

# 奈良倉山—松姫峠—鶴寝山—小菅の湯

## 奈良倉山ハイキング

富士吉田市街から富士山頂まで  
眺望抜群の奈良倉山ハイキング  
と小菅温泉

【奈良倉山ハイキング】(休憩合計約3時間コース)  
標高850mの麓にある奈良倉山入口の道標を起点にハイキングが始まります。唐松林や椋の植林地を抜けると35分ほどで林道と交差、振り返ると奥側に三頭山の山稜が手に取るように見えます。三頭山の展望を満喫したら、また植林地の登ります。この分岐は若木が多いので慣れない植林地と違って空が開け、快適な山歩きを楽しむことができます。やがて周囲は雑木林に変わり、つづら折りの登りが続きます。峠を出発してから1時間15分ほどで奈良倉山と鶴寝山の分岐の道標です。この分岐を左折し山頂をめざします。標高が上がるほど傾斜が緩やかになり15分くらいで平らな山頂に到着です。山頂の周囲は雑木ながら樹木があるので展望はききません。50mほど南に移動すると富士山の展望があります。オオマテイ山(1409m)と、一帯に林道まで下りましょ。こちらは下り、林道に出ると急に視界が開けて、富士山を中心とした素晴らしいパノラマを眺めることができます。ここから林道を35分ほど歩く松姫峠に到着です。最後に小菅の湯で一汗を流して、このコースの区間を終ります。その区間のひとときがコースの醍醐味です。

■問い合わせ先  
多摩源流 小菅の湯 TEL 0428-87-0888  
富士急山梨バス(株)上野原営業所 TEL 0554-63-1260  
(中央線上野原駅へ直通バス)

【奈良倉山ハイキング】  
春と秋の休日と土曜にはJR上野原からバスが出ています。これで行くと標高1300m地点の松姫峠まで行けて、大菩薩連峰周辺のなだらかな山行が楽しめます。

## 鶴寝山ハイキング

こすげ村の巨樹を巡る

【鶴寝山から小菅の湯へ 目指すハイキング】  
国道19号線の松姫峠から道標に従って大菩薩峠方面に向かいます。国道から数十メートル山登った松原の斜面に富士山、山に雲がはまじりした大菩薩の山並みを堪能することができます。雑木林の中を20分ほど歩く鶴寝山の分岐です。右のコースはなだらかなゆるやかなコース。このコースでは4月後半から5月半までは、向 向のスタートはオオマテイ山の山頂からスタートすることができます。分岐をまっすぐ、山頂へ向かう道標をまっすぐ進めると鶴寝山1368mの山頂に到着します。山頂から富士山も絶景です。ここから西に下る傾斜はオオマテイ山が長く見られる風景が特徴です。下り始めて15分ほどで、分岐が北の側の急な道に合流します。ここからオオマテイ山1409mまで、快適な登山道が続きます。オオマテイ山、ナラ、クリ、カシ、クヌギなど樹木が豊富に生息することになります。途中、山入り口の夕から右に15分ほど下ると左側に傾斜約12%、樹齢約400年の巨大なトチの木が神秘的な姿を現します。しばし驚嘆した後、「巨樹の湯」の湯標に到着。さかになること40分ほどで奥の山頂「おむすび」が目の前に見られます。春先には真っ白な花を付け、心癒す一景です。おむすびからやく20分で林道に、さか20分ほどで湯の湯に到着です。ゆっくり歩いて3時間の行程です。

一、山頂からの展望が素晴らしい自然林の広がりオオマテイ山、オオマテイ山を越え、奥の山頂を登ると下りながら大菩薩連峰にある展望に驚かされます。大菩薩連峰の山頂から奥の山頂の山頂を見ることが出来ます。標高からは遠く「小菅の湯」の湯標があります。湯標からは遠く「小菅の湯」の湯標があります。湯標からは遠く「小菅の湯」の湯標があります。湯標からは遠く「小菅の湯」の湯標があります。

【鶴寝山ハイキング】  
松姫峠から入り鶴寝山まで行きます。更へのんびりと小菅の湯までくだります。ぶな林がそれはそれは綺麗でした。

## 鶴寝山



還暦を過ぎた私です。

鶴寝山には地元の学生がハイキングにきていました。遠く奥多摩の山がのぞめました。

## 小菅の湯



ようやくたどり着いた、久しぶりの小菅の湯でした。ここからバスで上野原に戻りました。



オオマテイ山を過ぎて、大菩薩への分岐の棚倉小屋跡です。地名だけで小屋の跡形もありませんでした。



新緑のぶな林クリックすると、美しいぶな林の映像が楽しめます。

