Mount Tsukuba
Trail Map

0 250 500m
1:12500
N

凡例

1. 御幸ヶ原コース（○筑波山神社⇌○御幸ヶ原）
2. 白雲橋コース（○筑波山神社⇌○女体山頂）
3. 迎場コース（○筑波山神社⇌○つつじヶ丘）
4. おたつ石コース（○つつじヶ丘⇌○弁慶茶屋跡）
5. 薬王院コース（○つくし湖⇌○筑波山自然研究路）
6. 深峰歩道（○深峰歩道登山口⇌○御幸ヶ原）
7. キャンプ場コース（○筑波高原キャンプ場⇌○女体山頂）
8. 東筑波ハイキングコース（○国民宿舎つくばね⇌○つつじヶ丘）
9. 山頂連絡路（○男体山頂⇌○御幸ヶ原⇌○女体山頂）
10. 筑波山自然研究路（○御幸ヶ原⇌○御幸ヶ原）

- ハイキング
- ハイキング・MTB
- 自動車・自転車
- 自動車・MTB（※未舗装路）
- 自転車・歩行者（つくば霞ヶ浦りんりんロード）

【コースタイムについて】

一般的な登山者の歩行時間をもとにしています。目安程度にご活用ください。

Regarding the course times

The times shown to complete the courses are based on the time it takes an average hiker. Please use them as a rough guide to plan your walk.

無断複製を禁ずる
この地図の作成に当たっては、国土地理院長の承認を得て、同院発行の数値地図（国土基本情報）電子国土基本図（地図情報）を使用した。承認番号 平30情使、第1033号）

Mount Tsukuba

筑波山　標高：女体山877m・男体山871m

百名山でもっとも低い山。しかし、日本最大の平野である関東平野の真ん中に突然立ち上がる双峰は、本来の標高以上に高く感じられます。古くから「西の富士・東の筑波」と呼ばれ、その山肌が夕日に照らされ紫色に見えることから「紫峰」という愛称でも親しまれる独特の姿。遊楽の山として愛され万葉集にも多くの歌が残されている一方で、先史時代から山岳信仰の対象とされ、神の山として保護されてきた歴史も。また、現在では、ほぼ全域が国定公園の保護区域となっており貴重な自然の宝庫でもあります。ケーブルカーやロープウェイで気軽に登頂したり、自然散策やトレッキングを楽しんだり。多彩な楽しみで人々を惹きつけてやまない筑波山。さて今日は、どんな楽しみが見つかるでしょうか。

Mt. Tsukuba is one of Japan's famous mountains. Its nickname of 'Purple Mountain' derives from how the mountain's slopes take on a purple hue at dusk. Since prehistoric times, Mt. Tsukuba has been the object of mountain worship and Man'yoshu, the oldest anthology of Japanese waka poems, contains many poems about the mountain. Currently, most of Mt. Tsukuba is protected as a quasi-national park. Visitors can easily access the mountaintop by cable car or ropeway, or enjoy hiking and nature walks.

