

たはらアルプス TREKKINGを楽しむ

帽子
雨中よりも紫外線が強いので日焼け予防や熱中症予防にも必要。

ウェア
汗を吸収・拡散する速乾性のあるものを選ぶことが大切。体温や気圧の変化に応じて調整できるようなものを。

パンツ
歩きやすいストレッチ素材、速乾性の高い化纤素材がおすすめ。

トレッキングシューズ
スニーカーより滑りにくく安定感もあるため、滑って転ぶ、ケガをする、などの危険を防ぎます。



ザック(リュック)
20ℓ前後でOK。上部に重たい物をバックアップすると歩きやすい。

- 持ち物**
- ◆地図 ◆スマホ ◆行動食 ◆飲み物 ◆健康保険証
 - ◆雨具 ◆タオル ◆ゴミ袋 ◆ティッシュ ◆救急用品

覚えておきたい TREKKINGマナー

すれ違いは登りが優先、止まるときは山側ですれ違う時は登る人を優先させることが基本。左右が斜面の道と譲るときは、止まる人が山側、歩く人が谷側。ザックは相手に当たらないように山側に向けましょう。

ゴミを捨てない
ゴミ用のビニール袋を必ず持参しましょう。生ゴミが出るときはジッパー付の袋を使うと臭いを押さえることができます。

植物を採集しない
花だけでなく植物、樹木なども採集することはNG。植生を守り自然環境を保護することは、未来に素晴らしい自然遺産を残すための登山者の義務です。

たはらアルプス アクセスMAP



発行 | 田原区(海頭公園) TEL&FAX 0531-22-3936
〒441-3421 田原市田原町西海頭6
協力 | 愛知県田原市・渥美半島観光ビューロー
制作/株式会社 シンブー



タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物

植物カレンダー

タハラの植物	タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物	タハラの植物
タハラの植物	タハラの植物	タハラの植物

たはらアルプス縦走コース

約260分 初級・中級者

- 10分 園公公園
- 15分 山頂
- 20分 山頂
- 25分 山頂
- 30分 山頂
- 35分 山頂
- 40分 山頂
- 45分 山頂
- 50分 山頂
- 55分 山頂
- 60分 山頂
- 65分 山頂
- 70分 山頂
- 75分 山頂
- 80分 山頂
- 85分 山頂
- 90分 山頂
- 95分 山頂
- 100分 山頂
- 105分 山頂
- 110分 山頂
- 115分 山頂
- 120分 山頂

藤尾山・藤尾山縦走コース

約40分 初級・中級者

- 5分 園公公園
- 10分 園公公園
- 15分 園公公園
- 20分 園公公園
- 25分 園公公園
- 30分 園公公園
- 35分 園公公園
- 40分 園公公園
- 45分 園公公園
- 50分 園公公園
- 55分 園公公園
- 60分 園公公園
- 65分 園公公園
- 70分 園公公園
- 75分 園公公園
- 80分 園公公園
- 85分 園公公園
- 90分 園公公園
- 95分 園公公園
- 100分 園公公園

衣笠山・海頭山縦走コース

約195分 初級・中級者

- 10分 園公公園
- 15分 園公公園
- 20分 園公公園
- 25分 園公公園
- 30分 園公公園
- 35分 園公公園
- 40分 園公公園
- 45分 園公公園
- 50分 園公公園
- 55分 園公公園
- 60分 園公公園
- 65分 園公公園
- 70分 園公公園
- 75分 園公公園
- 80分 園公公園
- 85分 園公公園
- 90分 園公公園
- 95分 園公公園
- 100分 園公公園
- 105分 園公公園
- 110分 園公公園
- 115分 園公公園
- 120分 園公公園
- 125分 園公公園
- 130分 園公公園
- 135分 園公公園
- 140分 園公公園
- 145分 園公公園
- 150分 園公公園
- 155分 園公公園
- 160分 園公公園
- 165分 園公公園
- 170分 園公公園
- 175分 園公公園
- 180分 園公公園
- 185分 園公公園
- 190分 園公公園
- 195分 園公公園

稲荷山根縦走コース

約120分 初級者

- 5分 園公公園
- 10分 園公公園
- 15分 園公公園
- 20分 園公公園
- 25分 園公公園
- 30分 園公公園
- 35分 園公公園
- 40分 園公公園
- 45分 園公公園
- 50分 園公公園
- 55分 園公公園
- 60分 園公公園
- 65分 園公公園
- 70分 園公公園
- 75分 園公公園
- 80分 園公公園
- 85分 園公公園
- 90分 園公公園
- 95分 園公公園
- 100分 園公公園
- 105分 園公公園
- 110分 園公公園
- 115分 園公公園
- 120分 園公公園

藤七原湿地・衣笠山コース

約135分 初級者

- 5分 園公公園
- 10分 園公公園
- 15分 園公公園
- 20分 園公公園
- 25分 園公公園
- 30分 園公公園
- 35分 園公公園
- 40分 園公公園
- 45分 園公公園
- 50分 園公公園
- 55分 園公公園
- 60分 園公公園
- 65分 園公公園
- 70分 園公公園
- 75分 園公公園
- 80分 園公公園
- 85分 園公公園
- 90分 園公公園
- 95分 園公公園
- 100分 園公公園
- 105分 園公公園
- 110分 園公公園
- 115分 園公公園
- 120分 園公公園
- 125分 園公公園
- 130分 園公公園
- 135分 園公公園

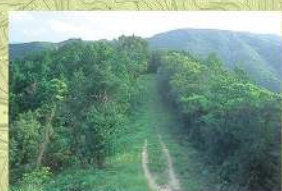
蔵王山縦走コース

約90分 初級者

- 5分 園公公園
- 10分 園公公園
- 15分 園公公園
- 20分 園公公園
- 25分 園公公園
- 30分 園公公園
- 35分 園公公園
- 40分 園公公園
- 45分 園公公園
- 50分 園公公園
- 55分 園公公園
- 60分 園公公園
- 65分 園公公園
- 70分 園公公園
- 75分 園公公園
- 80分 園公公園
- 85分 園公公園
- 90分 園公公園



トレッキングガイド
三河国定公園
TAHARA
たはらアルプス
ALPS



娯楽池バウチノキ自生地

●長興寺シダ群落
●大久保神社の
ヤマモモとスタジイの巨木

— 国道	— トレッキングコース	● 展望台
— 自動車道	— 自然歩道	● 休憩舎
— 花の道・橋の道		♻️ トイレ
— 河川・池		P 駐車場

0 250 500m 1km

この地図は田原市が発行の地形図を複製して作成したものです。

トレッキングコース、自然歩道には私有のコースが含まれます。整務が行き届いていない道もありますので、自己責任のもと注意して歩行していただくをお願いいたします。

