

湯梨濱 Walking Resort

milimili

我最愛的活力健走
~ love, warm, nature ~



詳情請洽健走渡假村網頁

<http://genkiwalking.net/>



湯梨濱健走



有關 milimili 的諮詢請洽
湯梨濱町商工會

〒689-0714 鳥取県東伯郡湯梨浜町龍島 501-1
TEL (0858) 32-0854 FAX (0858) 32-0893
<http://genkiwalking.net/>

湯梨濱町商工會



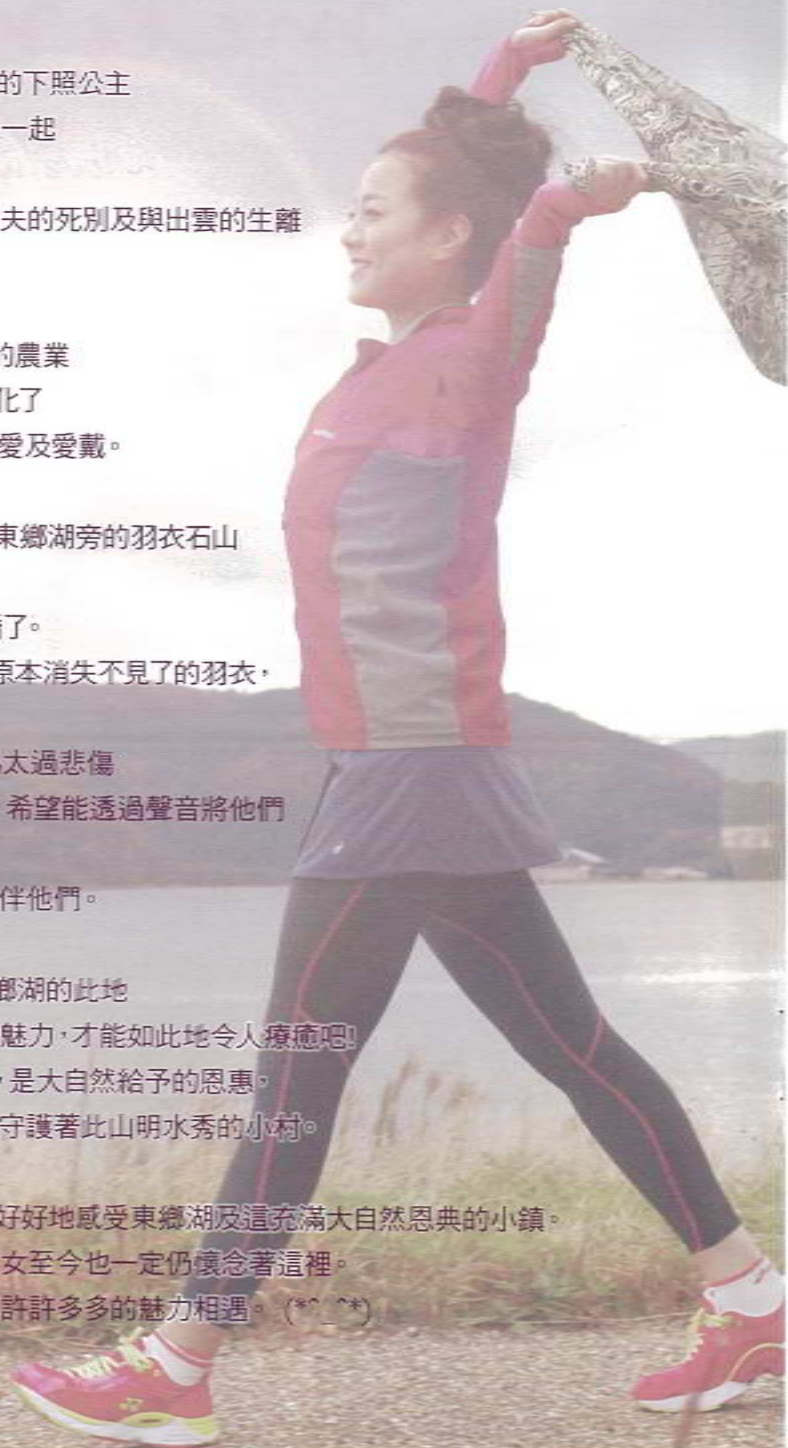
就連神仙及仙女都被吸引的小鎮

很久以前，溫柔貌美的下照公主
與身為大國君主的父親一起
居住在出雲。
她在克服了與最愛的丈夫的死別及與出雲的生離
最後終於在
東鄉湖一帶落腳了。
據說，下照公主將此地的農業
及醫療技術(安產)普及化了
因此受到了村民們的喜愛及愛戴。

很久很久以前，位於東鄉湖旁的羽衣石山
出現了一位仙女
並與村里的年輕人結婚了。
但是有一天，她找到了原本消失不見了的羽衣，
於是她又飛回天上了。
她的丈夫與孩子們因為太過悲傷
因此又吹笛、又敲鼓的，希望能透過聲音將他們
的心情傳送到天上，
以祈求天女可以回來陪伴他們。

自古以來，圍繞著東鄉湖的此地
應該是有些什麼特別的魅力，才能如此地令人癡癡吧！
綠油油地山峰、和溫泉，是大自然給予的恩惠。
村民們心存感激地努力守護著此山明水秀的小村。

歡迎您親臨此地，好好地感受東鄉湖及這充滿大自然恩典的小鎮。
相信下照公主及仙女至今也一定仍懷念著這裡。
希望您也能在此與許許多多的魅力相遇。 (*~*)



milimili Participating shops List

名稱	提供飲食	洗手間	販賣雨具	高藥等	路線導覽	休息區	電話	路線編號
咖啡 Achelino					○			①、②
森田煙酒店			○		○			①、④
國田酒店		○	○	○				⑤
Hawai Yu-town		○	○	○	○	○	○	①
山本土產店	○			○	○	○	○	①
松本		○						①
喫茶wakaba					○			①
To庵	○	○			○			①
笑酒 繁盛	○			○			○	①
Cloverdale				○	○		○	①
赤嶽 長谷川跑者		○					○	①
別所公民館(友好會館)		○						⑥
中原醬油店				○	○		○	⑦
桑井魚店	○	○		○	○	○	○	⑦
石沼 泊店		○			○			-
石沼 羽合店		○			○			-



<贊助商店一覽表>

名稱	提供飲食	洗手間	販賣雨具	膏藥等	路線導覽	休息區	電話	路線編號
湖泉閣養生館		○					○	①、②
旭旅館		○		○	○		○	①、②
國民宿舍 水明莊		○		○	○		○	①、②
別館 湯乃島		○		○				①
望湖樓		○		○	○			①
東鄉館	○	○		○	○	○	○	①
千年亭	○	○		○		○	○	①
湯之宿 彩香		○		○	○	○		①
翠泉				○				①
羽衣		○		○	○			①
民宿 海晴館	○	○		○	○	○	○	⑦
道路休息站 燕趙園	○	○	○	○	○	○	○	①、②
中國土產店 老龍島	○	○	○	○	○	○	○	①、②
餐廳 吉華	○	○		○	○	○	○	①、②
迷你小餐廳 丘比特	○	○		○	○		○	①、②
yuuden					○			①、②
蒲公英		○					○	①、②
高橋酒店				○	○		○	①、②
三津國鞋店		○		○	○			①、②
輕食喫茶 asukotto		○	○	○	○		○	①、②
輕族民宿 tami		○		○	○		○	①、②
panini湯梨濱店	○	○		○	○	○		①、②
津村釣具店		○	○	○	○	○	○	①、②
Lawson Popler湯梨濱松崎店		○	○	○	○	○	○	①、②
汽水機場					○			①、②
三津國腳踏車店				○		○		①、②
伊藤榻榻米店		○		○	○	○	○	①、②
足羽文具店			○	○		○		①、②
三原屋照相館		○		○	○		○	①、②
會席 佐藤		○		○	○		○	①、②
淀 野口商店		○	○					①、②
大和屋		○	○	○	○		○	①、②
萬商店	○			○	○	○	○	①、②
福羅製酒廠	○	○		○	○	○	○	①、②
臨 Hinata-	○	○		○			○	①、②
creative Octo		○		○	○		○	①、②
前田商店				○	○		○	①、②

