

催行決定

# 瀬戸内海に浮かぶ花と国生み神話の島を歩く

## 淡路島ハイキング 4日間

歩行レベル/★★

日本三大水仙郷として知られる花スポットや鳴門のうず潮、日本はじまり島の神話伝承地をめぐり、山岳古道から島の最高峰に登頂。温泉や島グルメも楽しむ、ワクワク体験満載の4日間です!

日程 2025年3月11日(火)~3月14日(金)

旅行代金 お一人様 **185,000円** (新千歳発着)  
**150,000円** (関西発着)

- 最少催行人数/4名(最大10名)
- 食事/朝3・昼0・夕3
- 利用航空会社/全日空、エアドゥなど
- 新千歳空港より全行程ツアーリーダー同行
- 宿泊/洲本温泉:ハーバーホテル海月  
南淡路温泉郷:グランドメルキュール淡路島リゾート&スパ  
または各地同等クラス(2~4名1室)

\*一人部屋利用の設定はありません。どうしてもご希望の方はお問い合わせ下さい この時季の淡路島は菜の花畑も見頃です(イメージ)



月日	地名	暫定行程	食
1 3/11 (火)	新千歳/神戸 淡路/伊弉諾神宮 淡路市立香りの公園 水仙の丘 洲本温泉	新千歳空港 8:00 発 <ANA-4818> → 神戸空港 10:05 着 ※空港または駅またはバスターミナルにて現地集合の皆様と合流します =公共交通=淡路・津名一宮。着後、専用車にて国生み神話ゆかりの日本最古の神社・伊弉諾(いさなぎ)神宮へ。参拝後、香りをテーマにした花の公園・淡路市立香りの公園から、ラッパスイセンが見頃の水仙の丘まで軽ハイキング。その後、時間が有れば岩上神社に参拝し、専用車にて洲本温泉へ。 【洲本温泉・泊】	— — 夕
2 3/12 (水)	洲本温泉 先山千光寺 岩戸神社 鳴門の渦潮クルーズ 南淡路温泉郷	宿で朝食後、8:00 頃出発。専用車にて淡路富士と呼ばれる先山(448m)山頂に建つ千光寺へ。運慶作と伝わる仁王像は必見です。近くの岩戸神社も参拝。その後、専用車にて南あわじ・福良港へ。クルーズ船で鳴門のうず潮を見学(約1時間)。 ※船の欠航や諸事情により、大鳴門峡遊歩道・渦の道の散策に変更する場合があります。 終了後、送迎車にて南淡路温泉郷へ。 【南淡路温泉郷・泊】	 クルーズ船でうず潮の間近へ 朝 — 夕
3 3/13 (木)	南淡路温泉郷 諭鶴羽古道 諭鶴羽山 諭鶴羽神社 土生港~ 沼島~土生港 洲本温泉または南淡路温泉郷	宿で朝食後、8:00 頃出発。専用車にて登山口の諭鶴羽(ゆづるは)ダムへ。淡路島最高峰・諭鶴羽山(607.9m)に諭鶴羽古道の裏参道から登頂。古く平安時代から修験者達が修行で歩いた信仰の道をたどります。 ●諭鶴羽ダム...神倉神社...諭鶴羽山頂(一等三角点) ...諭鶴羽神社(歩程:約2時間) 神社から専用車にて土生(はぶ)港へ。 ~ 汽船 ~ 沼島(ぬしま) 日本はじまりの島と言われる小島をハイキング。 ●船着場...おのころ神社...上立神岩(海中にそびえる沼島のシンボル)...沼島八幡神社...船着場(歩程:約2時間) 土生港に戻り、専用車にて洲本または南あわじへ。 【洲本または南あわじ・泊】	 沼島のシンボル・上立神岩 朝 — 夕
4 3/14 (金)	洲本温泉または南淡路温泉郷 淡路 神戸 新千歳	宿で朝食後、8:30 頃出発 = <公共交通> = 淡路 フライト時間や皆様のリクエストに合わせ、淡路エリアの花スポットや名所散策。 ●例/淡路夢舞台(キンセンカ、デイジー)、県立淡路島公園(サザンカ、ツバキ)、石の寝屋緑地...明石海峡大橋ハイキング(約2時間)など。 観光後、淡路 = <公共交通> = 関西/神戸または伊丹空港 ※現地解散の皆様は任意の時間、場所にて離団いただけます。ご希望をお知らせ下さい。 神戸空港 19:20 発 <ANA-4821> → 新千歳 21:10 着	朝 — —

