



**02 岩倉入口**

なだらかな緑のトンネルが続きますよ～

鳥のさえずりが聞こえ、木漏れ日がキラキラと光る山への入り口は、マイナスイオンの宝庫。

岩場の斜面はなかなかの難関!

小野アルプスで一番の標高。てっぺんの展望台からは明石海峡大橋など大パノラマの景色が見渡せる!

徒歩 約30分

徒歩 約30分

**03 惣山(そうやま)**

惣山の後は荒々しい断崖岩場が特徴の紅山にチャレンジ!最初は緩やかな岩場も、だんだんと急勾配になり、手を使って登る様子はまるでロッククライミング!?初心者など不安な方は、岩場左側を登る「う回コース」へ回りましょう。

遊歩道の先、左に向かうと小野アルプスで最も高い標高198.9mの「惣山(小野富士)」への登り口。山頂からは天気が良ければ播磨灘・明石海峡大橋が一望できます。おやつを食べてひとやすみ。

徒歩 約30分

**おすすめハイキングコースの立ち寄りスポット**

**A 緑の家**  
春から秋は貸ボートで鴨池めぐり。広い池めぐりのあとにはきめ細かくて口どけがよいフワフワのかき氷。昔懐かしいシロップは、創業以来変わらない味。

**B prato cafe (プラートカフェ)**  
鴨池の前のツリーハウスが目印!こだわりの材料で作った、やさしい甘さのマフィンには毎朝焼ききたマフィンを買ってハイキングへ。ランチは予約を。  
※ツリーハウス席は2週間前より予約受付

**C ころみカフェ**  
ハイキングやサイクリングの休憩場所に!小野特産ふくほの香ぶすま(小麦の皮)を使用した絶品のコッペパンがおすすめ。

**D ぶらっときすみの**  
JR小野町駅に隣接し、地元で栽培から手掛けるそば粉を使用した「本格手打ちそば」が看板メニュー。

小野市来住町1158-1 ☎ 0794-62-7844  
6:00～17:00 (10/1～3/31休)

小野市来住町1230-1 ☎ 0794-62-2219  
11:00～16:00(ランチ13:30L)木・金定休

小野市来住町78 ☎ 090-8794-7565  
10:00～16:30(16:00L)(毎月数字の1桁が1,2,3の日定休)

小野市下来住町484-2 ☎ 0794-62-5116  
10:00～14:00 水曜日定休 ※売切れ次第終了

**Access**

交通アクセス

ハイキングのスタートはここから!

**鴨池公園へのアクセス**

小野市来住町1224-1

車で  
山陽自動車道 三木・小野ICから約20分  
中国自動車道 滝野・社ICから約30分  
加古川バイパス 加古川ランプから約30分

電車で  
JR加古川線 「小野町」駅から徒歩約40分  
JR加古川線・神戸電鉄 「粟生」駅から徒歩約40分

**小野市観光協会**

事務局:小野市地域振興部観光交流推進課内  
〒675-1380 兵庫県小野市中島町531  
TEL.0794-63-1929

観光協会HPはこちら

ホームページ <https://ono-navi.jp/>

発行:2024年4月

日本一低い小野アルプスを歩こう!

**おのの**

ハイキング

マップ

元気の山ガール山ボーイの歓迎 皆さん ようこそ小野アルプスへ

岩倉峠入口

野鳥会 考人会



**01 鴨池公園**

Start!

Let's go!

播磨中部丘陵県立自然公園の中心に鴨池があり、釣りや貸しボート(夏季のみ)を楽しむことができます。冬になるとシベリア方面からカモなどの渡り鳥が飛来します。

小野市来住町1224-1 <駐車場あり>

徒歩 約20分

車 約5分

鴨池公園に戻って車で移動!

徒歩 約40分

Goal!

コースの締めは温泉でまったりハイキングでかいた汗をスッキリ洗い流して!