序、目次...1

湯梨濱的 healing spot...3

所有的路線及可抵達湯梨濱的交通導覽圖...7

健走的心得及用品介紹...9

健走站一覽表...10

走訪東鄉湖步道...11

與昭和老街偶遇的步道...13

仙女所居住過的羽衣石山~羽衣傳說~...15

探訪瀑布的步道...16

參拜伯耆一ノ宮步道...17

可追朔歷史文化的步道...18

湯梨濱 People...19

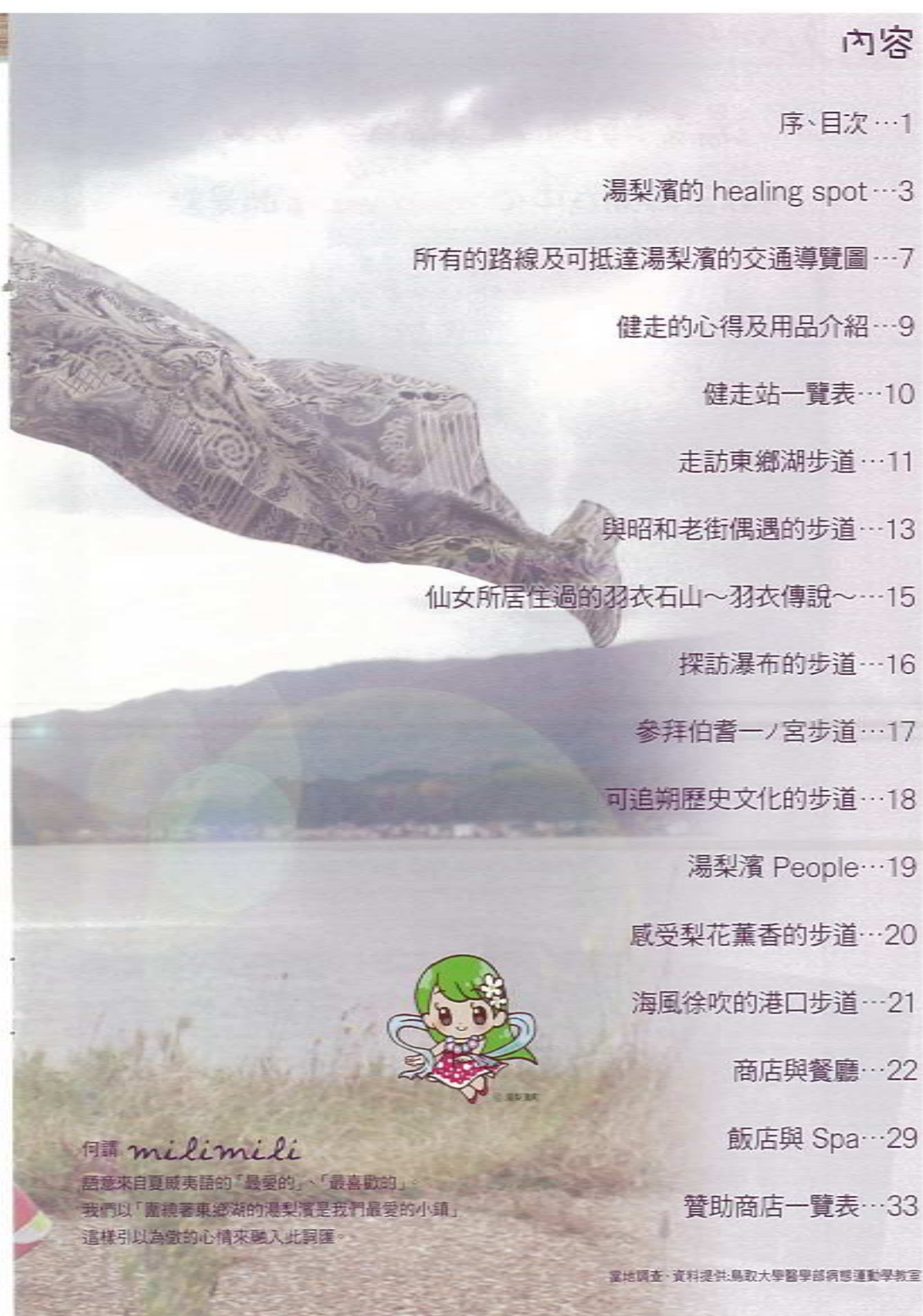
感受梨花薰香的步道...20

海風徐吹的港口步道...21

商店與餐廳...22

飯店與 Spa...29

贊助商店一覽表...33



何謂 milimili

語意來自夏威夷語的「最愛的」、「最喜歡的」。
我們以「圍繞著東鄉湖的湯梨濱是我們最愛的小鎮」
這樣引以為傲的心情來融入此詞匯。

湯梨濱的 healing spot

~以東鄉湖為中心 milimili 的景點



今滝

路線 3 (P.16)

以44公尺的高度為傲。周圍都是高聳的老樹，有如綿白的綢布順著安山岩的峭壁往下流的瀑布，非常地有魄力！保證這裡的四季之大自然的美妙一定會讓人感動。可以觀察大自然及享受森林浴。



東鄉溫泉



旅館 湖泉閣 養生館

住宿證明

這是一間被夕陽給染紅矗立湖畔的旅館。擁有廣大的庭園可以散步。大浴場、露天風呂等都是自家的源泉溫泉。自創業以來有多數的政治家、文學家等名人下榻，是一間傳統的旅館。2015年更開設了兩間有露天溫泉的客房。

湯梨浜町引地144 Tel.0858-32-0111
官方網站 <http://www.yozoyokan.jp>



國民宿舍 國民宿舍 水明莊

住宿證明

壯麗雄偉的中國式建築的旅館，擁有完善的露天溫泉，大浴場、家庭式風呂、私人風呂。房間類型除了和式，洋式（兩張床或單人房）之外，還有專為身障者設計的和洋式房間。餐飲方面則可享受當季日本海的新鮮海味與當地的鄉土料理唷！

湯梨浜町旭132 Tel.0858-32-0411
官方網站 <http://www.suimeiso.jp>



旅館 澤之湯

住宿證明

古色古香又有如家庭般的氣氛，配上周圍風景優美，是一間開靜優雅的旅店。有兩個溫泉池都是百分百的源泉溫泉，只要空著，就可以自由使用。利用當季食材所做出來的佳餚味美料多，還可以在專設的個室中享用喔！

湯梨浜町旭61 Tel.0858-32-0331



商務飯店 旭旅館

這是一個木造的兩層樓商務旅館。另外也新設了別館。安靜，沉著的氣氛，不需要過度顧忌的家庭式旅館。因正後方就可一覽東鄉湖，所以可安靜悠然地度過寧靜的時光。設有純住宿等方案，就算一個人也可以安心利用。當然也有接待商務旅客唷！

湯梨浜町旭141 Tel.0858-32-2468



溫泉設施 YUASIS東鄉 龍鳳閣

這是一個豐富利用東鄉湖的溫泉的多功能溫泉保養設施。有可穿泳衣遊玩的按摩池區、露天溫泉及中國式溫泉（裸湯）。另外用餐的地方也設有休息室等，可讓全家大小玩樂一整天。

湯梨浜町引地560-7 Tel.0858-32-2622
官方網站 <http://www.ryuhoukaku.jp>

泊



民宿 民宿 海晴館

被選為海水浴場百選之一的石鹽海水域場就在眼前，夏天的時候可以租借當海之家，可以只用餐、可以只住宿、也可以使用一泊二食的方案，非常的經濟實惠。

湯梨浜町石鹽970-2 Tel.0858-34-2632



旅館 新高橋

住宿證明

這裡最引以為傲的是有如旅館般的寬廣卻有如民宿般讓人安心。從客房可以眺望東鄉湖畔，大浴場也隨時都能入浴。能提供四季分明的家庭料理及家庭服務，是一個常客很多的旅店。

湯梨浜町はわい温泉4-48 電話 0858-35-3211



旅館 翠泉

住宿證明

這是一間矗立在湖畔，一天只接收五組客人的隱藏版旅店。館內乾淨整潔到處都可感受到安穩的氣氛，24小時都開放的源泉天然溫泉也是魅力之一。用真心所做出來的料理及完善的接客服務都廣受好評。

