



春～初夏
にかけて
見られる植物

紅葉 (10月下旬～11月初旬)



Check! レインウェア

登山の雨具は、天候にかかわらず、上下分かれたタイプのレインウェアを必ず持って行きましょう。雨の時、濡れないように着るだけではなく、風当たりの強い時や寒い時など、いちばん外側に着ることで、身体を守ってくれる、重要な登山アイテムです!

新緑 (5月)



霧氷 (12月～2月)



沓掛山は大きな岩場があり、ハシゴを利用して岩場を下り、尾根伝いのルートに進みます。足元が悪いので注意をしながら進みましょう。
山岳宗教が栄えていたころは、沓掛山は聖域の入り口となっていて、人々はここで汚れた古い靴や草鞋を脱いで木にかけ、新しい履物で山に入ったそうです。
沓掛山は、くじゅう連山が一望できる絶好の写真スポットです。あなたはどの季節が好きですか?

05 扇ヶ鼻山頂 1,698m

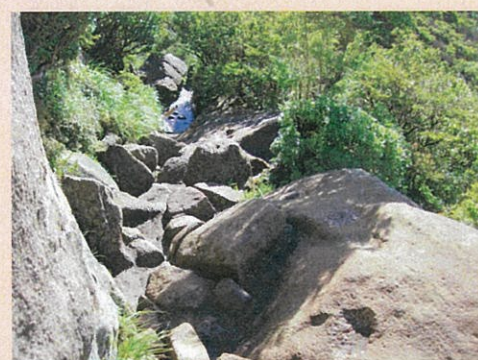


扇ヶ鼻山頂に到着!あたり一面、ピンク色のじゅうたんのようミヤマキリシマの花が咲いています。10月中旬～下旬にかけては、肥前ヶ城との間の谷沿いに、大変美しい紅葉が見られます。季節を変えても楽しめるのが、扇ヶ鼻の魅力です!

*登山道には、踏み荒らし防止のロープ柵がはってあるので、ロープ柵の中には立ち入らないようお願いします



03 沓掛山



人気の登山ルートを歩いてみよう! 片道約1時間30分 牧ノ戸峠～扇ヶ鼻

1,330m

1,698m

九州本土最高峰の中岳を擁するくじゅう連山は、大船山、久住山、三俣山などの1,700m級の山々が連なり、登山者に人気のエリアです。今回は、初心者でもチャレンジしやすく、見どころ満載の、牧ノ戸峠～扇ヶ鼻ルートを紹介しします。

特に初夏のミヤマキリシマの花の時期(5月下旬～6月中旬頃)は、平治岳・大船山と並んで人気があるコースです。平治岳・大船山への登山は、長者原の登山口から片道約4時間以上かかりますが、扇ヶ鼻へは牧ノ戸峠登山口から片道約1時間半なので、「体力にそこまで自信がないけど、ミヤマキリシマの群生地が見たい!」という人におすすめです。ミヤマキリシマの花で山肌がピンク色に染まった山頂付近の風景は、息をのむ美しさです。秋には肥前ヶ城との谷沿いに見事な紅葉を見ることもできます。

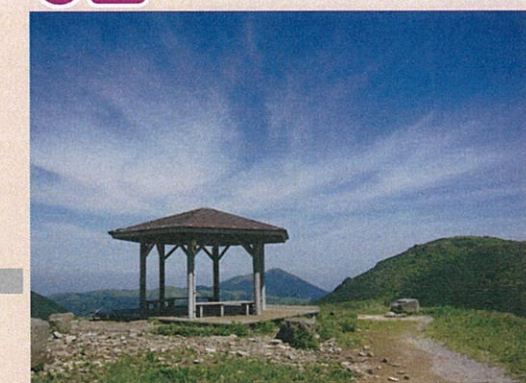
くじゅう登山のはじめの一歩として、扇ヶ鼻に登ってみませんか?

01 牧ノ戸峠登山口 1330m



161台収容できる駐車場があり、トイレや売店もあります。登山前にここでトイレを済ませて山に入りましょう。山から戻ってきたら、売店でゆっくりお茶をするのも良いかもしれません。登山地図の購入もできます。

02 牧ノ戸峠 第一展望台



第一展望台から15分程度登ると、第二展望台へ。お天気がよければ、阿蘇五岳が一望できます!

登山口から、コンクリートの急勾配が続く坂を10分ほど登ると、第一展望台に着きます。東屋があり、景色も良いので、まずはここで一休み。登山はちょっと...という方も、ここまでチャレンジしてみたいか?飯田高原やタデ原湿原を上から見渡すことができますよ。