美しい自然を味わって、温泉に浸かれば気分は最高

雄大な自然と温泉を堪能！

筑波山麓に広がる里山には、ハイキングコースをはじめとしたみどころや、自然を体感できる施設がいっぱい。雄大な自然を堪能したら、やさと温泉 ゆりの郷の露天風呂でのんびり！




筑波山麓の美しい緑に包まれたコース

ハイキング

東筑波ハイキングコース

●ひがしつくばはいきんぐこーす

☎0299-23-1111（石岡市商工観光課） MAP P26A3

つくばねオートキャンプ場（→P21）の先から筑波山ロープウェイ乗り場のあるつつじヶ丘に至るコースで、距離は片道約4.4km、所要約2時間30分。コース沿いでは四季折々の草花も楽しめる。標識も整備されていて安心。

DATA 住つくばねオートキャンプ場：小幡2132-14、つつじヶ丘：小幡2133-12 交つくばねオートキャンプ場：常磐自動車道土浦北ICから車で約30分、つつじヶ丘：常磐自動車道土浦北ICから車で約40分 料料休 散策自由 Pつくばねオートキャンプ場利用無料（使用時は事務所にて受付）

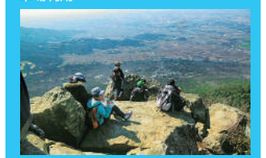
❶コースは整備されている部分が多いので歩きやすい ❷沢を渡るときは滑らないよう慎重に ❸苔むした岩々の間をぬう小道は神秘的な雰囲気

ロープウェイで筑波山へ



つつじヶ丘からロープウェイを使えば、標高840mの女体山駅まで約6分で上ることができる。この機会にぜひ！

DATA ☎029-866-0611（筑波観光鉄道株式会社） 交常磐自動車道土浦北ICから車で約40分 料往復1300円 時9時20分～17時（季節・曜日によって変動あり） 休冬期に検査運休あり Pつつじヶ丘駐車場利用


筑波山山頂からの眺望は最高

鳴滝 ●なるたき

☎0299-23-1111（石岡市商工観光課） MAP P26C2

瓦会地区の山中を流れ落ちる滝で、水量は多くないが、緑とマイナスイオンに包まれて、リフレッシュできる。見物は鳴滝駐車場から100mほど先にある滝見所からがおすすめ。

DATA 住瓦谷 交常磐自動車道石岡小美玉スマートICから車で約25分／千代田石岡ICから車で約40分 料料休 散策自由 P10台



山深いお堂の脇から、清らかな水が流れ落ちる。春の桜や秋の紅葉も美しい

ハイキング

菖蒲沢薬師古道

●しょうぶざわやくしこどう

☎0299-23-1111（石岡市商工観光課） MAP P26B3

朝日里山学校（→P18）をスタートして、庚申塚まで向かう片道約2.2kmの変化と起伏に富んだハイキングコース。終点の庚申塚の標高が約200mだから、気軽に歩けそう。

DATA 住朝日里山学校：柴内630 交常磐自動車道土浦北ICから車で約15分 料料休 散策自由 P朝日里山学校駐車場利用無料


気軽に自然を楽しめるハイキングコース


↑コース途中には水の神様である龍神や天白稲荷神社などが点在している ←菖蒲沢の薬師は筑波四面薬師の一つで、古くから地元の人々に親しまれてきた

トレイルランニング



トレイルラン大会

●とれいるらんたいかい

☎0299-23-1251（石岡トレイルランクラブ）

さまざまな大会を開催しており、毎年4月の「果物と自然の里 いしおかトレイルラン大会」では、ゴール後に地元特産のおいしいイチゴが無料で振る舞われるお楽しみも待っている。初心者が参加できる種目もある。

DATA 開催日程：筑波連山天空ロード＆トレイルラン in いしおか大会 9月（予定）、常陸國やきいもトレイル12月（予定）

自然いっぱいの里山を走り抜けよう



❶遠くに筑波山を望みながら田園風景の中を走り抜ける ❷いしおかトレイルラン大会のスタート。多くのトレイルランナーが参加する大会

キャンプ


賑わうキャンプ場©中根英治

キャビンやオートキャンプなど好みのスタイルで


1万㎡を誇る林間広場では芝滑りやアスレチックなども。夜は満天の星を眺められる

つくばねオートキャンプ場

●つくばねおーときゃんぷじょう

☎0299-42-2922 MAP P26A3

筑波山の麓に広がるキャンプ場には、オートキャンプサイトやフリーサイト、キャビンなどが揃っているから、自分に合ったスタイルのキャンプが楽しめる。バーベキュー、アスレチックもぜひ。