湯梨浜町はわい温泉15 電話 0858-35-2200
Website: <http://www.hawaiionsen-suisen.jp/>



旅館 東郷館

住宿證明

創業於明治30年。是一間可以讓人充滿懷舊感的旅店。輕鬆的感覺以及有如家庭般的貼心服務很是受到歡迎。擁有源泉溫泉的家庭式風呂，很適合情侶或全家大小一起入住。

湯梨浜町はわい温泉4-24 Tel.0858-35-2010



民宿 民宿 鯉之湯

住宿證明

這是一間由凡事講究的魚夫所經營的民宿。新鮮美味的海鮮料理及天然溫泉廣受好評。多到讓您吃不完的海鮮料理是此旅館最引以為傲的。其中更以多種螃蟹料理及龍蝦料理最受歡迎。

湯梨浜町はわい温泉31-1 Tel.0858-35-3226



商務 商務飯店山本

住宿證明

最適合出差或獨自出遊的客人入住的商務飯店。每個房間有自己的天然溫泉浴缸，可慢慢地療癒您疲勞的身心。一樓設有很大的土產賣店、裡面有很多當地名產可以購買喔！

湯梨浜町はわい温泉6-10 Tel.0858-35-4141
官方網站 <http://e-hawaii.jp>



溫泉設施 Hawaii Yu~town

這是一個當天來回的溫泉設施，泡的是從東鄉湖湖底湧出來的溫泉。寬闊又明亮的館內讓人感覺開放。有如公用澡堂般卻可以輕鬆享受溫泉樂趣。

湯梨浜町上淺津204-2 Tel.0858-35-4919



從出雲山眺望的視野

出雲山展望台

路線 (P.11)

路線 4 (P.17)

從前從前，出雲大國君主的女兒下照公主從出雲坐船至此後即在倭文神社境內定居下來。傳說下照公主緬懷著自己的故鄉，每當步上此高台就眺望出雲的方向。看到此情景的村民們於是不知道從什麼時候開始將此地稱為出雲山。現在已成為一個展望台。



當天晴的時候，秀峰火山也一目了然!!



好~厲害!!

潮風之丘泊

路線 7 (P.21)

悠閒卻又可以享受正式的場地高爾夫的公園「潮風之丘泊」，全長340m面向著海一口氣往下滑的超級滑道讓人覺得極其驚險。此外還有巨大風車及跟實物同比例的恐龍來迎接您，是一個可以感受不同次元的空間。



羽合溫泉



倭文神社

路線 4 (P.17)

自古以來，以身為伯耆國的一之宮而受到許多的敬仰，是一個很高格的神社。傳說在創建當時，因當地的主產業為倭文織物因而被命為此名。所供奉的神除了紡織始祖的建業槌之外，還有大國君主的女兒，以安產的守護神而知名的下照公主等。由於下照公主是才色兼備的女神，因此來此神社祈求良緣、安產或提高女性魅力的參拜者絡繹不絕。被神秘感所包圍的參道及在境內散步等的樂趣都是在健走活動中不可缺少的！



聽說神樂宮
在山上能聽到
「香」中，
願望就會實現呢！
讓我有香草在裡面的可愛
寶貝帶來提升您的女性魅力吧！



旅館 望湖樓

住宿證明

被列為山陰八景之一的美湖-東鄉湖，有如浮在湖上一般優雅的旅館。最引以為傲的是空中湖山溫泉，湖上露天溫泉。不但有開放感，而且視野也是一流的。滿滿的季節料理也很受歡迎喔！

湯梨浜町はわい温泉4-25 Tel. 0858-35-2221
官方網站 <http://bokoro.com>



旅館 湯乃宿 彩香

住宿證明

這是一間既樸素又有沉穩氣氛的湖畔旅店。直接從泉源接過來的源泉溫泉與風光明媚的東鄉湖景色，還有季節會席的早餐晚餐等都直接在房內就可享受。願您在這裡度過從容優雅的時光。

湯梨浜町はわい温泉4-74 Tel. 0858-35-3311
官方網站 <http://yunoyadosaika.jp>



旅館 千年亭

住宿證明

這是面向東鄉湖，擁有照映四季絕美景色的旅店。六層樓茶室式雅致建築可從客房一覽東鄉湖。特別是從露天溫泉所看出去的景色更是絕景。還可看見在湖裡休憩的水鳥呢！可獨佔湖畔景觀也是其魅力之一。

湯梨浜町はわい温泉4-62 Tel. 0858-35-3731
官方網站 <http://www.sennentei.net/>



旅館 羽衣

住宿證明

擁有自家的源泉，同時以內湯和露天溫泉兩者為傲的旅店。料理方面則以使用海裡捕的、山上採的及河流抓的食材所做出來的美食為傲。附設的「Fure Island」更可享受場地高爾夫球及烤肉的樂趣。

湯梨浜町はわい温泉21-1 Tel. 0858-35-3621
官方網站 <http://le-hagoromo.com>



旅館 旅館 水郷

住宿證明

可以只住宿再決定是否需要訂餐，是一個可以安排符合自己的旅遊需求的旅館。附餐的方案也有明確表示餐飲金額讓人安心。源泉溫泉的大浴場24小時開放，也設有私人風呂可租借。

湯梨浜町はわい温泉6-1 Tel. 0858-35-3521
官方網站 <http://ryokan-suigou.jp>



旅館 別館 湯乃島

住宿證明

這是一間有如家庭般溫暖舒適，讓人覺得放鬆的旅店。可在這裡享用量多味美的當季料理。只有在別館湯乃島才有的鰻魚料理也非常的受歡迎呢！

湯梨浜町はわい温泉5-1 Tel. 0858-35-2201

飯店與Spa

走累了就去湯梨濱的溫泉泡湯吧!!

以前在東鄉湖上有一個船屋，他們利用從那湖中湧出的溫泉來命名為「羽合溫泉·東鄉溫泉」。不管身心，大家早已被療癒了！東鄉湖風光明媚的景色，加上因高溫而達到高度的保溫保濕效果，是一個對鎮痛、抗炎症都值得期待的泉質豐富的溫泉。



羽合溫泉 風光明媚的湖上溫泉

羽合溫泉位在被列舉為山陰八景之一的東鄉湖西岸。由於旅館街矗立於從湖上凸出來的沙洲上，那美麗的光景就有如它是浮在水面上的溫泉一樣。在旅館街上有4個足湯，也可來一趟足湯之旅囉！

【泉質·效能】鹽化物·硫酸鹽泉/風濕、婦女病、神經痛、關節疼痛等

東鄉溫泉 滿滿的水鄉情懷的溫泉勝地

東鄉溫泉位在留有古老的天女傳說的東鄉湖南岸。從JR松崎車站前開始一直到湖畔周圍，處處都有旅館，是一個充滿水鄉情懷風光明媚的溫泉地。在湖畔總共有3個足湯。

【泉質·效能】鹽化物·硫酸鹽泉/神經痛、肌肉痠痛、關節疼痛、五十肩及運動麻痺等



中國庭園 燕趙園

路線 (P.11) 路線 2 (P.13)

以中國的歷代皇帝所喜愛的皇家園林方式所建造，是國內最大的中國庭園。廣大的庭園內有二十八種造景，不管是建築物亦或是彩畫、巨石等都是由中國渡海而來的真品。這附近一帶又有非常有中國味的金山嶺橋，又有牡丹花園，根本就是一個小小的中國城呀！



哇~好厲害!!
適地的中國舞特團
表演絕對
值得一看!!