はくうだに

**白雲谷温泉 ゆぴか**

地元の人々に賑わう大人気スポット。森の景色が広がる「森の湯」、水辺の風景が一体化したインフィニティバス「水辺の湯」で、疲れた体を癒しましょう。他にも天然鉱石の岩盤浴や足湯などがあります。

小野市黍田町1000-1 <駐車場あり>  
☎ 0794-70-0261  
10:00～22:00(最終受付21:30)  
(第2火・定期点検・年末年始休館)

くわたに さと

**歙溪温泉 きすみのの郷**

小野アルプスの麓に佇む、隠れ家のようなくつろぎの空間。薬効のある冷泉(療養温泉)として地元の人々に守られてきました。温泉に入った後は、施設内のそば処「ぶらっときすみの」で本格手打ちそばを召し上がれ!

小野市下来住町659  
☎ 0794-88-8426  
11:00～20:00(受付終了19:30)(火・水定休)

ONO HIKING MAP

CHECK! 持ち物&山の心得

日差しが強い季節には帽子は必須! 熱中症予防、日焼け予防に帽子を被って行きましょう。

動きやすい服装で臨みましょう。山の頂上では気温も下がるので季節によっては防寒具のご用意を!

頂上からの景色を是非カメラに収めて!

山の中では水分補給できる施設などはありません。水筒を準備して!

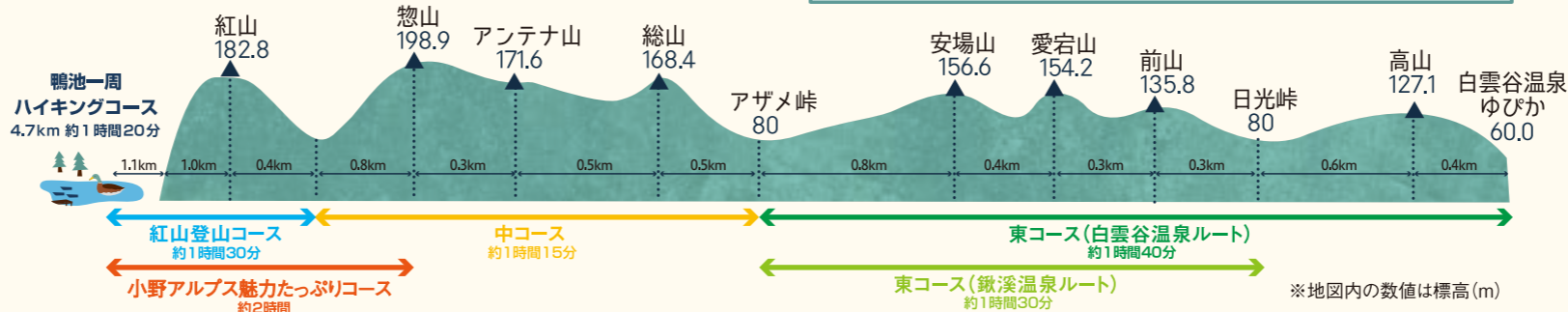
山でのマナー

- ①道幅の狭い場所ですれ違う場合、登りが優先。
- ②多人数の時は道を譲る。
- ③道を譲る時は安全な場所で通過を待つ。
- ④他のハイカーとすれ違う時は元気に挨拶を!

登山道や紅山・惣山への道中は道が険しい場所もあります! 山歩きができる靴を準備しましょう。

Course guide

コースガイド



のんびりとお喋りしながら歩きたい方におすすめ

>> 鴨池一周ハイキングコース

短時間であれもこれも楽しみたい! 欲張りな方におすすめ

>> 小野アルプス魅力たっぷりコース

がっつり1日登山を満喫したい方におすすめ

>> 小野アルプス縦走コース

(紅山登山コース+中コース+東コース)

それぞれのコースの詳細はこちらから! ▶▶



One hiking map

おの ハイキングマップ 全体図

正しい山の歩き方

- ①足裏全体で体重を受け止めようと意識して歩く。
- ②無駄な力を使わず、体重移動をスムーズに行うよう歩幅は狭くする。
- ③重力の方向に垂直に立つ。
- ④山の自然のマイナス要素となる行為を避けて歩く(ローインパクト)。木の根を踏んだり、登山道でないところを歩かないようにする。



出典: 国土地理院発行2.5万分1地形図