登山の際は、無理のない計画と十分な装備を
ご準備のうえ、マナーを守ってお楽しみください。

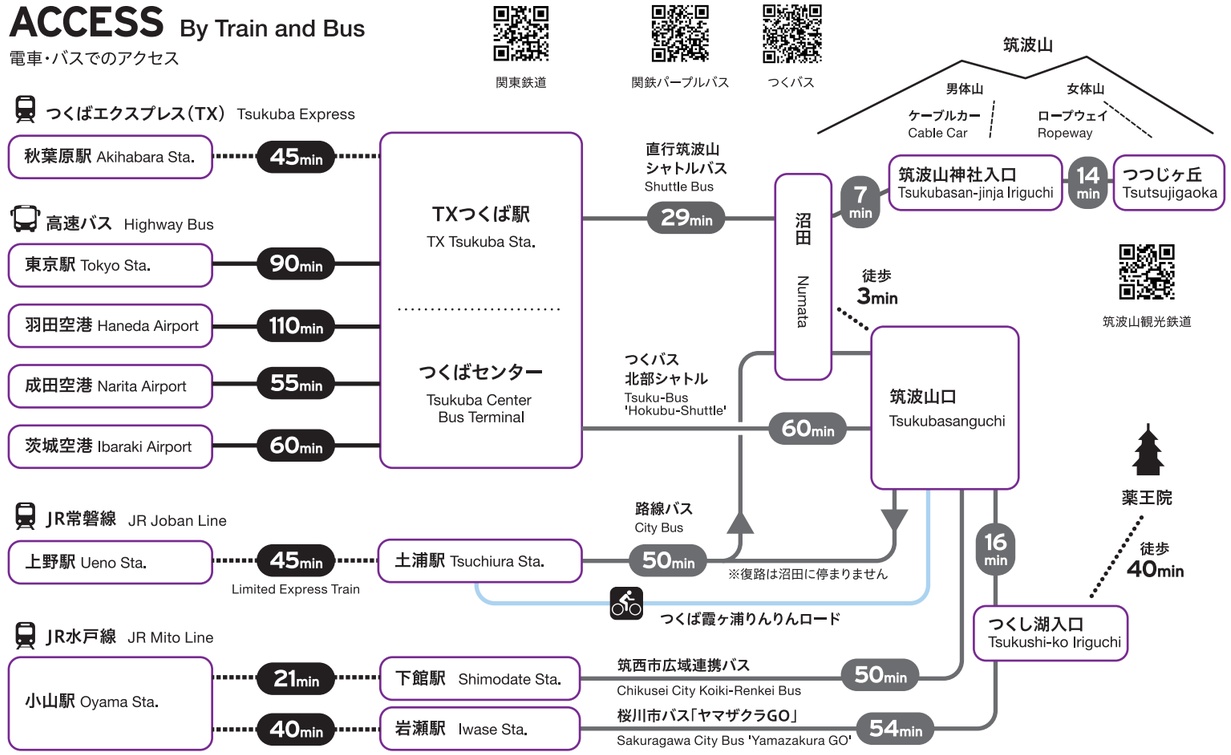
Please ensure that you have enough time and the adequate clothing and equipment when climbing the mountain, and that you observe all the rules and manners.

筑波山は
火気厳禁
NO
FIRES

ACCESS By Train and Bus

電車・バスでのアクセス

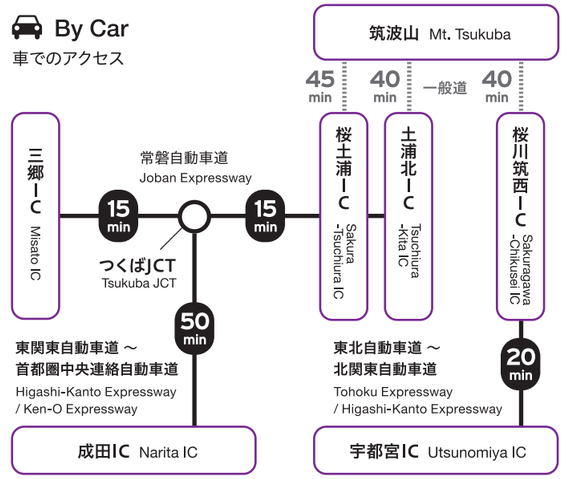
関東鉄道　関鉄パープルバス　つくバス



※バスルートに関する情報は、関東鉄道・関鉄パープルバスは2018年12月31現在。つくバスは2019年4月1日現在。

By Car

車でのアクセス



＜車でのアクセスに関するご注意＞

■ゴールデンウィーク中および11月の休日は、筑波山に向かう県道42号をはじめ、筑波山周辺の道路が大変混雑します。車でつつじヶ丘方面へお越しの方は、県道236号（通称パープルライン）への迂回にご協力をお願いします。※二輪通行不可

■筑波山ライブカメラ（https://tsukuba.fureai.jp/）にて、市営筑波山第1駐車場入口付近から撮影した県道42号の混雑状況をリアルタイムに配信しています。

Warning to visitors coming by car

■During the Golden Week holiday period in early May, and on weekends and holidays in November, the roads around Mt. Tsukuba, including Prefectural Road No. 42, become extremely crowded. Visitors heading for Tsutsujigaoka are asked to take Prefectural Road No. 236, also known as the Purple Line. Please note that motorcycles cannot use this road.