相信
神砲
游花園!!

路線 2 (P.13)

松崎車站

以前車站附近的街道(往返山陰道及柏耆)因有許多的驛站而非繁華熱鬧，有傳統的商家並列，並以溫泉來療癒長途跋涉的疲勞。松崎車站保有老街的味道，以身為羽合溫泉及東鄉溫泉的玄關口來迎接旅客們。



湯梨濱健走渡假村

所有的路線

及

可抵達湯梨濱的交通導覽圖

探訪東鄉湖步道

- 一邊欣賞東鄉湖的美景。
- 一邊努力大步向前走!!

距離約12公里

有仙女下凡的羽衣傳說的東鄉湖。這個路線是繞著被列入山陰八景之一、風光明媚的遊湖路線，總長約12公里。除了在過了菖蒲池之後的出雲山展望台附近以外，其他幾乎都是平坦的路線，途中還有很多值得一看的景點，是一個可以享受健行的快樂的路線。

YUASIS東郷 龍鳳閣、菖蒲池體育中心、
羽合夢廣場、咖啡ippo、
羽合溫泉、東郷溫泉觀光諮詢服務處



如何造訪

- 大阪~中國高速公路-鳥取高速公路(約3小時30分)
- 廣島~中國高速公路-米子高速公路-R313(約3小時30分)
- 岡山~岡山高速公路-中國高速公路-米子高速公路-R313(約2小時30分)

開車

搭乘飛機

- 東京~鳥取機場約70分鐘-高速巴士(往三朝、倉吉方向、松崎車站前)(約40分鐘)
- 東京~米子機場約80分鐘-乘坐JR特快super matsukaze至倉吉(約30分鐘)

4 參拜伯耆一之宮・步道

穿過鳥居，走過長長的參道，
即帶您進入神話的世界

距離約4.5公里

這是守護女性的下照公主等大神們所坐鎮的走訪倭文神社路線。參道旁有一顆很大的岩石被稱為是上天所贈予的「安產岩」。另外也以祈求良緣的女性們活力根源地而聞名，是一個被神聖氛圍所包圍的健走路線。

菖蒲池體育中心

5 可追朔歷史文化的步道

只要過了前半段的坡道，風景宜人，
腳步也將變得輕快

距離大約6公里

此路線不僅可以享受馬ノ山古墳群及橋津區倉庫的歷史，還可以眺望北邊的日本海及南邊的東鄉湖的風光。馬ノ山附近的路線較多陡坡。但是在羽合區土記館附近的視野非常宜人，讓人有一種疲累一掃而空的快感。沿著河流的路線也能舒服地步行。

羽合夢廣場・咖啡ippo

活力梅品牌

以「大家的活力就是小鎮的活力」的一個概念所設計出來的活力梅品牌。「野花豐後梅」粒大果厚，是一個品質穩定的品種。梅子有對疲勞恢復有效之說，會帶給人們元氣與活力。地區的餐飲店等也正陸續使用活力梅開發新產品

一整顆純熟的梅子果凍 【cherbourg】

奢侈地將一整顆又大又熟的野花豐後梅放進果凍中。酸酸的梅子配上甜甜的果凍成就了一種清新的美味。它小小的不占空間是伴手禮的好選擇。



菓子工房cherbourg
Tel.0858-35-5355

野花豐後 喝的果凍 【paniini湯梨濱店】

這是為了要讓每位健走者都更有活力而設計出的產品。使用當地產的梅子所做成的果凍再將其做成一種飲品。喝了後恢復體力再上路。純熟的梅子快速加工，再使用只有這裡才有的技術來挑戰從加工到販賣一次完工!



Paniini湯梨濱店 Tel.0858-24-4722

活力梅冰淇淋 【餐廳吉華】

湯梨濱內有很多當地冰品，其中新的人氣商品就是這個活力梅冰淇淋。使用野花豐後梅做出來的冰淇淋很順口，而且口中有淡淡的梅香，成就出一種絕妙的感覺。是一個新感覺的和風冰淇淋。



餐廳吉華 Tel.0858-32-2633

老闆娘親手做的手工磅蛋糕 【湯之宿 彩香】



旅館的老闆娘使用當地的野花豐後梅控過幾次努力試做後成就出來的磅蛋糕。這是因為旅館內的咖啡廳的磅蛋糕一直都廣受好評，於是老闆娘臨機一動將本地的好味道加入這個磅蛋糕，透過磅蛋糕來將湯梨濱的好傳達給客人。數量限定的稀少商品囉!
湯之宿 彩香 Tel.0858-35-3311

活力梅 甘酒 【福羅製酒廠】

當在湯梨濱當地的酒會所製造的百分百甜酒碰上野花豐後梅的果肉，於是成就了這個完美的梅子甜酒的組合。淡粉紅的甜酒裝在有品味的容器中非常的美麗。請享用這優雅口感的甜酒吧!



福羅酒造 Tel.0858-32-2121

仙女送的禮物 【湯梨濱町商工會女性部】



湯梨濱可是留有「天文傳說」的小鎮，當地的女性部的仙女們於是使用當地特產品，野花豐後梅做出了豪華的便當。裡面有梅子飯糰、炸山菜等，是一個豐盛好吃的便當囉!

會席 佐藤 Tel.0858-32-0752
餐廳吉華 Tel.0858-32-2633
湯梨濱町商工會 Tel.0858-32-0854

手工純熟梅子醬 【kokorone工房】



講究純熟的梅子風味與酸甜口感的果醬是從一間法國餐廳發明出來的產品。除了大家有口共禱的麵包之外，配上優酪乳或蛋糕，甚至是魚或肉料理也很對味囉!

Kokorone工房 Tel.0858-35-6411

手工純熟梅子糖漿 【kokorone工房】



純熟的野花豐後梅的糖漿有一大顆的梅子與糖漿的雙重享受。梅子可以直接入口也可配著優酪乳等一起享用，糖漿則可藉由不同方式變出各種不同好喝的飲料。

Kokorone工房 Tel.0858-35-6411

活力梅 梅醋 【餐廳吉華】

這是用香味十足的純熟梅來醃製了二個月，將其精華都逼出來對身體很好的調理醋。除了可做成飲品、沙拉醬，也可以放在料理中提升風味，是一個非常方便的好物囉!



餐廳吉華 Tel.0858-32-2633

七福神之湯「足湯之旅」

羽合溫泉・東鄉溫泉總共有7個足湯，因此被稱為「七福神之湯」。只要身心都緩和，不管男女老少都可以愉快交流的好地方。所有的足湯都是免費的，只要帶著一條毛巾，就可以享受一趟快樂的足湯之旅了。

- 泉質** 鹽化物・硫酸鹽泉
效能 神經痛、肌肉痠痛、五十肩、運動麻痺、關節僵硬、瘀青、扭傷、冷感、慢性消化器官病、痔疾、疲勞恢復、增進健康

第二湯 惠比壽之湯

是一個栽種有鐵樹的南歐風時尚足湯。可在這裡和大家聊聊您的旅遊趣事唷!



