西はりま Nishi-Harima プチトリップ mini trip 2

美しい緑や圧巻の星空を眺める癒やし時間

宍粟(Shiso)〜佐用(Sayo)

地球の鼓動を感じる ネイチャートリップ

宍粟市が誇る景勝地・赤西渓谷を電動アシスト付きマウンテンバイクで快走！その後は、好きなスポットをチョイスして自分だけのコースをドライブ♪

Time and distance

コースチャート

9:00 Chugoku Expressway Yamasaki IC
START 中国自動車道 山崎IC

28.0km/車で約35分
28.0 km / 35 min. by car

Haga Roadside Station 道の駅はが ←→ 10:00 Akasai Valley 1 赤西渓谷

赤西渓谷 入山規制ゲートまで
往復13.2km/E-bikeで所要約2時間
13.2 km round trip to Akasai Valley gate; takes 2 hours by e-bike

12.2km/車で約20分 12.2 km / 20 min. by car

28.7km/車で約45分 28.7 km / 45 min. by car

12:30 Forest Station Haga 2A フォレストステーション波賀
45.0km/車で約1時間 45.0 km / 1 hr by car

13:00 Oimatsu Dining 2B 老松ダイニング
20.0km/車で約30分 20.0 km / 30 min. by car

15:00 Mt. Funakoshi Ruriji Monkey Park 3 船越山 るり寺モンキーパーク

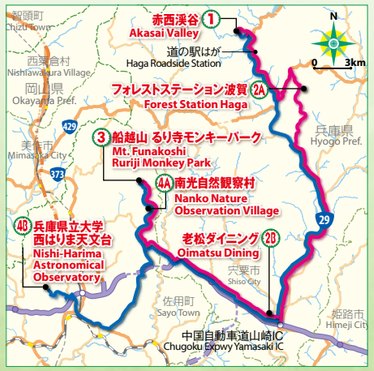
2.6km/車で約5分 2.6 km / 5 min. by car

24.8km/車で約35分 24.8 km / 35 min. by car

16:30 Nanko Nature Observation Village 4A 南光自然観察村

17:00 University of Hyogo Nishi-Harima Astronomical Observatory 4B 兵庫県立大学西はりま天文台

GOAL



Relax gazing at lush greenery and stunning starry skies

Feel the earth's pulse on a nature-rich trip

Take an exhilarating e-bike ride through Shiso's famed Akasai Valley. Then drive along the route of your choice.

START
Chugoku Expressway Yamasaki IC
中国自動車道 山崎IC

電動アシスト付きのマウンテンバイクで山の中でもラクラク走行！
Electric mountain bikes make riding a breeze!

Haga Roadside Station 道の駅はが 宍粟 Shiso

TEL 0790-75-3711 MAP P14B1

宍粟市の特産品が並ぶ道の駅。E-bike(料1台2時間2000円)をレンタルして赤西渓谷へ出発！

住宍粟市波賀町原149 交中国自動車道山崎ICから車で約35分 時9〜17時 休木曜(祝日の場合は営業)※7･8月は無休 P30台

A roadside station with Shiso specialties. Rent an e-bike (2,000 yen / 2 hours) to Akasai Valley. Address: 149 Hara, Haga-cho, Shiso / Access: 35 min. drive from Yamasaki IC on Chugoku Expressway / Hours: 9:00–17:00 / Closed: Thur. (open if public holiday). Open every day in July and August. / Parking: 30 spaces

↓↓渓谷は「ひょうご森林浴場50選」にも選ばれている。入山規制ゲートまで自転車で爽快にライド!
The valley was chosen as one of the 50 best Hyogo forest-bathing spots. Take an invigorating ride to the gate.