- \*交通/→航空機 =バスや専用車など ...徒歩にて登山・ハイキング
- \*歩程は休憩時間を除いた実質歩行時間の目安です。当日の天候、道の状況、歩くペースなどにより前後します。
- \*天候や時間により一部コースを割愛、またはショートコースに変更、または観光に切り替える場合があります。
- \*昼食、行動食は各自となります。1.2.4 日目の昼食は移動・観光途中で購入、または時間が有れば食事処にてお摂り頂きます。3 日目は行動中に摂ることになるので、前日に各自でご用意下さい。買い物の時間があります。
- \*ハイキング途中の見学施設が有料の場合は各自払いになります。時間によっては立ち寄れないこともあります。
- \*体調不良、疲労などによりハイキング途中からのエスケープは、車道やバス停を通過する地点にて可能です。その場合に生じる交通費はご自身のご負担となりますのであらかじめご了承下さい。
- \*年によって開花期は前後するため、記載の花が必ずしも見られるとは限りません。あらかじめご了承下さい。



## 淡路島ハイキング 持ち物リスト

	品名	数量	チェック	備考
1	ハイキング用シューズ	1組	○	輪鶴羽古道や沼島のハイキングでは靴底のしっかりしたもの。防水性の良いゴアテックス製の軽登山靴など。履き慣れたものを使用して下さい。
2	タウンシューズ	1組	△	散策、観光や移動時に。運動靴やスニーカーなど。
3	旅行かばん（中～大）	1個	○	飛行機に預ける荷物、行動中不要な荷物入れ用。ボストンバッグやスーツケースでも良い。
4	ハイキング用ザック	1個	○	ハイキング時に背負うザック。目安は容量 20～35ℓ程度の日帰り用。機内持ち込み兼用にしても良いでしょう。
5	雨具（上下）	1着	○	しっかりとしたゴアテックス製の上下セパレート型が良いです。防寒・防風着としても活用します。
6	防寒着・上着	1着	○	3月上～中旬の淡路島は温暖で過ごしやすいですが、雨天や曇天、また風の強い日は海風が肌寒く感じます。軽くて速乾性のある薄手のフリースジャケット、ウインドブレーカー等をご用意下さい。
7	衣類（着替え）	適数	○	長袖シャツ、スラックス、下着、靴下、着替えなど。
8	日除け帽子	1個	○	好天時、強い日差しを遮るため、つばのある帽子が良いでしょう。
9	サングラス	1個	○	好天時、強い紫外線から目を保護するために必携です。
10	手袋	適数	○	防寒用、日焼け防止用、保護用などに。薄手をお持ち下さい。軍手はあまりお勧めできません。
11	ヘッドライト	1個	○	万一、薄暗くなってからの行動やトラブルがあった場合に備えて必ずお持ち下さい。ハイキングでは必携です。
12	水筒（△テルモス）	1個	○	容量 350～500 ミリℓ程度。ペットボトルでも可。温かい飲み物が必要な方はテルモスもお持ち下さい。お湯は宿でいただけます。
13	健康保険証 旅行保険証書	1枚	○	旅行中の病気・怪我・事故に備えて健康保険証は必ずお持ち下さい。国内旅行保険に加入の方は証書もお忘れなく。
14	洗面用具	適数	○	寝衣、タオル、バスタオル、歯ブラシ、シャンプー類は宿泊施設に部屋のアメニティとして付いています。
15	筆記用具	適数	○	メモ帳やボールペンなど。
16	現金・クレジットカード	適数	○	クレジットカードは便利です。保管に気をつけましょう。
17	携帯電話	1個	○	緊急の連絡時にお持ち下さい。
18	スパッツ	1組	△	概ねの観光やハイキング道では不要ですが、雨天時、雨天後のぬかるみ対策用にズボンの裾を汚したくない方はお持ち下さい。
19	虫除け・かゆみ止め	適数	△	気温が上がれば山間部や森、花の公園、島の遊歩道など、湿気の有る場所に蚊などが発生する季節です。
20	折り畳み傘	1本	△	観光・散策中の雨に必携。ハイキング中も平坦な車道や林道ではさして歩いていただいても結構です。
21	日焼け止め・リップクリーム	適数	△	好天時、強い紫外線と乾燥から肌や唇を守るために。
22	ストック(杖)	1組	△	普段、山歩きに使用している方はお持ち下さい。ダブルの方が良いですが、使い慣れない方は1本でもok。伸縮式が便利です。
23	医薬品・マスクなど	適数	△	持病の特別な薬など各自ご用意下さい。マスクの着脱については、各自でご判断下さい。
24	ザックカバー	1枚	△	ザックの防水用レインカバー。歩行中の急な降雨に備えて。
25	カメラやバッテリー	適数	△	宿で充電できます。充電装置をお忘れなく。
26	嗜好品・おやつ類	適数	△	移動中や宿泊地そばのスーパーやコンビニなど購入可能です。普段愛用している行動食などがあれば事前にご用意下さい。

※上記のリストはあくまで参考として御利用下さい。○:必要なもの △:あると便利なもの