

《柏崎側の登山コースご案内》

おおだいら

大平コース

所要時間：2時間30分

柏崎側のコースで最もポピュラーなコース。一般登山者はもちろん地元の学校登山でも利用されています。登山初心者やファミリーにもおすすめ。登山道では春から初秋にかけ、カタクリ、キクザキイチリンソウ、キツリフネ、イワカガミなどが多く見られます。



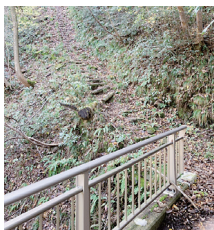
- ▶ 登山距離…2,700m
- ▶ 難易度……体力★★★ 技術★★☆
- ▶ 駐車場……20台
- ▶ トイレ……駐車場の仮設トイレ

たanne

谷根コース

所要時間：3時間30分

勾配がきつい箇所が多く、米山のコースの中では一番登り応えのあるコースです。特に登山口～前山までと熊野権現～山頂までは急な道が続きます。



- ▶ 登山距離…5,360m
- ▶ 難易度……体力★★★★ 技術★★★★
- ▶ 駐車場……20台
- ▶ トイレ……谷根バス停内

よしお

吉尾コース

所要時間：2時間20分

米山の登山道の中では比較的短い所要時間で登れるコースです。季節によっては草花を楽しむことができ、6月頃にはシラネアオイやイワカガミ、ヒメシャガが見頃を迎えます。



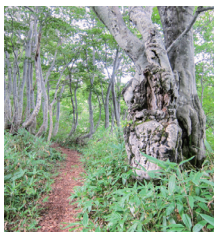
- ▶ 登山距離…3,150m
- ▶ 難易度……体力★★★☆☆ 技術★★★☆☆
- ▶ 駐車場……なし
- ▶ トイレ……(通行に支障のない範囲で登山口付近に駐車可)
- ※登山道までの道路は冬期閉鎖

のた

野田コース

所要時間：3時間30分

米山の登山道の中で最も長いコースです。所々に急所がありますが、全体的に緩やかで長いトレッキングコースです。コース途中にはブナの原生林があります。



- ▶ 登山距離…6,231m
- ▶ 難易度……体力★★★★ 技術★★☆☆
- ▶ 駐車場……なし
- ▶ トイレ……(通行に支障のない範囲で登山口付近に駐車可)
- ※登山道までの道路は冬期閉鎖

※各コースの難易度は米山のコース内での比較です。

米山は柏崎市と上越市柿崎区の境に位置する標高992mの山です。

「越後富士」とも呼ばれる秀麗な山で、山頂からは360度の眺望が楽しめます。山頂には日本三大薬師の1つ米山薬師堂が建ち、信仰の山として豊作などを祈願する人々に古くから登られてきました。

米山の 小話

米山のお土産！？ トウキとマツフジ

米山と関係の深い植物にトウキとマツフジがあります。

【トウキ】



当時のトウキ販売の様子▶

トウキは漢方としても使われる山野草で、漢字では「当帰」と書きます。かつては吉尾地区・小杉地区の女性たちが米山の急斜面に生えるトウキを採り、山頂でお土産として販売していました。登山者はこのトウキを買って魔除けとして玄関に飾ったり、近所の人に配ったそうです。

現在はこうした光景は見られなくなりましたが、トウキ文化を復活させようと谷根地区では地元団体によるトウキの栽培が始められています。

写真右：柏崎市立博物館提供

【マツフジ】



マツフジは米山に自生するつる性の植物で、木々独特の香りが特徴です。古くから谷根地区などでは風呂に入れて香りを楽しむ風習があり、市内の入浴施設でも使われていたそうです。

そんなマツフジをトウキに次ぐお土産にできないかと柏崎観光協会と地元住民が中心となり、アロマとしての商品化に取り組みました。

「谷根のアロマ」60g 250円 / 36g 150円
柏崎駅内の観光案内所で販売中！アロマとしても入浴剤としても◎（2024年現在販売終了）

【公共交通機関のご案内】

※タクシーは常駐していないため、利用の際は市内のタクシー会社への予約が必要です。

大平コース

- ① JR信越本線米山駅下車、大平駐車場までタクシーで10分。
- ② JR信越本線米山駅下車、徒歩1時間。

谷根コース

- ① JR信越本線青海川駅下車、登山道入口までタクシーで15分。
- ② JR柏崎駅前バス停から「(川内経由) 谷根線」で終点の谷根バス停まで40分。バス停から登山道入口まで徒歩10分程度。

吉尾コース

JR信越本線青海川駅下車、谷根、小杉経由で登山口までタクシーで20分。

野田コース

JR柏崎駅下車、タクシーで約30分。

【各公共交通機関のお問い合わせ】

市内路線バス

越後交通柏崎営業所 Tel 0257-23-5250

タクシー

柏崎タクシー Tel 0120-80-5818 / 大和タクシー Tel 0120-04-4142
コスモタクシー Tel 0120-09-9227

柏崎市商業観光課

(一社) 柏崎観光協会

新潟県柏崎市日石町2-1
Tel 0257-21-2334 Fax 0257-22-5904

新潟県柏崎市駅前1-1-30 (柏崎駅舎内)
Tel 0257-22-3163 Fax 0257-32-2883

米山HPはこちら



柏崎市

日本三百名山

標高：九百九十三米

米山

よねやま