開湯時間 10點-21點 全年
每週一清掃。清掃及維修的時候無法使用。

第四湯 弁財天之湯

位在船的渡頭，是一個船形建築。眼前湖光美景視野遼闊。特別是東鄉湖的夕陽美景更是浪漫。



開湯時間 10點-21點 全年
每週一清掃。清掃及維修的時候無法使用。

第六湯 昆沙門天之湯/鯉魚之湯

位在東鄉湖內，兩隻象徵性的鯉魚紀念碑成為代表性的地標。附近設有煮溫泉蛋區，可享受煮蛋樂趣。



開湯時間 10點-21點 全年
每週清掃一次 清掃時無法使用

第一湯 福祿壽之湯

這裡是足湯1號。充滿懷舊感並且古木色也讓人感到沉着。對於冷感及瘀青等很有效果。



開湯時間 10點-21點 全年
每週一清掃。清掃及維修的時候無法使用。

第三湯 壽老人之湯

將巴士站的長椅完全使用改造成一個獨特的足湯，在散步的途中，只要將雙腿浸泡一下，相信疲勞也能一揮而散。



開湯時間 10點-21點 全年
每週一清掃。清掃及維修的時候無法使用。

第五湯 布袋之湯/惠之湯

位在東鄉湖羽合臨海公園內，眼前絕景瀝在眼前。若要悠閒又放鬆，此處是最棒的選擇。另外還設有煮溫泉蛋區及溫泉加水站。是一個非常受到歡迎的景點。



開湯時間 24小時 全年 每週清掃一次 清掃時無法使用

第七湯 大黑天之湯

可一覽東鄉湖美景的超人氣熱點。位在剛出爐的手工麵包&喫茶「panini」店內，是唯——個設置在室內的足湯。



開湯時間 10點-17點 全年
Panini湯梨濱店 Tel.0858-24-4722

2 與昭和老街邂逅的步道

老驛站的街道，享受懷舊的昭和看板及建築物!

距離約5公里

JR松崎車站週邊至今仍留有昭和初期的街景，可以偶遇令人懷念的看板及建築物。從明治時代開始傳承至今的醬油老舖及造酒場並列，有如走在乘坐時光機回到過去的時代。此路線另外也能享受到松崎神社等的活力景點。

YUASIS東鄉 龍鳳閣

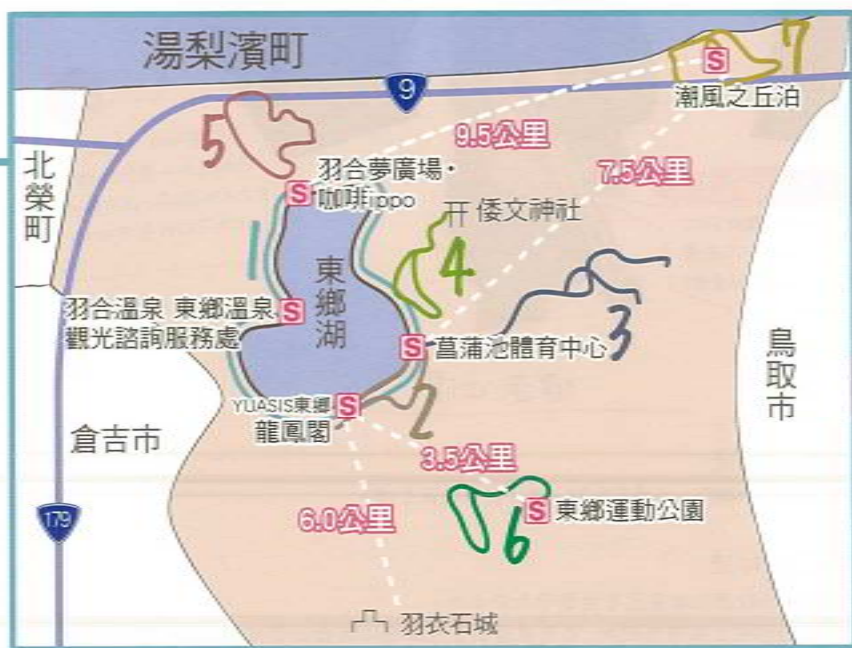
3 造訪瀑布的步道

此為可一次同時享受兩個瀑布的探索自然路線

距離約12公里

過了村莊集落進入到山林，會因樹蔭變多而感到一陣涼意。如果沒有瀟告示牌的話，應該可以順著鋪裝完整的道路順利到達瀑布處。不動瀑布是一個莊嚴的瀑布，就在祭祀不動明王的神社的對面處。今瀑布則要繼續往前走4公里，但是不但其遊客步道整備得完善，而且也可以欣賞沿途景觀，對於喜歡瀑布的人來說絕對是個經典路線。

菖蒲池體育中心



那麼，我就來走走總共16.5公里的路線1+4路線吧!



- JR ■大阪~特急Super Hakuto 白兔號(約3小時又10分鐘)-倉吉車站-車(10分鐘)
■岡山~特急Super Inaba 因幡號(約3小時)-倉吉車站-車(10分鐘)

- 巴士 ■神戶~倉吉車站(約3小時又15分)
■大阪~倉吉車站(約3小時又30分)
■廣島~倉吉車站(約4小時)
■福岡~倉吉巴士總站(約9小時·夜間巴士)

6 感受梨花薰香的步道

情不自禁想要多待出發點做準備運動的輕鬆山林步道

距離約5公里

東鄉運動公園位在山林的大自然中，設有多種運動設施，感覺光在這裡就可以有足夠的運動。這個健走路線是要走到縣道29號線(松崎三朝線)後再往走道路對面的國信・別所地區。這附近有被日本的故鄉百選所選出來的梨園、土牆倉庫及樹籬笆等日本原始原味的風貌可欣賞。

東鄉運動公園

7 海風徐徐吹的港口步道

距離雖短但坡度卻激烈的路線

距離約4.5公里

此路線的起點為場地高爾夫的發源地・潮風之丘泊。其位在可一眼眺望日本海的甲龜山，擁有卓越的景色。除此之外，可享受鳴砂的石鹼海水浴場一帶更能讓人感受到心曠神怡的開放感。

潮風之丘泊



帽子

可防止頭部及臉部直接
照射紫外線!要不要來
試試亮麗的顏色呢?



北歐式健走手杖

有如魔法般的讓你可以
輕鬆地步!如果您沒有體
驗過,請務必體驗看看!



鞋子

不只是功能,連設計也
很潮著的必需品!如果配
合上衣的顏色,連亮麗的顏
色也可以輕鬆搭配呢!



健走心得

1. 選鞋子的方法

要穿平常穿習慣了的鞋子。如果是新鞋,請穿習慣後再上路。

2. 選鞋子的方法

在健走的時候,腳趾頭可能會因產生摩擦而起水泡。
可以在腳趾頭之間貼上貼布來預防,或者建議可穿五趾襪以防腳趾頭相互產生負擔。

3. 配合身體狀況

配合天候等的環境及自己的身體狀況來享受健走的樂趣。

4. 休息的時候

脫鞋讓腳及鞋子中的熱氣及汗水通風散掉。
如果流了很多汗,也可以換雙襪子再上路。

5. 預防腳起水泡的方法

在健走之前先用貼布或布膠帶貼在腳後容易起水泡的地方再穿鞋的話就可以有效防止。

6. 使用後背包

在健走的時候建議使用後背包使雙手可以自由活動。
如此才可以保持良好的姿勢,不容易疲倦。

出發前
先備目
一下囉!

鮮魚・魚乾販售所:サカナクワイ屋

在鳥取縣湯梨濱町泊地區的泊
漁港,賣著鮮魚及魚乾等海產物的
sakana kuwai屋。這間店是因為現
在的年輕人都漸漸遠離魚業,因此
提倡海產物自產自銷,想要讓這個
海港村能夠重新活躍起來而營業
的。它對於從鄰近的海捕獲的海產
物有一定的執著,而且這裡販賣的
魚乾的特色就是它很軟嫩,而且醬
汁也很引以自豪。來到這裡
一定要買來吃
吃看囉!



