歩道本線（北）

多米峠1.6 km / 40分 赤岩尾根分岐点0.6 km / 20分 イヌツグ群生林0.6 km / 20分 大知波峠2.7 km / 60分 頭浅間（大山浅間社）0.4 km / 10分 本坂峠4.0 km / 110分 中山峠

3 中山自然歩道（支線）

石巻萩平町（西郷小学校前バス停）1.2 km / 15分 大沢林道入口1.6 km / 40分 中山峠

4 旧姫街道（高山～本坂峠）

高山町（嵩山中村バス停）2.0 km / 60分 本坂峠

5 高山自然歩道（支線）

高山自然歩道入口0.2 km / 10分 高山蛇穴1.5 km / 40分 頭浅間（大山浅間社）

6 長彦自然歩道（支線）

二軒屋バス停2.1 km / 30分 長彦自然歩道入口1.6 km / 50分 大知波峠（長彦峠）

7 石巻山自然歩道（支線）

石巻登山口バス停0.8 km / 15分 間場口1.6 km / 40分 石巻山駐車場・石巻自然科学資料館・石巻神社上社0.6 km / 25分 石巻山山頂

8 石巻観光路・石巻巡回遊歩道（支線）

石巻山駐車場2.8 km / 40分 石巻観光路 A 地点 → 石巻巡回遊歩道（南）0.7 km / 30分 イヌツグ群生林0.7 km / 20分 石巻尾根分岐点 → 石巻巡回遊歩道（北）0.6 km / 20分 石巻観光路 B 地点 → 石巻山駐車場2.4 km / 30分

9 赤岩自然歩道（支線）

豊橋鉄道市内線赤岩口電停1.7 km / 40分 赤岩自然歩道入口4.2 km / 120分 赤岩尾根分岐点

ハイキングコース案内

公共交通機関を利用して行くことのできるハイキングコースを紹介します。※行程距離・時間はあく目安です。登りと下りでは、所要時間が異なりますのでご注意ください。

入門コース：1

岩崎・葦毛湿原バス停0.6 km / 10分 葦毛湿原・岩崎自然歩道入口0.9 km / 15分 葦毛湿原1.8 km / 60分 二川 TV 中継所1.5 km / 40分 普門寺峠0.5 km / 20分 神石山1.2 km / 60分 神石山自然歩道入口1.6 km / 30分 駒止バス停

【寸評】 神石山に登る所は少し険しい。葦毛湿原から二川 TV 中継所までのルートで折り返してもよい。

入門コース：2

石巻登山口バス停0.8 km / 15分 間場口1.6 km / 40分 石巻山駐車場・石巻自然科学資料館・石巻神社上社0.6 km / 25分 石巻山山頂3.0 km / 60分 石巻登山口バス停

【寸評】 石巻山登山コース。頂上付近は険しい。

健脚向けコース：1

豊橋鉄道市内線赤岩口電停1.7 km / 40分 赤岩自然歩道入口1.8 km / 40分 赤岩寺自然歩道合流点3.4 km / 60分 赤岩尾根分岐点0.6 km / 20分 イヌツグ群生林0.6 km / 20分 大知波峠又は石巻尾根分岐点0.6 km / 20分 石巻巡回遊歩道（北）石巻観光路 B 地点2.4 km / 30分 石巻山駐車場1.6 km / 40分 間場口0.8 km / 15分 石巻登山口バス停

【寸評】 長距離コースである。

健脚向けコース：2

二軒屋バス停2.1 km / 30分 長彦自然歩道入口1.8 km / 50分 大知波峠（長彦峠）2.7 km / 60分 頭浅間（大山浅間社）1.5 km / 40分 高山蛇穴0.2 km / 10分 高山自然歩道入口0.3 km / 10分 嵩山中村バス停

