

# みやま・清水山

## コース

距離 11.5 km  
 難易度 中級～上級  
 所要時間 4～5時間



- トイレ
- 食事処
- 駐車場
- 国道
- 県道
- 学校
- 撮影スポット
- 展望スポット
- スタンプ
- 自動販売機
- 宿泊施設

◎みやま・清水山コースは、南へ向かって進むことが多いコースのため、  
 地図の上部を南、下部を北とする作図にしています。



### オルレの歩き方

コースの要所には、カンセと呼ばれる馬をモチーフにしたオブジェや、赤と青のリボン、木製の矢印などがあります。目標に沿って歩きましょう。

カンセ

馬の頭が進行方向になります。

リボン

青と赤を結んだり、リボンはコースの目印です。

矢印

青の矢印は正方向、赤の矢印は逆方向です。

### オルレのマナー

- ゴミは必ず持ち帰りましょう。
- 民家の庭や農地に勝手に入らないようにしましょう。
- 道沿いの農作物や花、木は勝手に採らないようにしましょう。
- 大声を出したり近隣の人の迷惑にならないようにしましょう。
- 火気には十分気を付けましょう。
- マムシやハチ、イノシシに注意しましょう。
- 夏場は長袖の服装や虫除けスプレーをおすすめします。

### レスキューポイント

コース上にレスキューポイントを表示しています(1～52)。消防等への緊急連絡の際は、表示板の番号をお伝えいただくとスムーズです。

●瀬高駅～道の駅みやま  
 距離：1.3km  
 時間：15分(徒歩)

●瀬高駅～八楽会教団  
 距離：3km  
 時間：40分(徒歩)

東

南

西

北

大観峠  
 (標高330m)

清水山

八楽会奥之院  
 (しゃくなげ寺)

女山史跡森林公園・展望台



清水寺本堂



清水寺三重塔



# みやま・清水山

コース



しあわせの  
押し売り  
いたします。  
空のくに みやま

福岡県みやま市

## 自然に身を委ね、 時と空間を感じるまちみやま

福岡県みやま市は、豊かな自然と古代歴史ロマンのまちです。

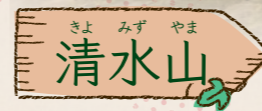
東の山から太陽が昇り、西の有明海に沈み、夜には広い空に浮かぶ月と星たち。

当たり前のことですが、古代の人々が見てきたものと変わらない風景が今もあり続けていると思うと、時間と空間のつながりを感じてなんともロマンチックです。

「みやま・清水山コース」を歩いて、悠久の歴史と自然に身を委ね、小宇宙を感じてください。



スタート直後にあらわれる女山は、ここに邪馬台国があったという説が残るなど、古代ロマンあふれる山です。神秘的な「神宿る竹林」や、古代山城や神域との境界ともいわれる「神籠石」など、見どころたくさん。また、登りきった先には、有明海を一望できる展望台があります。



女山の南側に位置する清水山は、806年に伝教大師最澄によって開かれた天台宗の古刹「清水寺」を抱えています。開山以来人々の厚い信仰を集めており、縁結び、子授け、安産、子育て、健康といった人の一生にまつわるご利益があります。周辺の自然は季節ごとに表情を変え、春の桜、初夏の新緑、秋の紅葉、冬のサザンカなど、色とりどりです。

### 九州オルレの紹介

「オルレ」は韓国・済州島で始まった気軽なトレッキングの総称です。もともと済州島の方言で「通りから家に通じる狭い路地」という意味があり、コースのほとんどが舗装されていない自然豊かな道であることが特徴です。

九州オルレは、済州オルレの姉妹版として2012年に認められたもので、九州ならではの四季折々の美しい風景、その土地の歴史や食などの魅力を楽しむことができます。

2021年4月現在、20のコースがあり、そのひとつが「みやま・清水山コース」です。

### スタンプスペース



オルレスタンプは、スタート地点、清水寺本堂、フィニッシュ地点の道の駅みやま内にある観光案内所にあります。(どれも同じものです。)

## コースの見どころ & 写真映えスポット



### かみやま ちくりん 神宿る竹林

女山史跡森林公園の遊歩道沿いに見られる竹林。その壮大な姿は見るものを圧倒し、日が差し込むと神秘的な雰囲気となります。



### みやま せきしんりんこうえん てんぼうだい 女山史跡森林公園・展望台

古代のやぐらをイメージした展望台です。有明海を一望することができ、眼下にはみやま市街、遠くには脊振山などを見ることができます。春は桜、秋には紅葉が美しく、四季折々の景色を楽しむことができます。



### みやま かいし 女山神籠石

神籠石とは自然石や方形に加工した石を1列に並べ山腹を巡らせて山頂を囲む列石と、これに連なる谷間に切り石を積んで築いた石壁、水門からなる遺構のことです。女山神籠石は、立方体に加工された礫石が一部に自然石を混じえ、全長約3kmにわたって山頂を取り囲んでいたと考えられます。