DATA 住小幡2132-14 交常磐自動車道土浦北ICから車で約30分 料オートキャンプサイト1泊6000円、ケビン1泊2万円～ 時IN/14時、OUT/10時 休12～3月の水曜 P30台

キャンプ


山小屋風の管理棟があり、ここでキャンプ場利用の受付を行う

龍神の森キャンプ場

●りゅうじんのもりきゃんぷじょう

☎0299-43-1111（石岡市生涯学習課） MAP P26C3
土・日曜、祝日は☎0299-24-2040（管理棟）

龍伝説が残る龍神山の麓にある。緑豊かな森に抱かれ、キャンプやバーベキューなどを楽しめる。森林浴が心地よいウォーキングコースも一押し。

DATA 住染谷1617-4 交常磐自動車道石岡小美玉スマートICから車で約10分 料テントサイト1泊330円 時9～16時（宿泊の場合は、正午から翌日正午まで。1日を超えての利用は3日間を限度） 休月曜 P15台


野外活動を通して自然にふれる

澄んだ森の空気を吸いながらウォーキングしたい

フィッシング


ニジマスが中心だが、イワナや60cmオーバーの魚も狙える

釣りだけでなく食事も楽しめる

ミッドクリークフィッシングエリア

●みっどくりーくふぃっしんぐえりあ

☎0299-42-4600 MAP P26B4

豊かな自然に囲まれた3つの池で、ルアーやフライフィッシングが楽しめる。カフェも併設しており（→P15）、ゆっくり過ごせる。

DATA 住交休P →P15ミッドクリーク参照 料各種あり 時7時30分～17時

温泉


筑波山系の山々を眺めながら温泉に浸かる夢のような休日！







❶自然との一体感にあふれる万葉の湯 ❷大きな岩風呂が自慢の真秀の湯。露天風呂は男女日替わり ❸筑波山の麓に広がる人気の温泉施設。風呂上がりには物産館でみやげ探しを ❹温泉施設内にある食事処「紫峰」では地元の食材を使った料理が楽しめる。写真は料理長おすすめの茨城県産銘柄黒毛和牛「常陸牛サーロインステーキ」

やさと温泉 ゆりの郷

●やさとおんせん ゆりのさと

☎0299-42-4126 MAP P26A3

雄大な自然に抱かれ、筑波山系の山々を目の前に望みながら、露天風呂を満喫できる。2つの露天風呂のほか、内湯や寝湯、源泉浴などの施設も充実。食事処や「ゆりの郷物産館」（→P9）も揃っているから1日中楽しめそう。

DATA 料1000円（土・日曜、祝日は1200円） 住交料休P →P9ゆりの郷物産館参照

グランピング

本場のゲルでモンゴル文化を体験


冬の寒さにも夏の暑さにも強いゲルを本国から取り寄せた


エキゾチックな雰囲気の、4人部屋のゲル室内

筑波山ゲルグランピング

●つくばさんげるぐらんぴんぐ

☎0299-57-3957 MAP P26A3

本場モンゴルのゲルを使ったグランピング施設。8棟あるゲルは2～5人用があり、ベッドやソファ、テーブルが用意されるほか、夕食のバーベキューではモンゴル料理を楽しめる。モンゴルの伝統衣装の貸出も行う。

DATA 住小幡2124-18 交常磐自動車道千代田石岡ICから車で約30分 料グランピング1人1万2100～1万4850円（完全予約制） 時IN/15時、OUT/11時 休無休 P6台

サイクリング

雄大な景色を楽しみながら風を切って！

筑波山や里山風景を眺めながらのサイクリングは気持ちいい！

恋瀬川サイクリングコース

●こいせがわさいくりんぐこーす

☎0299-43-1111（石岡市スポーツ振興課） MAP P26B3～D4

恋瀬川沿いに整備されたサイクリングコースは、起伏が少ないため家族連れでも気軽にチャレンジできそう。コースは恋瀬川河口の愛郷橋から浦須橋までの約17kmだが、一部を走るだけでも爽快。

DATA 交愛郷橋：常磐自動車道千代田石岡ICから車で約20分 料料休 散策自由 Pなし