



▲いきいき健康課保健師、河野佑軌

トレッキングは有酸素運動として、血圧や血糖値の低下、心肺機能の向上

**歩くのは、とっても体に良いですね
無理せずのんびりした気持ちで**

上などの健康増進に期待ができます。また、平地を歩くよりも負荷が掛かり、筋肉や骨を丈夫にする効果も期待できます。さらに、自然の中で体を動かすことはストレス発散にも有効です。ただし、個人の身体状況によっては、膝や腰、心臓などに過度の負担がかかることもあります。不安な場合は、決して無理をしないでください。



▲大峰山山頂からの展望

**大峰山
薬師岳**

歩きやすさ ★★☆☆☆
郷土・歴史 ★★☆☆☆
眺めの良さ ★★☆☆☆
[標高]大峰山114m、薬師岳108m
[距離]4.6km [時間]150分



低山トレッキング Vol.1

さあ
のぼろう

新緑の大峰山へ

福津市には、海や田園などの豊かな自然の風景を眺めることができる低山が数多くあります。新緑が鮮やかな今月は、山登りにもってこいの季節です。そこで、トレッキング特集を組みました。トレッキングとは、歴史や自然と触れ合いながら山歩きをすることです。第1弾となる今回は、山頂から玄界灘を一望できる大峰山と薬師岳をご紹介します。

山頂から津屋崎の町並みや玄界灘を一望できる大峰山と薬師岳。二つの山を通り戻ってくるコースは、緩やかな傾斜が比較的多く、歩きやすい登山道です。今回は、観光ボランティアガイドの堀出太一さんと中野慎一さんに、おすすめのポイントの案内を受けながら、一緒に山頂を目指しました。

津屋崎橋バス停から、津屋崎漁港を左手に自然歩道入口を目指してスタート。入口(4ページ写真①)からいきなり急な階段があり心配しま



したが、すぐに緩やかになり、5分程で一つのポイント、津屋崎鼻灯台(親子灯台)に到着(写真②)。外洋と近海の二つのライトがある灯台は、珍しいそうです。少し先にある展望園地からは、相島や水平線を一望できます。海を眺めながらの山歩きはとても気持ち良く、堀出さんも「低山は、鳥の声や季節の花など、周囲の自然を楽しむのに最適です。また、登るたびに表情を変える自然は、見ていて飽きません」と語っていました。

展望園地から10分程登ると大峰山の山頂に到着です。大峰山自然公園付近には、東郷平八郎を祀った東郷神社(写真③)や、日本海海戦記念碑(写真④)といった歴史の足跡が残されています。東郷神社には、英語のおみくじがありました。記念碑のある山頂からは、大パノラマが広がります。

大峰山の山頂を下り、ここから薬師岳を目指します。山道が続く、足場が不安定な場所もあるので注意が必要ですが、山の自然を楽しみながらのんびり歩きました。



冠山



登山道や山頂は地域の方が整備。山頂では美しい朝もやを見ることができます。

歩きやすさ ★★☆☆☆
郷土・歴史 ★★☆☆☆
眺めの良さ ★★☆☆☆
[標高]164m [距離]往復0.8km
[時間]往復25分

飯盛山



大盛りのご飯のような形をしていて、春は桜でピンクの帽子をかぶったように見えます。

歩きやすさ ★★☆☆☆
郷土・歴史 ★★☆☆☆
眺めの良さ ★★☆☆☆
[標高]157m [距離]往復0.6km
[時間]往復20分

許斐山



四つの登山道があり、その複雑な地形から、山城としての歴史が感じられます。

歩きやすさ ★★☆☆☆
郷土・歴史 ★★☆☆☆
眺めの良さ ★★☆☆☆
[標高]271m [距離]往復2km
[時間]往復65分

宮地岳・在白山



宮地岳側から登ると傾斜は緩く、写真の在白山展望台からは、海岸線が一望できます。

歩きやすさ ★★☆☆☆
郷土・歴史 ★★☆☆☆
眺めの良さ ★★☆☆☆
[標高]在白山249m、宮地岳182m
[距離]往復3km [時間]往復90分

整備された遊歩道があり、気軽に登れる福津の低山を紹介します。

ゆったり登ろう 福津の低山



▲ボランティアガイドの堀出太一さん(左)と中野慎一さん(右)