### みやま ずらほん ほうていえん 清水寺本坊庭園

室町時代の画僧・雪舟が中国で学んだ山水画の技法をいかして築いたといわれています。愛宕山を借景として取り入れており、心字池を中心に庭石の配置・植え込み・池にそそぐ緩と急の滝など、自然と人工の美が見事に調和した庭園です。



### みやま ずらほん どう 清水寺本堂

天台宗の開祖である伝教大師・最澄によって開かれた寺で、本尊として千手観音菩薩がまつられています。また、身体に痛いところがあれば、仏さまのその部分を撫で、それから身体の痛いところを撫でると、痛みがとれるという「なで仏」も知られます。



### みやま ずらさんじゅうのとう 清水寺三重塔

1836年、大阪の四天王寺の五重塔を手本に、14年の歳月をかけて完成しました。清水山の自然と調和し、清水寺のシンボルとして親しまれています。

～ガイドもやっています～

地元ガイドがコースをご案内します♪ [料金の目安]ガイド1人につき1時間1,000円 **有料 事前予約制**  
※ショートコースも対応できます。(料金についてはご相談ください) 申込み先:みやま市商工観光課 0944-64-1523(平日)

## お食事とおみやげ

### コース上にあるお店



**お蕎麦 なな草** **要予約**  
住みやま市瀬高町大草1773-2 ☎0944-62-7622  
営業 11:00~15:00/18:00~21:00 休不定  
女山を下ったところにある蕎麦屋さん。厳選した国内産そば粉のみを使用した手打ち蕎麦をどうぞ。



**カフェレストラン 暖** **コース料理・予約制**  
住みやま市瀬高町本吉960-1 ☎0944-63-5511  
営業 11:00~18:00(OS17:00)/18:00~21:00 休不定  
自然に囲まれたお洒落なお店。手ごねの和牛ハンバーグが大人気。豆から挽き淹れるコーヒーも美味しい!



**自然食DINING TAkeyA**  
住みやま市瀬高町本吉954 ☎0944-62-5028  
営業 11:00~15:00 休不定  
コースの最高地点付近でホッとひととき。白玉ぜんざいや、竹の器でのうどんが楽しめます。



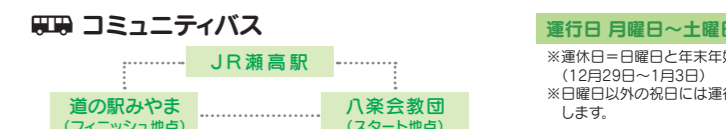
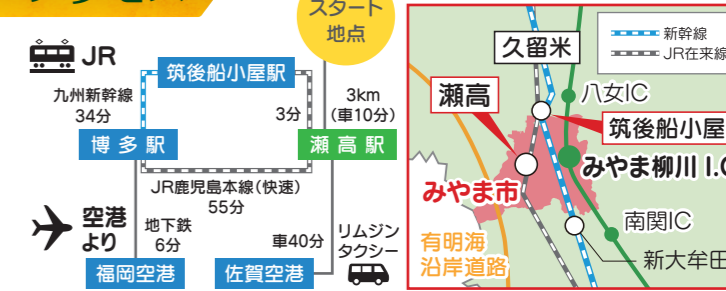
**道の駅みやま** **フィニッシュ**  
住みやま市瀬高町大江2328番地 ☎0944-67-6477  
営業 9:00~18:00 休 1月1日~1月4日  
みやま自慢の農産物やスイーツがいっぱい!併設のフードコートには、地元の食材を使った美味しいお店がたくさんあります。

### 歩いたあとは、車でちょっと寄り道

- こが茶カフェ**  
住みやま市瀬高町下庄493-1 ☎0944-63-2333
- Chocolate House Cocoro**  
住みやま市瀬高町長田755-1 ☎0944-63-3006
- カフェむさしの**  
住みやま市高町海津345 ☎080-6455-3139



### アクセス



**タクシー 事前予約制** **事前予約の問合せ先**  
**タクシー初乗り運賃の助成について**  
下記の区間でタクシー料金の初乗り運賃の助成を行っています。  
**◆利用可能区間**  
JR 瀬高駅 ..... 八女IC (スタート地点)  
道の駅みやま (フィニッシュ地点) ..... 八女IC (スタート地点)

**◆利用可能なタクシー会社**  
(下記以外のタクシー会社では助成を行っていません)  
①瀬高 タクシー TEL 0120-388-996  
②ニコニコ光タクシー TEL 0120-603-318

### お問い合わせ先

**みやま市商工観光課** ☎835-8601 福岡県みやま市瀬高町小川15  
みやま市 検索 TEL.0944-64-1523 営業時間/8:30~17:00  
**(一社)みやま市観光協会** ☎835-0019 福岡県みやま市瀬高町大江2328道の駅みやま内  
みやま市観光協会 検索 TEL.0944-63-3955 営業時間/9:00~18:00