1 Akasai Valley 赤西渓谷 宍粟 Shiso

TEL 0790-63-3127(宍粟市産業部商工観光課) Commerce, Industry and Tourism Division, Industry Department, Shiso City
MAP P14B1

青森県十和田市の観光名所「奥入瀬(おいらせ)渓流」にも劣らぬ美しい風景から"西の奥入瀬"ともよばれている渓谷。秋にはケヤキやカエデが赤く色づき、見事な紅葉を楽しめる。

住宍粟市波賀町原 交中国自動車道山崎ICから駐車スペースまで車で約50分 ※渓谷内は一般車両侵入禁止のため、道の駅からのE-bike推奨 料時休散策自由 ※降雪期間は積雪により進入不可 P6台

Dubbed "western Oirase" for its beauty rivaling Aomori's famed Oirase Gorge. The many zelkova and maple trees paint the valley red in autumn. Address: Hara, Haga-cho, Shiso / Access: 50 min. drive from Yamasaki IC on Chugoku Expressway to parking lot. Private cars prohibited in the valley; e-bikes from roadside station recommended. / Admission/hours/closed: —. No access in snowy periods. / Parking: 6 spaces

こんな体験もできます More things to do

セラピーバイク Therapy bikes

一般には開放されていない特別なセラピーロードを走行できるガイド付きツアー。
Guided tours on special roads, normally closed to the public.

料2人1万2500円〜 時10〜15時 休5〜11月の土･日曜、祝日に開催 ※2週間前までに公式Webサイトから要事前予約。平日は要相談
Fee: From 12,500 yen for 2 persons / Hours: 10:00–15:00 / Held on Sat., Sun., and public holidays from May to November. Reservations required via official website at least two weeks in advance. Please ask about weekdays.

問合せ Contact
しそう森林王国観光協会 Shiso Shinrin Oukoku Tourism Association
TEL 0790-64-0923

お好みでチョイス！ Choose your preference

2A Forest Station Haga フォレストステーション波賀 宍粟 Shiso

TEL 0790-75-2717 MAP P14B2

大自然をもっと楽しむなら、アウトドアを楽しめるフォレストステーション波賀へ。広大な森の中に森林鉄道やレストランなどお楽しみがいっぱい。

住宍粟市波賀町上野1799-6 交中国自動車道山崎ICから車で約35分 料入場無料(各施設の利用は有料) 時施設により異なる(レストランは土･日曜、祝日の11時〜14時30分、17〜21時) 休無休 P120台

↑かつて木材運搬で活躍した森林鉄道が敷地内に復活
A forest railway, once used to transport timber, now restored on-site

→ブランド牛が味わえる「宍粟牛陶板膳」3300円
Shiso premium beef toban-yaki set 3,300 yen

To enjoy nature to its fullest, visit Forest Station Haga for outdoor fun. A vast forest packed with fun: forest railway, restaurant, and more. Address: 1799-6 Ueno, Haga-cho, Shiso / Access: 35 min. drive from Yamasaki IC on Chugoku Expressway / Admission free; fees required for facilities / Hours vary by facility (restaurant 11:00–14:30 and 17:00–21:00 on Sat., Sun., and public holidays) / Open year-round / Parking: 120 spaces

2B Oimatsu Dining 老松ダイニング 宍粟 Shiso

TEL 0790-62-2345 MAP P15A1

ゆったり派のあなたは、老舗「老松酒造」が手がけるレストランへ。麹を知り尽くした造り酒屋ならではの、発酵食ランチが味わえる。日本酒の販売所も併設。

住宍粟市山崎町山崎12 交中国自動車道山崎ICから車で約5分 時11時〜14時30分(13時30分LO)※予約優先 休木曜 P10台

↗ランチ内容は季節によって変わる。写真は「発酵紅葉御前(ヒレカツ)」2310円
Seasonal lunch menu. Pictured: Fermented Momiji Gozen (pork cutlet) 2,310 yen

→築約200年の母屋を改装
The restaurant is in a renovated 200-year-old house

For a relaxed meal, try the restaurant by the venerable Oimatsu Brewery. Savor lunches featuring fermented foods by koji-master sake brewers.There's also a sake shop. Address: 12 Yamasaki, Yamasaki-cho, Shiso / Access: 5 min. drive from Yamasaki IC on Chugoku Expressway / Hours: 11:00–14:30 (last order at 13:30). Reservations recommended. / Closed: Thur. / Parking: 10 spaces

3 Mt. Funakoshi Ruriji Monkey Park 船越山 るり寺モンキーパーク 佐用 Sayo

TEL 0790-77-0214 MAP P14B2

船越山周辺に生息する野生のニホンザルを間近で観察できる。安全のための人間用の檻など、ユニークな設備にも注目。

住佐用町船越877 交中国自動車道佐用 ICから車で約40分 料入園大人600円、子ども200円 時9〜17時 ※時期によって異なる 休不定休 P40台(1台400円)

Observe wild Japanese macaques near Mt. Funakoshi up close. Unique facilities include human safety cages. Address: 877 Funakoshi, Sayo / Access: 40 min. drive from Sayo IC on Chugoku Expressway / Admission: Adults 600 yen, children 200 yen / Hours: 9:00–17:00 (varies by season) / No fixed holidays / Parking: 40 spaces

↑1缶100円でエサやりも体験できる
Monkey feeding 100 yen/can

→ひときわ体が大きいのがボス猿
Watch for the huge alpha male

かわいい子猿も見られる！ Spot baby monkeys too!