【寸評】 距離は短いが険しい場所が多い。浅間神社、高山蛇穴等の史跡が多く、コース外になるが水穴、正宗寺、長楽のヒノキなど見どころは多い。

健脚向けコース：3

豊橋鉄道市内線赤岩口電停2.2 km / 60分 赤岩寺自然歩道入口5.2 km / 100分 赤岩尾根分岐点1.6 km / 40分 多米峠1.4 km / 40分 雨やどり岩0.6 km / 15分 神石山0.5 km / 20分 普門寺峠1.5 km / 40分 二川 TV 中継所1.8 km / 60分 葦毛湿原0.9 km / 15分 葦毛湿原・岩崎自然歩道入口0.6 km / 10分 岩崎・葦毛湿原バス停

【寸評】 本線、支線（赤岩）ともに後線上を通るため、アップダウンが多い。葦毛湿原をはじめ、見どころが多い。

※ 自然歩道を利用

これらのコースのほかにも様々な組み合わせが考えられます。自家車で石巻山や多米峠、葦毛湿原の公共駐車場を利用する方法もあります。

自然歩道ルート紹介 2

※行程距離・時間はあく目安です。登りと下りでは、所要時間が異なりますのでご注意ください。

10 赤岩寺自然歩道（支線）

豊橋鉄道市内線赤岩口電停2.2 km / 50分 赤岩寺自然歩道入口（赤岩寺）1.8 km / 40分 赤岩寺自然歩道合流点

11 多米自然歩道（支線）

多米峠無料休憩所0.7 km / 20分 多米峠

12 神石山自然歩道（支線）

駒止バス停1.6 km / 30分 神石山自然歩道入口0.8 km / 40分 本線合流後北へ0.4 km / 20分 神石山

13 普門寺自然歩道（支線）

駒止バス停1.6 km / 30分 普門寺自然歩道入口0.8 km / 40分 普門寺峠

【廃止・立入禁止】 普門寺へは下れません

14 神石山自然歩道（支線）

普門寺自然歩道入口0.8 km / 40分 神石山

15 葦毛湿原・岩崎自然歩道（支線）

岩崎・葦毛湿原バス停0.6 km / 10分 葦毛湿原・岩崎自然歩道入口0.9 km / 15分 葦毛湿原1.8 km / 50分 二川 TV 中継所

16 東山自然歩道（支線）

JR 二川駅0.8 km / 20分 東山自然歩道入口1.5 km / 40分 東山（松明峠）

17 二川自然歩道（支線）

JR 二川駅0.5 km / 15分 二川自然歩道入口1.3 km / 40分 東山（松明峠）

18 大脇自然歩道（支線）

竹の谷橋0.5 km / 15分 大脇自然歩道入口1.3 km / 40分 豊橋自然歩道本線

※ 自然歩道を利用

豊橋自然歩道へ向かう風景

登山道は、弓張山地の尾根をたどります。石巻山や葦毛湿原など、自然に恵まれた環境が広がります。

豊橋自然歩道を利用するにあたって

1 自然を大切に、いつもきれいに美しく
1 豊橋自然歩道は石巻山多米県立公園内や私有地を通っています。むやみに植物や動物を採取してはいけません。
2 火災防止のため、エリア内は禁煙しましょう。
3 案内板、道標等にはいたずらしないようにしましょう。
4 豊橋は530運動発祥の地です。自分のゴミは必ず持ち帰りましょう。
5 自然のバランスを壊すので、餌やりや他から植物を持ち込むことは止めましょう。
6 勝手にコースを作成してはいけません。
7 野生動物を病気から守るために、ペット連れでの散策はご遠慮ください。

2 ハイキングを楽しむために
1 事前にコースを確認し、体力と相談して時間の余裕のある計画を立てましょう。場合によっては、早めに切り上げることも必要です。
2 肌をなるべく露出しない長袖、長ズボン等の歩きやすい服装を心掛け、はきなれた靴を履きましょう。荷物を背負って両手をあけて、日除けの帽子や水分補給用の水筒、ちょっとしたおやつなどを持ちましょう。
3 天気予報をしっかり把握しましょう。山の天気はわかりやすいです。雨天の時は滑りやすく事故がおきやすくなります。
4 自分のペースで歩き、疲れたら無理をしないで休憩しましょう。また、道に迷った、道が分からなくなった時は、コースがはっきり判る所まで戻りましょう。
5 マムシやスズメバチなど危険な生物も山にいます。発見したら刺激を与えないように静かに速やかにその場を離れましょう。黒い服装はスズメバチを刺激すると言われています。