ここがポイント

大峰山遊歩道



▲自然歩道入口

▲津屋崎鼻灯台

▲東郷神社

▲日本海海戦記念碑

▲榎崎神社

▲恋人岬から見える海 ▲薬師岳への登山道

ここを抜けると視界が開け、恋の浦海岸を見下ろせる絶景が広がります(写真⑥)。テレビドラマのロケ地となつて人気になった場所で、「恋人岬」と呼ぶ人もいます。このときもご夫婦が海を眺めに来ていました。

歩道をさらに進むと、最後のポイント、榎崎神社(写真⑦)があります。子どものひきつけ病除けの神様と言われ、弦のない弓を納める習わしがあるそうです。鳥居近くに、戦艦「三笠」の砲台を見ることが出来ます。

ここから県道を通って、帰路につきました。スタート地点のバス停まで戻り、この日の登山は終了。のんびりと歩きながら、自然や歴史に触れることができ、二つの山に登り終わった後は、心地よい疲労感と達成感がありました。中野さんは、「山頂から見ると景色は一見の価値があります。適度な運動になりますし、行く先々には史跡や絶景スポットがあり、そこを目指すのも楽しみ方の一つですね。皆さんも登ってみてはどうですか」と、笑顔で話していました。



ちよつと寄り道 史跡あれこれ

コースに隣接する見どころを紹介



津屋崎は、江戸時代筑前で屈指の港町でした。千軒とは、大きな集落を意味します。かつて栄えた港町の面影を今に伝えるのが、白壁土蔵造りの町並みです。



津屋崎漁港で水揚げされた新鮮な旬の魚介類を販売しています。また、津屋崎漁港では、毎週日曜日に朝市が行われています。水曜日休館。



渡半島西側の岬に挟まれた砂浜。北の岩場では化石を観察でき、県指定天然記念物に指定されました。CM撮影も行われ有名になりました。

VOICE

地元にもつわるエピソード

祖父の遺志を継ぐ

大峰山の山頂には、戦艦「三笠」(高千穂)の話もある)をモチーフにした「日本海海戦記念碑」が建っています。当初は、実物の砲台も

設置されていましたが、戦後、処分されてしまいました。しかし、「何か少しでも歴史の足跡を残したい」という祖父・安部正弘の強い思いから、主砲の一部が埋設保存されました。祖父の生きたあかしとして、今も境内で守り続けています。



▲東郷神社宮司 川野萬里子さん



大峰山データ	
〔登山口駐車場〕	津屋崎ヨットハーバー横約80台
〔トイレ〕	山頂近くの東郷神社横駐車場にあり
〔西鉄バス〕	津屋崎橋下車。登山口まで徒歩約18分
〔福津ミニバス〕	千軒通り下車。登山口まで徒歩約22分
〔花〕	春は山頂周辺の桜が見事

観光ガイドのご案内

いつでも、
どこでも、
どなたでも
市内のガイドなら
お任せください



市内の自然や歴史のさまざまな魅力をご案内します。美しい海や山、世界遺産登録を目指す新原・奴山古墳群などの史跡めぐり、地元住民との交流を含めた町歩きなど、たくさんの楽しみ方があります。知識豊富なガイドの、分かりやすくおもしろい話には、ガイドブックにはない新しい発見があるかもしれません。

- ◆受付時間 9:00~17:00 (1週間前までに要予約)
- ◆人数 2人以上から受付
- ◆料金 無料
- ◆問い合わせ 福津市観光協会 ☎0940・42・9988



▲観光ボランティアガイドの皆さん