

# 歩いて味わいたい 熊野古道 伊勢路ルートマップ

豪雨から道を守るために敷かれた石畳が今も多く残り、峠からは熊野灘が一望できる熊野古道伊勢路。竹林を抜け、棚田を眺め、波打ち際の浜を歩く、変化に富んだ風景が魅力です。聖地熊野の自然、その静謐な雰囲気、ぜひ徒歩で体感してみたいでしょう。

全**17**コース

全長約**170**km

年間約**20**万人歩行

- 散策レベル / 散策のための体力レベルを表しています。★～★★初心者向け ★★～★★★一般向け ★★★★★健脚向け。
- 距離・歩行時間 / 登山口最寄り駅(バス停)から下山口最寄り駅(バス停)までの距離と歩行時間です。

峠のふもとに紀州犬のふるさと

**横垣峠** よこがきとうげ

距離 / 約5.4km 歩行時間 / 2時間10分 標高 / 305m

この地特有の神木流紋岩が敷き詰められた石畳が整然と続く。麓の里・阪本にはゆるやかな棚田が広がります。



※2010年5月現在一部通行止め

散策レベル ★★

一度は見たい風伝おろし

**風伝峠** ふうでんとうげ

距離 / 約3.5km 歩行時間 / 1時間20分 標高 / 257m

海辺と山村を結ぶ要路だった峠。苔むした石畳が続き、麓では秋から春にかけて巨大な朝霧「風伝おろし」が見られます。



散策レベル ★

四季ごとに表情を変える棚田

**通り峠・丸山千枚田** とおりとうげ まるやませんまいだ

距離 / 約4.8km 歩行時間 / 2時間20分 標高 / 390m

古くから生活道として使われ海の幸と山の幸が行き交った道。展望台からは、山腹に築かれた見事な棚田と山並みを一望。



散策レベル ★★

世界遺産唯一、川の参詣道

**熊野川** くまのがわ

三反帆で熊野川を体験し、比丘尼転びや釣鐘石など、奇怪な自然の造形物を眺めながら熊野川を実感できます。




散策レベル ★

東屋からは七里御浜を一望

**松本峠・花の窟** まつもととうげ はなのいわや

距離 / 約5km 歩行時間 / 3時間 標高 / 135m

美しい石畳が残り竹林に囲まれた峠では、等身大ほどのお地蔵様が出迎える。花の窟は古代よりのパワースポット。




散策レベル ★★

潮騒を聴きながら

**浜街道** はまかいどう

距離 / 約26.6km 歩行時間 / 9時間

熊野市街から七里御浜にそって熊野速玉大社が鎮座する新宮を目指します。海の蒼と白い波のコントラストは素晴らしい。



散策レベル ★★★★★

熊野本宮大社

熊野那智大社

熊野速玉大社



古道ウォーキング  
ファッション

帽子 かならず!

長ソデ 長ズボン 日焼け防止

トレッキング シューズ ヒールはNG

重宝します つえ




西国一の難所!

**八鬼山越え** やきやまこえ

距離 / 約10km 歩行時間 / 4~5時間 標高 / 627m

西国一の難所といわれ、かつては山賊や狼も出没し巡礼者から恐れられた。石畳道のかたわらには多くの石仏がたたずむ。



散策レベル ★★★★★

えんえんと続く猪垣

**三木峠・羽後峠** みきとうげ はごとうげ

距離 / 約6km 歩行時間 / 3時間 標高 / 140m

近年、地元の方々によって発掘。木々の間から海が見える眺めのよい道。峠から延々と続く猪垣は、当地方最長といわれる。



散策レベル ★★

自領他領がなまっていた

**曾根次郎坂・太郎坂** そねじろうざか たらうざか

距離 / 約5km 歩行時間 / 2時間30分 標高 / 305m

中世の頃は志摩国と紀伊の国の境、現在は尾鷲市と熊野市の境。曾根の史跡を巡るほか、美しい石畳や猪垣に出会える。



散策レベル ★★

伊勢と熊野の神が出会う場所

**二木島峠・逢神坂峠** にぎしまとうげ おうかみざとうげ

距離 / 約4.5km 歩行時間 / 2時間30分 標高 / 290m

「逢神」とは伊勢神宮と熊野権現が出会うという意味。かつてはオカミが出没したからとも、ほぼ全区間に苔むした石畳が通じる。



散策レベル ★★

紀伊の国への玄関口

**荷坂峠** にさかとうげ

距離 / 約8km 歩行時間 / 2時間30分 標高 / 241m

江戸時代中期よりツツラト峠に替わり熊野街道の正式ルートに。眺めの良い沖見平には鈴木牧之の句板が建つ。



散策レベル ★

伊勢の国と紀伊の国の国境

**ツツラト峠** つつらとうげ

距離 / 約9km 歩行時間 / 3時間30分 標高 / 357m

江戸時代以降、荷坂峠が正式なルートとなってからも、昭和初期まで生活道としてつかわれる。石畳・石垣の保存良好。



散策レベル ★★

紀伊の松島を眺める

**一石峠・平方峠・熊ヶ谷道** いっこくとうげ ひらかたとうげ くまがやみち

距離 / 約8km 歩行時間 / 3時間 標高 / 113m

小島を浮かべる優美な熊野灘の景色が楽しめるなだらかなコース。古里の温泉に立ち寄るのもおすすめ。



散策レベル ★★

熊野灘を一望

**始神峠** はじかみとうげ

距離 / 約3.5km 歩行時間 / 2時間 標高 / 147m

紀北町の紀伊長島区と海山区の境をなす。江戸道と明治道がある。峠の展望台からは紀伊の松島と呼ばれる島々が一望。



散策レベル ★★

古道随一の石畳美

**馬越峠** まこせとうげ

距離 / 約5km 歩行時間 / 2時間30分 標高 / 325m

重厚な自然石が折り重なるように敷き詰められた石畳は、日本でもトップクラスの雨量を誇る尾鷲の雨から古道を守ってきた。



散策レベル ★★★★★

海を望む棚田、竹林の中を行く

**波田須の道・大吹峠** はたすのみち おおぶきとうげ

距離 / 約8.5km 歩行時間 / 5時間30分 標高 / 205m

波田須は徐福伝説が残る伝説と神話の里。史跡を巡り、悠久の時を感じよう。大吹峠には熊野古道にはめずらしい竹林が広がる。



散策レベル ★★

波田須と大泊を結ぶ観音信仰の道

**観音道** かのんのみち

距離 / 約3.8km 歩行時間 / 2時間30分 標高 / 265m

観音信仰が盛んな時代は大吹峠を通らずに、道の傍らに西国三十三所の観音石造が立ち並び観音道がよく使われた。



※距離・歩行時間は大泊駅～比賣山清水寺～大泊駅の内容です。散策レベル ★