【豊橋自然歩道への交通案内】
・公共交通機関の場合は、豊橋駅か二川駅からバスまたは市内電車を利用して自然歩道へアクセスできます。
・自家車の場合は、石巻山駐車場、多米峠無料休憩所、葦毛湿原駐車場等に停めることができます。
【問い合わせ／発行元】
豊橋市役所観光振興課 TEL. 0532-51-2430

自然歩道を彩る花々

1. ヤブツバキ
冬に花を咲かせます。弓張山地の所々に生え、冬でもつやつやした緑の葉をつけ目立ちます。本坂峠を浜松市（三ヶ所町）側に行くと、ヤブツバキの群生地があります。

2. カタクリ
4月初め頃に、稜線上に紫色の美しい花を咲かせます。二川 TV 中継所周辺は群生地になっています。

3. ミツバツツジ
4月～5月頃に紅紫色のきれいな花を咲かせます。花が先に咲き、あとで3枚の葉が出ることからその名がつけられました。

4. ササユリ
6月～7月にかけて花が咲きます。葉がササの形に似ていることからその名がつけられました。ササ等が生えている草場に育ちます。

5. ショウジョウバカマ
3月下旬から4月上旬頃、ロゼット葉から花茎を伸ばし淡紅色の美しい花を咲かせ春の到来を知らせてくれます。種子が熟すころ葉は50cm以上伸長する個体も見られます。

6. イブキボウフウ
6月下旬から8月下旬頃まで、比較的長く見られます。石巻山の岩頭に自生するイブキボウフウは岩端ゆえの乾燥や灼熱に耐える姿を見せてくれます。和名の伊吹防風は、伊吹山で多く見られることから名付けられました。

7. フモトスミレ
スミレの仲間としては、早春より咲きだし4月上旬頃まで見られます。やや乾いた山の林内や日当たりの丘陵地の草場に育ちます。和名の麓スミレは山麓に生えることが多くことから名付けられました。

8. ママコナ
やや乾いた山林にはえる半常生の1年草です。和名は飯子菜（ままこな）と書き、未熟な種子が米粒に似ていることから、または花冠の下唇に米粒状の白点があることからいわれています。

自然歩道に生息する野鳥たち

ヤマガラ
頭部と頬は黒色、翼と尾は青味がかった灰色で、腹部は名前の由来となった濃い山歌色です。鳴き声は「ツーツービー」。

ツグミ
冬鳥として普通に渡来し、市街地、芝生、耕地、川原、雑木林等で容易に見られます。胸の黒紋は個体差があります。チョンチョンと地上を飛び跳ねながら餌をとりまわります。

メジロ
ウグイス色のきれいな鳥で、目の周りが白くなっています。鳴き声は「チーチー」、「チルチユル」、「チー」。

コゲラ
キツツキの仲間では一番小さく、背は褐色と白の横縞模様をしています。キツツキ類は木の幹に縦にとまり、枯れた箇所をつつき虫を探ります。これはドラミングといわれています。木々を移動する時、横にとまることがあります。

ホオジロ
スズメに似た鳥で、赤茶色のお腹に黒茶色の頭部です。成鳥は眉・頬・喉が白くなっています。主に地上や低木で活動し、鳴き声は「チッチーピーチチッピー」。

シジュウカラ
頭が黒く頬が白色、背中が灰色で白色の腹には線があります。鳴き声は「ツビツビツビツ」、「ツーツー」「チュクチュク」。

ノスリ
猛禽類の中で、比較的容易に見られるワシタカ科の仲間。飛翔している時、体の下面は淡色でわき腹が黒く、翼の幅は広く、尾は短く丸く見えます。カラスに追われている（モビングという。）姿を見かけるともできます。

サンコウチョウ
夏鳥として渡来し、沢山の杉林等、少し薄暗いような環境を好むようです。目のまわりとくちばしは青く、雄の尾はとても長く、ひらひらさせて飛びます。鳴き声は「月・日・星はいまいはい」（ツキヒトシホイホイホイ）ときこえることから三光鳥と名付けられたといわれています。