



ツクシゼリ

ノリウツギ

ベニドウダン

秋の実を紹介



マイヅルソウ

アキノキリンソウ

フクオウソウ



05 三俣山本峰（1744M）大鍋まわりの紅葉が見事！

三俣山本峰に到着！真正面に見えるのが、北峰と飯田高原。眼下に見えるのは、大鍋という窪地で、大鍋のまわりの紅葉が、三俣山の紅葉のハイライトです。（本峰から大鍋に下りて、北峰・南峰とお鉢まわりをすることもできますが、急坂のため注意が必要です。また、三俣山小鍋～雨ヶ池は、植生保護のために通行禁止となっております。ご注意ください。）

04 三俣山西峰を通過し本峰へ



本峰山頂へ

避難小屋の目の前が、三俣山への登り口です。登山道は笹が生い茂っているため、踏み跡をたどっていきます。登りついたところで、やっと本峰が見えてきます。ここから本峰までは、もう少し。後ろを振り返ると、雄大なくじゅう連山の山塊が見えます！

三俣山は春～初夏もみどころ満載！



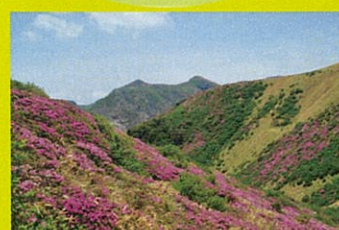
3月中旬 マンサク

大鍋まわりや小鍋周辺に群生して見られます。



5月中旬 ツクシシャクナゲ

大鍋に降りる途中や、北峰山頂付近に群生して見られます。



6月上～中旬 ミヤマキリシマ

本峰・南峰などの斜面に群生して見られます。ミヤマキリシマの名所。



フリース

紅葉が見ごろの時期となる、10月中旬～11月初めころは、朝晩の冷え込みが厳しく、気温がマイナスになることもあります。こんなとき、おすすめの持ち物はフリースです。軽くて、暖かくて、速乾性もあるので、汗をかいたり冷えたりの紅葉登山のときには、大活躍！アウターには、風よけにレインウェアなどを着用しましょう。



Check!



諏蛾守越付近は、霧がよく発生する場所として知られています。黄色のマーカーを道しるべに、歩きましょう。また、強風が吹く場所でもあるので、レインウェアやウインドブレーカーを持っていましょう。

03 硫黄山道路～諏蛾守越



ここから諏蛾守越までは、急な岩場が続きます。登り着いたら、諏蛾守越に到着。*避難小屋があるので、ここでひと休みしていきましょう。*諏蛾守小屋は、熊本地震の影響で一部立ち入り禁止となっています。

くじゅうの本格的な紅葉を見に行こう！ 片道約2時間30分 長者原～三俣山（本峰）

1,030m

1,744m

1,700m級の山々が連なる、くじゅう連山。九州の中でも、標高が高く、冷え込みが厳しいため、10月中旬～11月初旬にかけて、くじゅう連山一帯で見事な紅葉が見られ、各地から多くの人が訪れます。

紅葉で有名な大船山山頂までは、長者原から往復8時間以上の登山となり、初心者にはややハードルが高いコースですが、三俣山（本峰）へは健脚の方で、片道約2時間30分程度で登れ、山頂からは見事な紅葉が見られるので、「体力にそこまで自信がないけど、くじゅうの紅葉を一目でも見てみたい!」という方に、おすすめのコースです。

三俣山は、紅葉すると葉が真っ赤に染まる、ドウダンツツジの仲間のツクシドウダン、シロドウダン、ベニドウダンなどがたくさんあり、くじゅう連山の中でも隠れた紅葉スポットとして知られています！

01 長者原登山口 1,030m



やまなみハイウェイ（県道11号線）沿いにある、長者原登山口。約370台収容できる駐車場があり、トイレや売店・食堂があります。長者原ビジターセンターが駐車場のすぐ横にあるので、ここでルートの確認をしていきましょう。周辺の売店では、飲み物や軽食、ガスボンベなどの販売もしています。長者原ヘルスセンターとガソリンスタンドの間の舗装の道（硫黄山道路）から、入山します。

02 硫黄山道路～坊原登山道～硫黄山道路



硫黄山道路をまっすぐ進んでいくと、途中から諏蛾守越への近道の登山道に入っていく分岐があります。登山道は、やや浸食がすすみ、笹が茂って滑りやすいので注意しながらすすみましょう。この登山道は、再び硫黄山道路と合流します。