

# 三郡山コース案内

## 宇美めぐり 登山道MAP



三郡山系は、宝満山から若杉山まで峰を重ねる素晴らしい山並みを呈し、一本松公園を起点に変化に富んだ登山ルートがいくつもあります。三郡山(936m)山頂には航空監視レーダーや鉄塔があり、晴れた日には遠く有明海や普賢岳、英彦山や九重連山まで見渡すことができます。

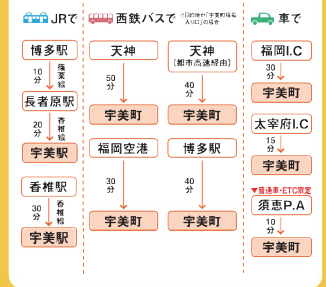


### 三郡山系の見どころ



**レスキューポイント ①〜⑭**  
緊急事故発生時はレスキューポイント番号を下記に連絡してください。  
昭和三十九年消防庁合 消防本部 TEL (092)935-5111

### 宇美町へのアクセス



**お問い合わせ先**  
〒811-2192 福岡県糟屋郡宇美町宇美 5丁目1番1号  
宇美町役場 まちづくり課  
☎(092)934-2370

**携帯電話からも簡単アクセス!!**  
http://www.town.utsunomiya.jp  
各行政機関等様へ  
発行費用・送料等別途  
印刷費が別にお見積りさせていただきます

### 登山の心得

- 初心者は、一人ではなくパーティー(グループ)で登る。
- 無理な計画は立てないようにする。
- 体調が悪い時は登らないようにする。
- 自分のペースで登れないように歩き、こまめに水分を補給する。(脱水症の防止につながる)
- 根拠を確認しながら登る。
- 決められた登山コースを歩く。(むやみに登山道を壊すや、自然破壊をしない)
- 自然を大切に。(植物・動物の採取やゴミ捨てをしない)
- 家族に行き先を告げる。
- タバコのポイ捨ては山火事の元です。絶対にやめる。
- 健康保険証や携帯電話、ビニール袋を持参する。



### 磯石山コース

登山口までの林道が長く、磯石山山頂から三郡山までの距離も長いコースです。林道途中に内ヶ畑Aコース登山口があり、ここから登る内ヶ畑Bコースと合流します。

・ルート P-2 → K → L → W : 105分  
・磯石山山頂Wから三郡山: 105分、宝満山: 175分

### 内ヶ畑Bコース

P-2駐車場から沢を渡った所が登山口で、尾根沿いに登っていきます。全体的に傾斜が緩やかなコースです。

・ルート P-2 → J → U : 85分  
・縦走路Uから三郡山: 60分、宝満山: 130分

### 三郡山から宝満山へ

宝満山までの縦走コースは九州自然歩道になっており、山頂から少し下りた所に三郡山の「天の森」のほかにルータ上には三郡山や若杉山、英彦山等が一望できる「展望台」(長崎側)・「八重の緑展望台」があります。

・ルート R → Q → P → O → N → X : 70分

### 三郡山から磯石山へ

若杉山までの縦走路になっており、ショウジョウバカマの群生や春先にはミツツツジが見られます。前峰磯石山から磯石山までは急勾配になっています。

・ルート R → S → T → U → V → W : 95分

### 河原谷コース

このコースは途中からいくつかのコースに分岐しており、よく利用されているコースの一つです。途中から登りが多くなり、難所ヶ滝分岐からは、かなりの急勾配になります。

・ルート P-1 → A → C → D → E → O : 110分  
・縦走路Oから三郡山: 45分、宝満山: 30分

### 難所ヶ滝コース

※裏面に詳細地図があります  
このコースは難所ヶ滝分岐まで河原谷コースと同じで、ここから沢沿いに左に折れ、冬の名所「河原谷の大つらら」を右手に見ながら登っていきます。河原谷の大つらら周辺は足場が悪いので注意が必要です。

・ルート P-1 → A → C → D → E → P : 120分  
・縦走路Pから三郡山: 30分、宝満山: 45分

### 宇美(猫目)新道コース

河原谷コースの途中から河原谷を離れ、磯ヶ谷谷作業道に入ります。小さな沢沿いの道から、急勾配の尾根を登り、荒道と合流します。

・ルート P-1 → A → B → N : 135分  
・縦走路Nから三郡山: 55分、宝満山: 15分

### 頭巾山コース

急登と平頂を繰り返しながらのコースで、最後に長い急登があり、大きな石を過ぎると快適な尾根道になります。頭巾山山頂から数分で縦走路に出ます。コースのほとんどもが自然林で、途中ブナの大きな木も見られます。

・ルート P-2 → F → M → Q : 90分  
・縦走路Qから三郡山: 20分、宝満山: 55分

### つき谷Bコース

谷沿いの斜面を登るコースで、いくつもの小さな滝が見られます。沢を渡りますので注意です。途中、奇抜なテール状の岩が、最後に階段を登ります。

・ルート P-2 → F → G → S : 100分  
・縦走路Sから三郡山: 15分、宝満山: 85分

### つき谷Aコース

宇美林道終点が登山口で、小さな沢を渡って尾根道へ登っていきます。

・ルート P-2 → F → G → H → T : 95分  
・縦走路Tから三郡山: 55分、宝満山: 125分

### 縦走コース

三郡山から宝満山へ

・ルート R → Q → P → O → N → X : 70分

三郡山から磯石山へ

・ルート R → S → T → U → V → W : 95分