■You can check how crowded the conditions on Prefectural Road No. 42 are in real time via the Tsukubasan Live Camera (https://tsukuba.fureai.jp/) located near Mt. Tsukuba Municipal Parking Lot No.1.

COURSE GUIDE

コースによっていろんな表情が楽しめる筑波山。
自分だけのお気に入りの道を見つけてみてください。

You can enjoy different aspects of Mt. Tsukuba, depending on which course you choose. Find your own favorite trail.

1 御幸ヶ原コース（首都圏自然歩道線）

Trail 1 / Miyukigahara Trail

○筑波山神社 ⇄ ○御幸ヶ原

筑波山神社から男体山頂を目指す人気コース。上りと下りのケーブルカーがすれ違う場面や、男女川（みなの）最上流地点など貴重な見どころも多数。標高差・距離があるため、やや体力が必要です。

Miyukigahara Trail is a popular course that goes from Tsukubasan-jinja Shrine, to the summit of Mt. Nantai. Hikers can see cable cars passing each other en route.

距離 Distance 2.1km
所要時間 Time 110min↑ 75min↓
難易度 Trail Difficulty

2 白雲橋コース（筑波山登山線）

Trail 2 / Shirakumobashi Trail

○筑波山神社 ⇄ ○女体山頂

筑波山神社から弁慶茶屋跡を経由し、女体山頂を目指すコース。見事なアカガシの純林が見られるほか、多くの巨岩や奇岩にも出会えます。急傾斜の滑りやすい場所があるので、特に雨天時は注意。

Shirakumobashi Trail starts from Tsukubasan-jinja Shrine and finishes at the top of Mt. Nyotai. Points of interest include many huge rocks and other natural wonders.

距離 Distance 2.7km
所要時間 Time 140min↑ 90min↓
難易度 Trail Difficulty

3 迎場コース（筑波山登山線）

Trail 3 / Mukaeba Trail

○筑波山神社 ⇄ ○つつじヶ丘

筑波山神社とつつじヶ丘を結ぶコース。岩場が少なく歩きやすいので、初心者やファミリー登山にもおすすめです。モミや杉などの常緑樹のなか野鳥の声を聴きながら、ゆったりと散策できます。

Linking Tsukubasan-jinja Shrine to Tsutsujigaoka, Mukaeba Trail is easier than others as it is not very rocky. Recommended for beginners or families with children.

距離 Distance 2.1km
所要時間 Time 65min↑ 50min↓
難易度 Trail Difficulty

4 おたつ石コース（筑波山登山線）

Trail 4 / Otatsu-ishi Trail

○つつじヶ丘 ⇄ ○弁慶茶屋跡

つつじヶ丘から弁慶茶屋跡を結ぶコースで、女体山頂を目指す人の定番の登山道。ノアザミやワレモコウなどの草原性草花から、やがてアカガシやブナの天然林へ。表情豊かな植生の変化も魅力。

Linking Tsutsujigaoka and Benkei-chaya-ato, Otatsu-ishi Trail is a popular course for those heading to the top of Mt. Nyotai. The gentle difference in altitude makes hiking easier.

距離 Distance 1.0km
所要時間 Time 40min↑ 30min↓
難易度 Trail Difficulty

5 薬王院コース（薬王院線）

Trail 5 / Yakuo-in Trail

○つくし湖 ⇄ ○筑波山自然研究路

椎尾山薬王院と自然研究路を結ぶコース。樹齢300年超のスダジイをはじめ広葉樹林や草花・野鳥を見ながら静かな山歩きが楽しめます。途中、急な階段道があるので注意。健脚者向け。

Yakuo-in Trail links Yakuo-in Temple on Mt. Shiio with the Nature Research Trail. Not many people use this trail so it is good for trail running. Please note that there are steep steps along the route.

