



自然歩道ルート紹介 1

※行程距離・時間は大まかな目安です。
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） 2.2km / 70分 二川TV中継所 1.5km / 40分 普門寺峠
0.5km / 20分 神石山 0.6km / 15分 雨宿り岩 1.4km / 40分 多米峠

2 豊橋自然歩道本線（北）

多米峠 1.6km / 40分 赤岩尾根分岐点 1.2km / 40分 大和波峠
2.7km / 60分 頭浅間（大山浅間社） 0.4km / 10分 本坂峠 4.0km / 110分
中山峠

3 中山自然歩道（支線）

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

4 旧姫街道（嵩山～本坂峠）

嵩山町（嵩山中村バス停） 2.0km / 50分 本坂峠

5 嵩山自然歩道（支線）

嵩山自然歩道入口 0.2km / 10分 嵩山蛇穴 1.5km / 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 2.1km / 30分 長彦自然歩道入口 1.6km / 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 0.8km / 15分 間場口 1.6km / 40分 石巻山駐車場・
石巻自然科学資料館・石巻神社上社 0.6km / 25分 石巻山山顶

8 石巻観光路・石巻巡回歩道（支線）

石巻山駐車場 2.6km / 40分 石巻観光路A地点 石巻巡回歩
道（南） 1.4km / 50分 石巻尾根分岐点 石巻巡回歩道（北）
0.6km / 20分 石巻観光路B地点 2.4km / 30分 石巻山駐車場

コース案内

公共交通機関を利用して行くことのできる
登山コースを紹介します。
※行程距離・時間は大まかな目安です。
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 0.6km / 10分 葦毛湿原・岩崎自然歩道入口 0.9km / 15分
葦毛湿原 1.8km / 50分 二川TV中継所 1.5km / 40分 普門寺峠 0.5km / 20分
神石山 1.2km / 60分 神石山自然歩道入口 1.6km / 30分 駒止バス停

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

※ 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 2.2km / 50分 赤岩寺自然歩道入口
5.2km / 100分 赤岩尾根分岐点 1.2km / 40分 大地波峠又は石巻尾根分岐点
0.6km / 20分 石巻巡回歩道（北）石巻観光路B地点 2.4km / 30分
石巻山駐車場 1.6km / 40分 間場口 0.9km / 15分 石巻山口バス亭

※ 長距離コースである。

健脚向けコース：2

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

※ 距離は短いけど険しい場所が多い。浅間神社、嵩山蛇穴等の史
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 2.2km / 50分 赤岩寺自然歩道入口
5.2km / 100分 赤岩尾根分岐点 1.6km / 40分 多米峠 1.4km / 40分 雨やど
り岩 0.6km / 15分 神石山 0.5km / 20分 普門寺峠 1.5km / 40分 二川TV
中継所 1.8km / 50分 葦毛湿原 0.9km / 15分 葦毛湿原・岩崎自然歩道
入口 0.6km / 10分 岩崎・葦毛湿原バス停

※ 本線、支線（赤岩）ともに稜線上を通るため、アップダウンが多
い。葦毛湿原をはじめ、見どころが多い。

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。
自家用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。

※ 自然歩道を利用



豊橋市

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過しています。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 草木の伐採、歩道敷の造成等、自然歩道を敷設してはいけません。
- 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。
- 8 他の利用者の迷惑にならないよう、自転車等での乗り入れもご遠慮ください。

2 登山を楽しむために

- 1 自然歩道への入山は自己責任となりますが、万一の事故に備え、入山計画書を作成し警察署へ届出をすることで、捜索・救助活動での早期対応ができます。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、登山靴やトレッキングシューズ等、底の堅い靴を履きましょう。計画に合わせた装備品を準備し、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等を持ちましょう。
- 3 天気予報をしっかり把握しましょう。山の天気はかわりやすいです。雨天及び雨上がり後は滑りやすく事故がおきやすくなりますので入山しないでください。
- 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。
- 6 夜間の入山は大変危険です。日が暮れるまでに下山するよう心がけましょう。