諮詢: sakana kuwai 屋
Tel.0858-34-6055
Open 8:30 Close 12:00
週一 公休

採梨體驗:波瀾園

在湯梨濱町東郷地區廣闊的梨
園波瀾園全心思心照顧的果
實正等著各位蒞臨。從8月上旬開
始到11月中旬左右可體驗溫室二
十世紀梨、二十世紀梨、新興梨等
採梨體驗。我們也有直接販售或
全國寄發,送
禮自用兩相宜。



諮詢:波瀾果樹生產協會
Tel.0858-32-1821
Open 8:00 - Close 5:00
期間:8月上旬~11月中旬 期間中無休
<http://www.apionet.or.jp/hanzekien>

採草莓體驗:小林農園

小林農園位在湯梨濱町的泊的原
地區。這裡所栽種的草莓不管是水
還是土,這是環境都是執著使用令
人安心的「有機栽培法」栽種出
來有如夢幻般的絕品。好走又好摘
的寬闊的溫室裡面室溫25度,身處
其中感覺像是被溫暖的香甜氣味給
包圍了。園內的工作人員會教大家
怎麼摘,怎麼分辨,還有怎麼吃的
秘訣。是一個適合全家、情侶或好
友共度快樂時光的好地方。



諮詢:小林農園
Tel.0858-34-2064
Open 8:00 - Close 5:00
期間:3月上旬~6月上旬
只開放給有預約的客人
<http://www.yurihama-kankou.jp>
<http://tottori-shinyuki.com>

泊漁港「豪邁・烤海鮮午餐團」

在鳥取縣內也屬於數量較少的漁港裡面,「泊漁
港」又有其他漁港所沒有的好場所!可享用剛從海裡
捕上來的新鮮海鮮直接在漁港的峭壁豪邁的燒烤。
另外可以和直率
的漁夫聊天又
是另一種難得
的體驗。在會場
也會販賣當地
漁港所捕獲的
新鮮魚類的加
工食品或魚乾。



費用 一個人2500日圓
(附白飯、味噌湯、小禮物)
期間 4月~11月中
時間 11:30~13:00(可諮詢商量)
開辦人數 15人~

諮詢:湯梨濱町觀光協會
Tel.0858-35-4052
<http://www.yurihama-kankou.jp>



滝床料理

湯梨濱町的「今瀑布」以44公尺的高度為傲,是一個
非常有魄力的瀑布。您可以在沿著溪流所特別設置的
台子上一邊享受其瀑布的英姿,一邊享用季節料理。在
瀑布潭邊邊所設置的台子更是特別的有風味。非常難
得可以這麼近距離觀視的瀑布更是魄力十足呀!在具有
豪邁又優雅氛圍的
「今瀑布」的瀑布台
享用使用當地食材
所做出的美食。



費用 午餐一個人1500日圓
期間 5月下旬~11月中旬
開辦人數 4人~

諮詢:湯梨濱町觀光協會
Tel.0858-35-4052
<http://www.yurihama-kankou.jp>



路線 7 (P.21)

路線 1 (P.12)

中原醬油店

從大正時代開業至今的醬油老舖。遵循古老製法、慢慢地釀造出來覺得最引以為傲的就是鯉魚的風味醬油。因為是低鹽的關係，不只是涼拌豆腐、醃菜等，還可以拿來當日式涼麵醬等各式各樣的料理都可以廣泛使用。



Tel.0858-34-2035
Open 8:30 / Close 17:00
每個第一及第三星期六、日及國定假日公休
<http://www.nakaharashouyu.com>

湯梨濱冰淇淋

甚至可以說是只要吃一口就會愛上湯梨濱町的美味冰淇淋。各式各樣的冰品滿滿的將當地的特色都濃縮在裡頭了！這是很多喜愛湯梨濱町的人及店家們所企劃的「活用當地食材做出最具特色的冰淇淋專家」。有水果系列、義大利口味、和風口味等。請享受這各式各樣獨一無二的口味吧！



諮詢：湯梨濱町觀光協會
Tel.0858-35-4052
<http://www.yurihama-kankou.jp>

山本土產店

寬廣的空間擺滿了各式各樣當地名產。只要一進到店裡就會聽到店裡的人親切的跟你說「來來來，來坐！來坐！坐下來休息休息吧」。店裡面掛著昭和20-30年代的東鄉湖的照片，也放有「萬醬油」他們大正時代時所使用的醬油樽，是非常能感受到歷史的一個空間。除此之外也放有用鳥取名產的因州和紙所製造的一些產品及當地的陶藝品等，是一個可以挖到鳥取的寶的好地方。



Tel.0858-35-4141
Open 9:00 / Close 21:00
週三公休

東鄉湖產蜆

因汽水湖特有的又大顆又好吃的特色，由它的色澤因此得到了「黑鑽石」之稱，為東鄉湖的特產。聽說冷凍過的蜆會更好吃，因此附近的旅館也都會先將其冷凍過後再料理。泡溫泉設施的龍鳳閣也有販賣哩！



詢問：YUASIS龍鳳閣
Tel. 0858-32-2622
<http://www.ryuhokaku.jp>

鳥取牛骨拉麵

榮獲全日本「當地國民美食」第二名的鳥取牛骨拉麵擁有半世紀的歷史，是被當地居民們熱愛的縣民美食。用牛骨去熬的湯頭的香氣及它清爽的口感讓許多拉麵達人讚不絕口。在湯梨濱町以松崎車站及蒸餾園為中心，附近有很多的鳥取牛骨拉麵歡迎您去品嚐。



香袋

在湯梨濱町的活力根源地-倭文神社，其中祭拜著一位才色兼備的女神下照公主，因此這裡也以提升女子魅力的活力根源地而有名。備有參拜神社的小物「香袋」。可將其許願紙供奉在倭文神社，再將另外一半帶回家。香袋伴隨，讓您從內在提升您的女子魅力！



諮詢：湯梨濱町觀光協會
「女神下照公主與香袋～倭文神社參拜團」
Tel.0858-35-4052
<http://www.yurihama-kankou.jp>

***羽合夢廣場・咖啡 ippo**

Tel. 0858-35-6161
4月-11月 Open 10:00-17:00
12月-3月 Open 11:00-16:00
每週一公休
<http://blog.livedoor.jp/cafeippo>

路線 1 (p.11)
路線 5 (p.18)



***YUASIS東鄉龍鳳閣**

Tel. 0858-32-2622
Open 10:00 / Close 21:30
第四星期二公休 (若遇國定假日則隔天的平日休・春假・黃金週・暑假及寒假不休)
<http://www.ryuhokaku.jp>

路線 1 (p.11)
路線 2 (p.13)



***羽合溫泉・東鄉溫泉觀光諮詢服務處**

Tel. 0858-35-4052
Open 9:00 / Close 17:00
全年無休
<http://www.hawaii-togo.jp>

路線 1 (p.11)



***潮風之丘泊**

Tel. 0858-34-3217
Open 8:30 / Close 17:00
年始年末休

路線 7 (p.21)



***東鄉運動公園**

Tel. 0858-32-2840
Open 8:00 / Close 17:00 (7・8月至18:00)
年始年末休

路線 6 (p.20)



***葛蒲體育中心**

Tel. 0858-32-2231
Open 9:00 / Close 22:00
第三星期二公休
(若遇國定假日則隔天平日休)
<http://www.geocities.jp/hawaiiyame>

路線 1 (p.11)
路線 3 (p.16)
路線 4 (p.17)



*所有的健走站都設有洗手間・OK繩・路線圖・緊急處理等設備。
(兩具販賣只有龍鳳閣及潮風之丘泊有設置)



走訪東鄉湖步道

一邊欣賞東鄉湖的美景，
一邊努力大步向前走!!