距離 Distance 3.7km
所要時間 Time 135min↑ 105min↓
難易度 Trail Difficulty

6 深峰歩道（首都圏自然歩道線）

Trail 6 / Fukamine-hodo Trail

○深峰歩道登山口（ユースホステル跡） ⇄ ○御幸ヶ原

ユースホステル跡から男体山頂を目指すコース。登山口周辺では春にカタクリの群生やスミレ類、標高の高い場所では秋に紅葉・黄葉が見られます。野鳥の姿も多く自然観察が楽しいコースです。

Fukamine-hodo Trail extends from the site of the now-defunct Mt. Tsukuba Youth Hostel to the top of Mt. Nantai. Many wildflowers and birds can be observed along the way, making it a fun course for hikers.

距離 Distance 1.2km
所要時間 Time 40min↑ 30min↓
難易度 Trail Difficulty

7 キャンプ場コース（三本松線）

Trail 7 / Campsite Trail

○筑波高原キャンプ場 ⇄ ○女体山頂

筑波高原キャンプ場からほぼ尾根伝いに女体山頂を目指すコース。国有林を通り抜けながら、ヒノキの人工林やシデ類の二次林、ミズナラ・ブナの天然林と、タイプの異なる森林の様子が見られます。

Campsite Trail starts from Tsukuba Kogen Campsite and leads to the top of Mt. Nyotai. It goes through different kinds of forest including artificial forests, second-growth forests, and natural forests.

距離 Distance 1.6km
所要時間 Time 60min↑ 45min↓
難易度 Trail Difficulty

8 東筑波ハイキングコース

Trail 8 / Higashi Tsukuba Hiking Trail

○国民宿舎つくばね ⇄ ○つつじヶ丘

国民宿舎からつつじヶ丘に至るコース。未舗装の林道や細い小道を通ります。沢を渡ったり、苔むした岩の間をぬう小道を歩いたり、野趣あふれる散策を楽しめます。長い行程なので十分な準備を。

Higashi Tsukuba Hiking Trail links the public inn Tsukubane with Tsutsujigaoka. Full of rustic charm, it follows unpaved forestry roads and narrow tracks.

距離 Distance 4.4km
所要時間 Time 130min↑ 100min↓
難易度 Trail Difficulty

9 山頂連絡路（筑波山登山線）

Trail 9 / Sancho-Renraku Trail

○男体山頂 ⇄ ○御幸ヶ原 ⇄ ○女体山頂

男体山頂と女体山頂、ふたつの山頂を結ぶ連絡路。男体山頂にかけては多くのツツジ類、女体山頂にかけてはカタクリの群生地が見どころ。特にカタクリは花時期のみ開放される歩道で間近に観察できます。

Sancho-Renraku Trail links the two mountaintops of Mt. Nantai and Mt. Nyotai. Nearly all the hikers who come to Mt. Tsukuba walk along this route.

距離 Distance 850m
所要時間 Time 35min
難易度 Trail Difficulty

10 筑波山自然研究路（男体山周回線）

Trail 10 / Mt. Tsukuba Nature Research Trail

○御幸ヶ原 ⇄ ○御幸ヶ原

男体山頂付近を周遊するルート。日当たりのよい南側と寒さの厳しい北側、植生の違いを感じながら歩いてみてください。コース途中の展望台からは、どこまでも広がる関東平野を一望できます。

Mt. Tsukuba Nature Research Trail goes around the summit of Mt. Nantai. It is a fairly even trail, making it easy to walk. There is a lookout that gives a panoramic view of the Kanto Plain.

※平成30年12月現在、岩石の崩落により一部通行止め、迂回路となっています。
As of December 2018, part of the trail is closed due to a rockslide. A detour is in place.

距離 Distance 1.4km
所要時間 Time 50min
難易度 Trail Difficulty

Share the Trail

同じ山を楽しむ同志として、互いに譲り合い、
楽しい気持ちを共有する。動物にも植物にも、
山そのものにも敬意を忘れずに。
山をもっと楽しくする、合言葉は「Share the Trail」！

Don't forget to respect the native flora and fauna and the mountain itself. "Share the Trail" is our slogan for making the mountain an even more enjoyable place.

筑波山エリアの登山／アウトドア／カルチャー情報を発信 www.mount-tsukuba.com

制作・発行／筑波山マルチアクセスマップ製作委員会　お問合せ先／茨城県営業戦略部観光物産課 Tel. 029-301-3617