【豊橋自然歩道への交通案内】

- ・公共交通機関の場合は、豊橋駅からバスまたは市内電車を利用して、二川駅からは徒歩で自然歩道へアクセスできます。
- ・自家用車の場合は、石巻山駐車場、多米峠無料休憩所、葦毛湿原駐車場に停めることができます。

【問い合わせ／発行元】
豊橋市観光プロモーション課
TEL.0532-51-2430

R5.3

自然歩道ルート紹介 2

※行程距離・時間は大まかな目安です。
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。

9 赤岩寺自然歩道（支線）

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

10 多米自然歩道（支線）

多米峠無料休憩所 0.7km / 20分 多米峠

11 神石山自然歩道（支線）

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

12 普門寺自然歩道（支線）

駒止バス停 1.8km / 30分 普門寺自然歩道入口 0.8km / 40分 普門
寺峠

13 葦毛湿原・岩崎自然歩道（支線）

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

14 東山自然歩道（支線）

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

15 二川自然歩道（支線）

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

16 大脇自然歩道（支線）

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

17 赤岩自然歩道（支線）

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

※ 自然歩道を利用



葦毛湿原で見られる



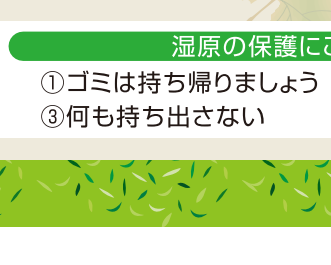
シリタマホシクサ
8月中旬～10月中旬



ミミカキグサ
7月下旬～12月上旬



サギソウ
7月下旬～8月下旬



ミカワイケイソウ
4月下旬～5月下旬



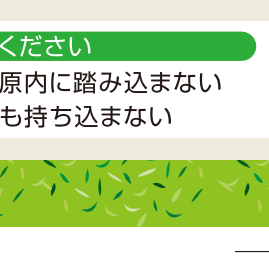
サギソウ
7月下旬～8月下旬



ミカワイケイソウ
4月下旬～5月下旬



サギソウ
7月下旬～8月下旬



ミカワイケイソウ
4月下旬～5月下旬

湿原の保護にご協力ください

- ①ゴミは持ち帰りましょう
- ②湿原内に踏み込まない
- ③何も持ち出さない
- ④何も持ち込まない

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設置された自然に親しむための歩道で、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、岩崎などのふもとの集落からの登板路を支線として設置されています。

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ており、近くには浜名湖や豊橋市街、遠くには富士山や三河湾を望めるハイキングや登山が楽しめる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、ふるさとの町並みを眼下に素晴らしい眺望が開けます。

登山前の4つの確認

①体調の確認

寝不足や飲みすぎ等、体調不良のまま登山をするのは止めましょう。登山前は体調を整え、良好な状態で臨みましょう。

②登山計画

事前にコースを決めましょう。メンバー構成も重要です。登山用地図として国土地理院発行の地形図を使って、コースを確認しましょう。
※市のHPにて、公衆便所の故障状況等自然歩道の最新情報が確認できます。
<https://www.city.toyouhashi.lg.jp/48435.htm>



③装備の確認

レインウェア、防寒具、ヘッドライト、地形図とコンパスは、どんな低い山でも、必ず持っていきましょう。天気予報が晴れでも、山の天気は変わりやすいです。

④登山計画の共有

友人、家族など大切な人と登山計画を共有することで、万一の時の速やかな連絡が可能です。
※登山計画はインターネットからも提出・共有ができます。
<https://www.mt-compass.com/>



＜ 注 意 ＞

●豊橋自然歩道は自然を活かして設置された山道であり、歩きやすく整備された遊歩道ではありません。利用の際は、登山用の靴を使う等、登山と同様の装備を準備のうえ、ご利用ください。

●このガイドマップの地図は概略図のため、登山の際は国土地理院発行の地図やコンパスを持って登山してください。