

# 京都一周トレイル

さあ、ハイキングに出かけましょう。(浅霧)

## ① トレイルとは

京都一周トレイルとは、京都市の周りの山々をぐるっと馬てい形に廻る全長約70kmのハイキングコースのことです。その始点は京阪伏見稲荷駅で、途中嵐山や鞍馬、比叡山などの観光地を通りながら、最後は阪急上桂駅に至ります。

道中には様々な名所旧跡があるほか、眺望の良いところがたくさんあり、市街地とはまた違った京都を体験することができます。

また、ハイキングにあまり馴染みがない方でも手軽に楽しむことができるとい

うのも大きな利点です。その理由として、次のふたつが挙げられます。

### ① エスケープがしやすい

エスケープとは、ハイキングのコースを離れて市街地に降りることです。市街地に近いトレイルコースは途中、何カ所かで電車の駅やバス停と交わります。天候が急変したり体調が悪くなったときに、簡単に行程を変えることができます。

また、これを利用して登り口と下り口を変えれば多彩なコースが作れます。

### ② 標識がある

トレイルのコースには右図のような標識が、交差点を中心に約220箇所設置されていて、次にどの道に進めばいいかを示してくれます。これによって、コースを間違えたり迷ったりすることなく、安心してハイキングを楽しむことができます。



## ② コース紹介

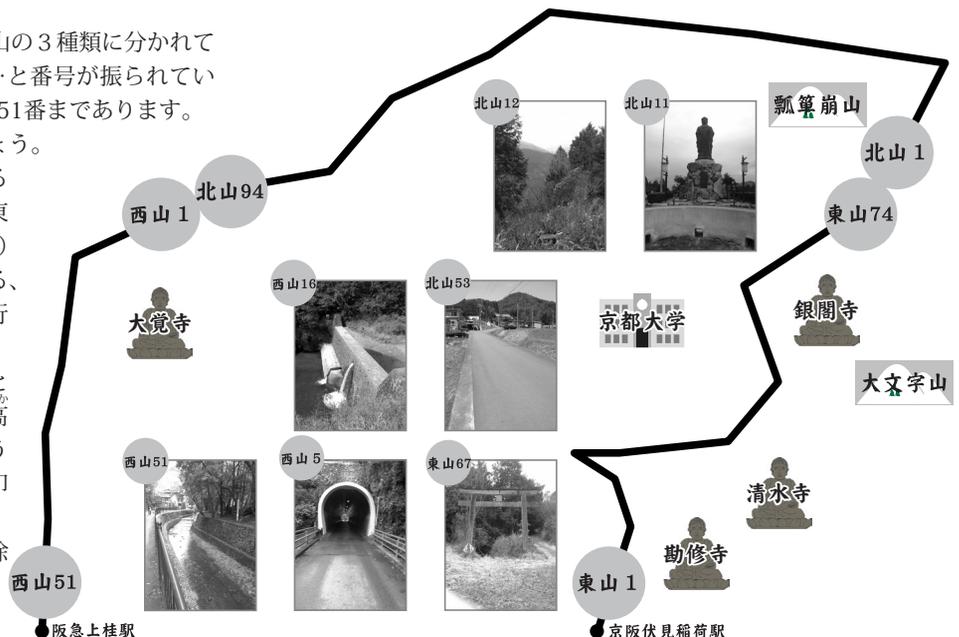
トレイルのコースは東山、北山、西山の3種類に分かれています。標識もそれぞれ順に1, 2……と番号が振られていて、東山は74番、北山は94番、西山は51番まであります。

それでは簡単にコースを紹介しましょう。

東山は、景色が目まぐるしく変わるコースです。哲学の道から大文字山(東山45)に登り、またすぐ蹴上(東山30)まで下りて清水山(東山18)に登る、というように、山中と市街地を何度か行き来するという形になります。