東鄉湖 ... 仙女下凡的湖

因其形狀有如白鶴展翅的模樣，因此又有一個愛稱叫「白鶴湖」。東鄉湖周圍約12公里，面積約4平方公里，是被選為山陰八景之一風光明媚的汽水湖。不但可以捕獲鯽魚、鯉魚、蜆，冬天的時候，很多野雁等渡鳥都會相繼而至。從湖中有溫泉湧出，湖的西側有「羽合溫泉」，對岸則有「東鄉溫泉」。

足湯 (七福神之湯)

體驗「泡足湯」是走訪東鄉湖令人期待的樂趣之一。湖的周圍設有「布袋湯」、「福祿壽湯」、「惠比壽湯」等七福神之湯，可以讓您將您疲憊的雙足得到充分地休息。「每一處的足湯所眺望的景色各有千秋，讓你體驗再多次的足湯也不厭倦。」是只有在東鄉湖才有的特色。

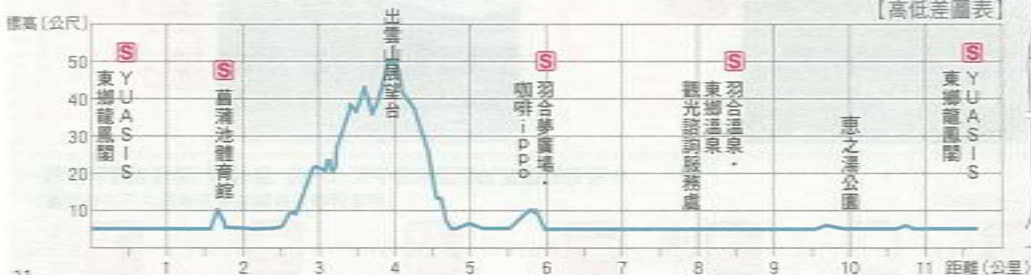


煮溫泉蛋

當您在享受足湯的同時也可以煮溫泉蛋!! 在毘沙門天湯，布袋湯，只要大概20-30分鐘左右就可以煮出軟嫩的溫泉蛋囉!



[高低差圖表]



汽水機場

這是於2015年開幕位於鳥取湯梨濱町松崎的一間二手書店。放有很多關於生活上各個類別的書，有些更可能讓您細品不同世界呢! 敬請期待與書的邂逅。如果您找不到您要的書，只要跟店主說一聲，他就會來給您一些建議。店內有些座位可以看到東鄉湖，更可一邊享用自家烘焙咖啡或印度奶茶一邊優閒度過時光。



Tel.090-6733-9943
Open 13:00 / Close 20:00
週二 週三 公休
<http://tmmate4wix.com/ki-suisuiko>

To 庵

這是一間在地人都喜歡的餐廳。位在羽合溫泉街，每到了螃蟹的季節更是受到歡迎! 有和式坐位也有吧台座位，而且午餐的價格很親民，所以幾乎都是被預約而客滿了。在這裡可以享受從從境港直接寄過來的新鮮海鮮以及當地食材所烹煮出來的美食。如果您是點他們的特定套餐的話，還會附贈溫泉旅館「千年亭」的免費泡湯券呢! 因健走讓身體健康，因用餐讓肚子滿足，因溫泉讓身體放鬆...



Tel.0858-35-4545
Open 11:30 / Close 13:30 (昼)
Open 17:30 / Close 23:00 (夜)
週三 公休

笑酒 繁盛

從外觀完全無法想像店裡面到底有多寬廣。有酒吧位也有寬廣的和式桌包廂。菜單上有很多都是使用當地新鮮海鮮及食材所做出來的美食及當地製造的酒。自2014年開店以來總是受到當地居民喜愛。而且老闆的笑容很迷人喔! 料理在擺盤方面也非常講究，不只是味道，也讓你視覺上的享受。東鄉湖產的蝦味噌汁簡直是人間美味。它好吃到可傳遞到身體的每一個角落，讓疲憊的身心得到安慰。是羽合溫泉新起的人氣景點。



Tel.0858-35-5164
Open 17:00 / Close 22:30
週二 公休

福羅造酒廠

路線 1 (P.12)
路線 2 (P.14)

著於使用在地米，傳承出雲社氏的製法，製造出品質講究的酒。因在地的東鄉而命名為「山陰 東鄉」等純米酒或吟釀酒，都是繼承明治時代的傳統至今的好酒，曾經得過很多的獎呢! 喜歡喝酒的朋友一定要來試試。是女性也會很喜歡的逸品唷!



Tel.0858-32-2121
Open 9:00 / Close 17:00
週日及國定假日公休 週六不定期公休

萬商店

路線 1 (P.12) 路線 2 (P.14)

位在令人懷舊的老街裡，從明治23年就開始製造醬油的老店。黑醬油及生魚片專用醬油等從古至今味道不變，因而受到當地居民喜愛。在製造醬油里或不可缺的大樽桶已經100年了，至今仍舊續用著。



Tel.0858-32-0127
Open 7:00 / Close 19:00 全年無休

Cafe Archelino

這是一間活用鳥取縣湯梨濱可櫻坂上的廢校改建而成的義大利咖啡店。料理大多以當地食材為主，是一間令人覺得很緩和的咖啡廳。設有沙發座位，非常歡迎帶著小小小孩的客人來店哩！春天的季節，將有櫻花隧道迎接您！從山丘上可以眺望東鄉湖。是一個可以體驗四季並用五感來體會本地的好地方。



Tel.070-2367-1183
Open 11:00 / Close 21:00
週二公休 週日營業到 16點
<https://www.facebook.com/cafeArchelino.10002/>

餐廳吉華

矗立在東鄉湖畔的和食餐廳-吉華。店內有90個座位，還有六間和式小房間，即使是團體訂位也能坐得很舒適。可享用到使用當地食材所做出來的健康料理，另外還有鳥取當地庶民美食「牛骨拉麵」及使用湯梨濱町的特產品「東鄉湖產的鰻」所做出來的料理也可在這裡享用到。歡迎機關團體訂位。



Tel.0858-32-2633
Open 11:00 / Close 21:00
定休日 不定休
<http://www.e-kikka.com>

喝~Hinata~

對於使用鳥取縣產的食材與手工料理非常的講究，希望能讓男女老幼都滿足。從店內就可看到東鄉湖，可在整齊清潔的店內度過悠閒時光。特別推薦午餐時段本店特製的墨魚漢堡肉排，還有甜點也非常的用心製作。本店已得到「美食之都鳥取縣推進店家」的認證。



Tel.0858-32-2323
Open 8:00 / Close 17:00
週一 公休

菓子工房 Churbourg

主廚從小就喜歡吃蛋糕，現在對他而言最努力的就是對於鳥取的美味素材的講究。除了雞蛋、牛奶、水之外，還有當地所產的當季水果及蔬菜，也毫不手軟的大量使用。「湯梨濱石挽泡芙」是店裡的特產。餡裡面還放了香草豆，讓您吃了一口就難以忘懷。



Tel.0858-35-5355
Open 9:30 Close 19:00 週二公休
<http://www.churbourg-provence.jp/>

中國土產店 老龍頭

路線 1 (P.12)
路線 2 (P.14)