お好みでチョイス！ Choose your preference

↑1回5000円(薪代金別途)のサウナは千種川が水風呂替わり
Sauna sessions 5,000 yen each (firewood costs extra). Plunge into the Chikusa River for a cold bath

4A Nanko Nature Observation Village 南光自然観察村 佐用 Sayo

TEL 0790-77-0160 MAP P14B2

千種川のほとりにあるアウトドア施設。オートテントサイトやコテージなど宿泊施設が豊富に揃うほか、本格的なフィンランド式サウナも体験できる。

住佐用町船越222 交中国自動車道佐用 ICから車で約30分 料入場500円(小学生未満は200円) 時8時30分〜16時 ※宿泊はオートテントサイト1泊2000円〜(時期によって異なる)、IN14時／OUT13時 休無休 P112台

↑各サイト内ではたき火も可能
Campfires allowed at sites

An outdoor facility by the Chikusa River. Experience drive-in camping, cottages, and an authentic Finnish sauna. Address: 222 Funakoshi, Sayo / Access: 30 min. by car from Sayo IC on Chugoku Expressway / Admission: 500 yen (200 yen for children under six) / Hours: 8:30–16:00. Drive-in camping from 2,000 yen/night (varies by season); check-in at 14:00, check-out at 13:00 / Open year-round / Parking: 12 spaces

GOAL
Enjoy Nishi-Harima more with an overnight stay
宿泊して西はりまをもっと楽しもう！

4B University of Hyogo Nishi-Harima Astronomical Observatory 兵庫県立大学西はりま天文台 佐用 Sayo

TEL 0790-82-0598 MAP P14A2

口径2mを誇る国内最大の公開望遠鏡「なゆた望遠鏡」を有する天文台。宿泊施設もあり、宿泊者は毎晩開催される夜間展望会(無料)に参加できる。

住佐用町西河内407-2 交中国自動車道佐用 ICから車で約15分 料入館無料 時9〜21時 ※宿泊は1泊1室7400円〜、IN15時／OUT11時 休第2･4月曜(祝日の場合は翌日)、ほか臨時休館あり P50台

An observatory housing Japan's largest 2-meter public Nayuta Telescope. Lodging available; free nightly stargazing for guests. Address: 407-2 Nishigaichi, Sayo / Access: 15 min. drive from Sayo IC on Chugoku Expressway / Admission free / Hours: 9:00–21:00. Lodging from 7,400 yen/room/night, check-in at 15:00, check-out at 11:00 / Closed: 2nd and 4th Mon. (open if public holiday, closed following day), may also be closed on other days / Parking: 50 spaces

→「なゆた望遠鏡」は、一般向けの公開望遠鏡としては世界最大級
The Nayuta Telescope is among the world's largest public scopes

提供：西はりま天文台
Photo courtesy of Nishi-Harima Astronomical Observatory

↑宿泊者以外も参加できる一般観望会(無料)は、土曜、祝日(定員100名、1週間前から要電話予約)と日曜(予約不要)に開催される
Free public stargazing for non-guests on Sat. and public holidays (for up to 100 people at a time; reserve one week in advance) and Sun. (no reservations required)

こんな体験もできます More things to do

昼間の星と太陽の観察会 Daytime star and sun observation

昼には、太陽の表面に現れる黒点やプロミネンスを専用望遠鏡で観察できる。
Observe sunspots and prominences via special daytime telescopes.

料無料
時13時30分〜、15時30分〜 休土･日曜、祝日、春･夏休みや大型連休の午後に開催(予約不要)
Fee: Free / Hours: From 13:30 and 15:30 / Held on afternoons on Sat., Sun., public holidays, spring /summer breaks, and long holidays. No reservations required.