北山は、ほぼ全行程で坂道を進むこととなります。水井山(北山16)や横高山(北山13)など標高が800mに届こうとする山々が連なり、全体的に険しい印象があります。

西山は、松尾山(西山35)付近を除いて比較的なだらかな道が続きます。



はみだし  
すてーじ

青春18きっぷで環状線を何周回れるのだろう。  
⇒時刻表でざっと数えたところ27周でした。

(理・2 にえばんち☆)  
(距離にして570km。京都から下関までと同じぐらいです；編)

## 道中のみどころ

西山21

### 嵐山

桜や紅葉など、季節の移り変わりが体感できる景勝地です。トレイルで通りかかるときは、閑散とした山道から急に多くの観光客でごった返す街中に出てくるため驚かされます。



北山50

### 夜泣峠

この峠は傾斜が急ですが路面や路肩はよく整備されています。「夜泣峠」という名前は、幼い親王が夜泣きをしたときに、母親がこの地蔵に祈ったら泣きやんだという故事から来ています。



北山94

### 清滝

嵯峨の山あいを川沿いに進んでいくと、清滝と呼ばれる小さな集落に出ます。ゲンジボタルの生息地として有名で、シーズンには蛍をひと目見ようと多くの観光客が訪れます。



北山9

### 比叡山延暦寺

天台宗の本山として古くから仏教信仰の中心となっていた山で、付近の山道では今でも修行僧を見かけます。なお、ここは標高が800mほどあり、トレイルコースでの最高点となっています。



北山80

### 沢ノ池

北山西部は長い山道が続きますが、その中にぽっかりと現れるのが沢ノ池です。釣りで有名ですが、周りは完全に山に囲まれており、まさに秘境というイメージがぴったりにです。



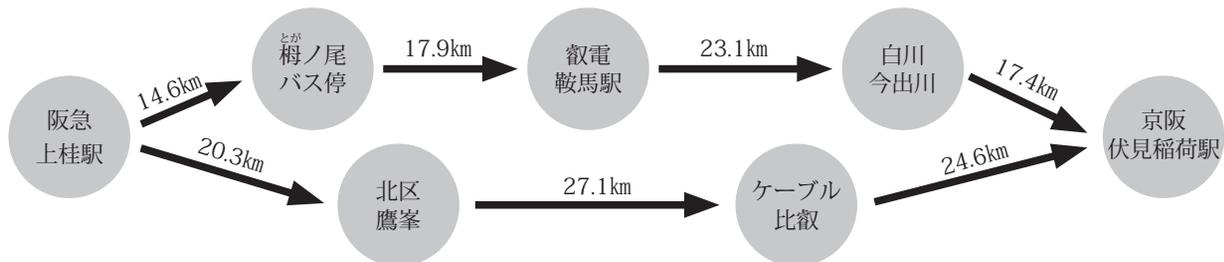
東山1

### 伏見稲荷神社

京阪伏見稲荷駅から東に進み、神社の境内を過ぎると、赤鳥居が立ち並ぶ参道が見えてきます。トレイルでは少ししか通りませんが山中には数千本の鳥居があり、今でも増え続けているそうです。



## 実際に一周してみよう



全長70kmのコースなので、普通に歩いて4日間、少し急いで歩いて3日間かかります。それぞれのモデルコースを上に示してみました。この他にも嵐山(西山24)・清滝(北山94)・山幸橋(北山55)・大原戸寺(北山24)・蹴上(東山30)などでも下山できるので、自分なりのコースを作ってみても面白いでしょう。もちろん、伏見稲荷のほうから登りはじめても構いません。

### 京大から各チェックポイントへのアクセス

梅ノ尾バス停……北野白梅町からJRバスで20分

叡電鞍馬駅……出町柳駅から叡山電車で20分

白川今出川……京大から今出川通りを東に徒歩10分

北区鷹峯……北大路バスターミナルから市バス北1号系統で15分

ケーブル比叡駅……叡電の八瀬比叡山口駅からケーブルカーで10分

はみだし  
すてーじ

3連敗からもうそろそろ4連敗になりそうです。  
⇒我々が中日ドラゴンズは今日で3連敗です。

(文・1 武家)  
(今日は何日でしょう;編)