

第 1 回 京都トレイル・東山コース

伏見稲荷～南禅寺～銀閣寺までの人気トレイル！

【開催日】

11月10日（土）～13日（火）

行動時間 10時間（2日間）

最大高低差（344m）

体力度 2.5 参加費 69,000円

ガイド：中島（080-3225-0827）

サブ：二宮・西村 ドライバー：中島

<緊急連絡先>

ガイドクラブ 0952-37-0577



【集合場所・時間】

佐賀市役所西向い 14:00

金立 SA 下駐車場 14:20

東背振支所 14:40

フェリー：名門大洋フェリー

宿泊先：南禅会館（075-771-2846）

【行程】

<11月10日（土）>佐賀駅バスセンター14:00⇒金立公園 14:20⇒
東背振支所 14:40⇒新門司港 16:30⇒出航 17:00～

<11月11日（日）>大阪南港 5:30⇒出発 6:00⇒近畿道⇒第二京阪⇒
伏見稲荷大社 8:00⇒トレイル開始 8:30⇒泉涌寺 10:30～11:00⇒
清水山・昼食（12:30～13:00）⇒展望所 13:30⇒インクライン 14:30
⇒南禅会館 15:00⇒南禅寺・散策～17:00⇒入浴・夕食 19:00～

<11月12日（月）>朝食 7:30⇒トレイル開始 8:30⇒大文字山 11:00⇒
哲学の道 12:30⇒銀閣寺（ゴール） 13:00⇒昼食 13:00～14:00⇒
銀閣寺・散策 14:00～15:00⇒哲学の道 15:00～南禅寺 16:00⇒
移動開始 16:30⇒第二京阪⇒近畿道⇒大阪南港 19:00⇒出航 19:50～

<11月13日（火）>新門司港 8:30⇒出発 9:00⇒東背振支所 10:40
⇒金立公園 11:00⇒佐賀駅バスセンター11:20

朝	昼	夕
10日		
×	×	×
11日		
×	弁	○
12日		
○	○	×
13日		
×	×	×

参加の注意点

- ・ 料金に含まれるもの＝交通費・宿泊費・ガイド料・保険料・食事 4食
- ・ 含まれないもの＝11日の朝食までと12日夕食以降・行動食・個人の装備など。
- ・ 参加料は1か月までにお願いします。申込金1万円でも結構です
- ・ キャンセルにつきましては、登山日の2週間前（14日前）から20%、3日前から参加費の50%かかります。当日キャンセルは返却いたしませんのでご了承ください。
- ・ またトイレ出来るポイントでは我慢せず済ませてください。

[コース概要]

京都一周トレイルとは、京都の東南、伏見から比叡山、大原、鞍馬を経て、高雄、嵐山、苔寺に至る京都市街を取り囲む全長約 80 キロのコースのこと。

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ます。

今回の東山コースは、景色が目まぐるしく変わるコースです。初日は、伏見稲荷大社から稲荷山に登り、泉涌寺を抜け、その後市街地まで下り、清水山に登り南禅寺に至るというように、山中と市街地を何度か行き来するという形になります。2日目は、南禅寺から大文字山に登り、その後、銀閣寺を目指し下り、哲学の道を抜けゴールとなります。

<銀閣寺・観音殿>

<南禅寺・三門>



装備表

装備品名	チェック	必要度	装備品名	チェック	必要度
レインウェア		◎	地図・コンパス		○
帽子		○	タオル・バンダナ		○
手袋(防水)		◎	トイレトペーパー		◎
スパッツ		○	ゴミ袋 ビニール袋		◎
防寒具		◎	時計		◎
ストック・ステッキ		○	健康保険証又は写し		◎
ザックカバー		○	サングラス・日焼け止め		○
緊急用品・医療品		○	非常食・行動食		◎
水筒・サーモス		◎	弁当		×
ヘッドランプ+替電		◎	マグカップ		○
携帯電話		○	ウェットティッシュ		◎

【伏見稲荷】



伏見稲荷大社は、日本全国に約 30,000 社あるといわれる稲荷神社の総本宮です。歴史は古く、奈良時代の 711 年 2 月初午の日にご鎮座になったと伝えられています。稲荷大神は、五穀豊穡・商売繁昌・家内安全・諸願成就の神として、人々の篤い信仰を受けてきました。

古来、稲荷山を神域とし、山中には信者から奉納された鳥居が立ち並んでいます。中でも「千本鳥居」は伏見稲荷大社を代表する観光スポットとして多くの人々が訪れています。

【泉涌寺】



泉涌寺は皇室の菩提寺として、長きにわたりたくさんの人々から信仰されてきた真言宗泉涌寺派の総本山です。敷地内には天皇の陵墓が複数あり、皇室の菩提寺を務めてきたことから御寺(みてら)とも呼ばれています。

本尊の三世仏のほか、楊貴妃観音をお祀りしていることでも有名です。楊貴妃観音は美人祈願・良縁などのご利益があるといわれ、最近では美と縁結びのパワースポットとしても人気を集めています。

【南禅寺】



京都市左京区に位置する南禅寺は、数ある寺院の中でも最も格式が高く、別格扱いの寺院です。歴史的な建造物や美しい庭園などが多く、京都を代表する観光スポットとなっています。

水路閣(すいろかく)は、明治 23 年、琵琶湖の湖水を京都の街へと運ぶための水路橋として造られました。古代ローマの水道橋を参考に設計されており、橋の下部分が美しいアーチ型になっているのが特長です。

【銀閣寺】



銀閣寺(ぎんかくじ)は金閣寺と並ぶ京都楼閣建築の代表寺院ですが、正式名称を慈照寺(じしょうじ)といます。銀閣寺を創建したのは室町幕府 8 代将軍の足利義政で祖父である足利義満が建てた北山山荘(金閣寺)を参考に、東山文化の代表東山山荘を造営しました。

銀紗灘の隅には東山に上る月を見るために作られた向月台(こうげつだい)があり、とても印象的な形をしています。高さはなんと 180cm!