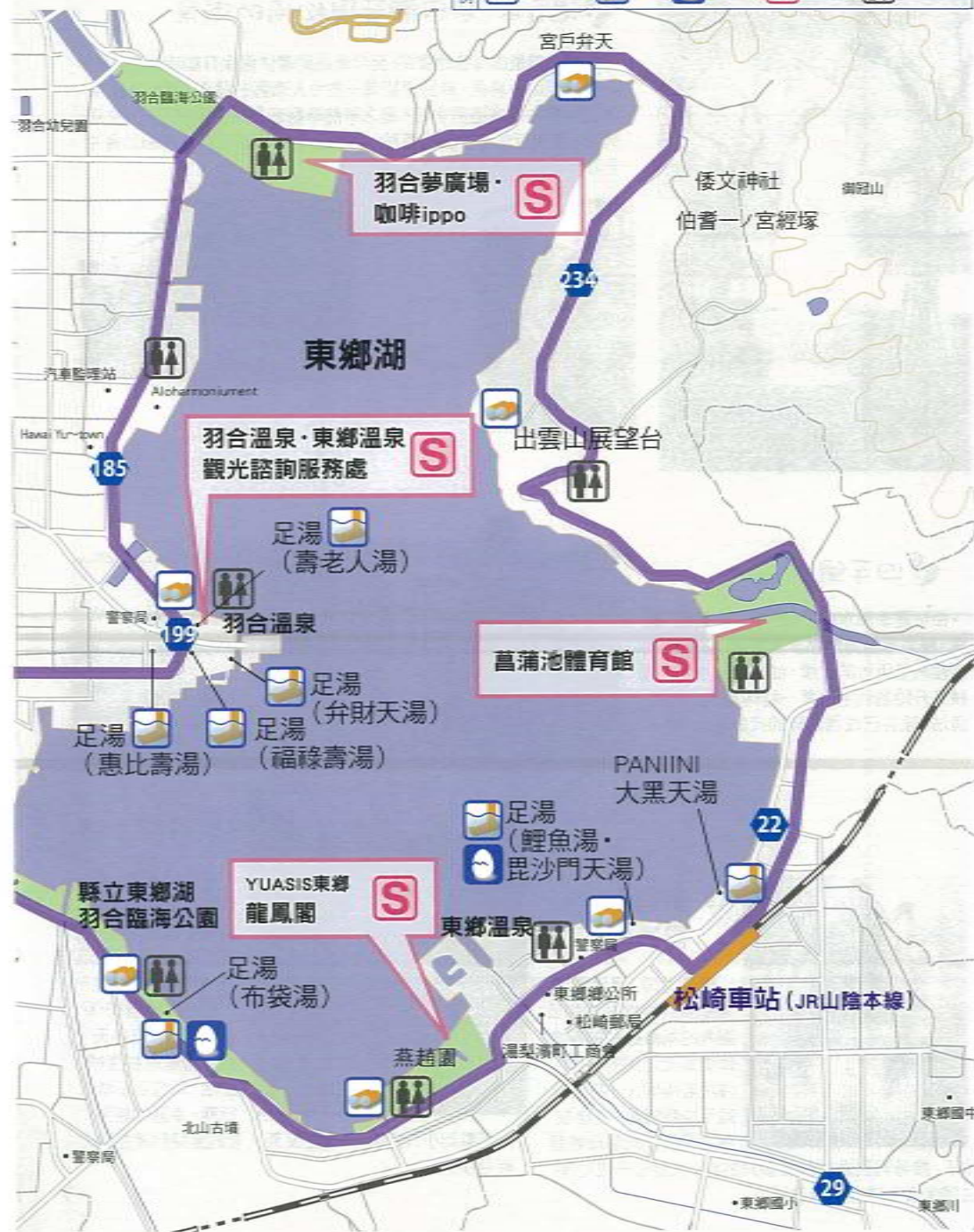
位在燕趙園的正前方，店內販賣有中國雜貨及當地特有的土產。從熊貓或金色的小豬等可愛卡通人物所做出來的鑰匙圈到中國旗袍等，琳瑯滿目。另外也有販賣中國食材，是一間可以讓您大顯身手煮出一桌好中國菜的挖寶處。在入口處旁邊販售的冰淇淋命名「楊貴妃的囍語」，芒果與香草的綜合口味上還撒上了枸杞，是名符其實可以提升女子魅力的一項甜點。



Tel.0858-32-2677(代)
Open 9:00 / Close 17:00
第四星期二公休(12月-3月)

距離約12公里 | 標高差50公尺 | 所需要時間約150分鐘 | 消耗熱量540大卡

圖例 推薦景點 足湯 溫泉蛋 S 健走站 公共廁所



2 與昭和老街偶遇的步道

舊車站的街道，可享受別人懷念的昭和看板及建築物的樂趣



湯之華 慈母觀音與松崎的街景

這裡以前是很有名的驛站，至今車站周邊依舊保有當時的老街景。如果你走進小巷弄，或許更能有一些令人懷舊的發現。而且這個車站還是懷古的木造房舍呢！湯之華慈母觀音是保佑闔家平安、生意興隆，還有對求子等都很靈驗。傳說面向慈母觀音向右許願就會生男孩，向左祈求就會生女孩呢！



松崎的街景

四手網

由於夏季海水會逆流，所以手長蝦、銀魚、鱈魚等的海鮮都非常豐富，在漁網的四個角落用竹竿支撐，從湖岸的小屋用滑輪來升降的四手網是一種傳承古老的捕魚法，現在已成為湖畔的代表性地標了。



鯉魚之湯・昆沙門天湯

鯉魚之湯・昆沙門天湯是將在東鄉湖畔的公園內的兩條鯉魚的紀念碑做為此足湯的地標。傳說若兩個人一起泡腳，就可成就戀愛，然後在湯之華那裡向慈母觀音求子，接著再到倭文神社參拜的話，就能求子成功囉！在那旁邊也設有煮溫泉蛋區。



可以看到小天鵝呢！不怕生又惹人愛的鳥兒們將在湖畔迎接大家。

天鵝之路

在東鄉湖可以看到多種渡鳥或野鳥。其中更有「天鵝之路」可以近看在水面優雅戲水，或將漂亮的雙翅展開休息的天鵝。疣鼻天鵝及野雁等在這裡生活，每當到了繁殖期，幸運的話還

Shops & Restaurants

milimili

商店與餐廳

健走時能邂逅的小店

paniini 湯梨瀨店

路線 1 (P.11) 路線 2 (P.13)

如果您在健走途中不知不覺的午餐時間就到了的話，歡迎您到湖畔的麵包店「paniini」，那裡有各式各樣剛出爐的麵包，麵包的香味充滿了整間店。幾乎所有的位子都是面向東鄉湖，而且店裡面竟然就有足湯「大黑天湯」可以泡。可以享受一邊用餐一邊眺望美景的奢侈！這裡的麵包講究食材，每天大約有一百種左右的麵包上架。三明治、蛋糕等也可以外帶。就連猶豫不決也能成為一種快樂呢！



Tel. 0858-24-4722 Open 9:00 / Close 18:00
URL <http://www.0857541212.jp>

健走咖啡廳「咖啡ippo」

路線 1 (P.11) 路線 5 (P.18)

日本史上第一間擁有超大地窗，從陽台上的位子上可將東鄉湖畔盡收眼底，並且呼吸新鮮的空氣，享受十足的開放感的健走咖啡廳。在這裡可以享受到使用當地食材所做出來對身體很健康的好吃美食。店家推薦用蕎麥粉做出來的有如可麗餅一樣的甜點，及義大利麵。午茶時間也很推薦自家製的蛋糕囉！店內有由設計師「Kana Ogawa」小川Kana親手畫並掛上的壁畫，這個壁畫是描寫著如同店名ippo（一步）一樣，希望人們可以和多變的四季一起走向未來。

Tel. 0858-35-6161 4月-11月 Open 10:00-17:00
12月-3月 Open 11:00-16:00 週一公休
URL <http://blog.livedoor.jp/cafeippo>



Cloverdale

路線 1 (P.11)

整面陽台都面向東鄉湖，從大大的窗戶可以一眼眺望東鄉湖美景，是一個舒服空間的咖啡廳。陽台上溫暖的陽光從屋頂灑進讓人覺得舒適之外，還有可以眺望寫真集的大桌子可以坐。也販賣著老闆自身的外國輸入的收藏品及一些自然由來的雜貨等。健走途中若剛好是遇到午餐時間即可選擇套餐，若是遇到早茶或午茶時間則可選擇手工蛋糕。可同時享受到東鄉湖的美景與美食。

Tel. 0858-48-6030
Open 11:00 / Close 19:00
週五公休



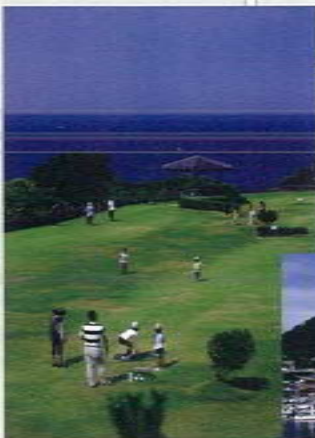
7 海風徐吹的港口步道

milimili Walking Map

距離雖短但坡度卻激烈的路線

距離約4.5公里 | 標高差65公尺 | 所需要的時間約60分鐘 | 消耗熱量220大卡

推薦的場所 S 健走站 公用廁所



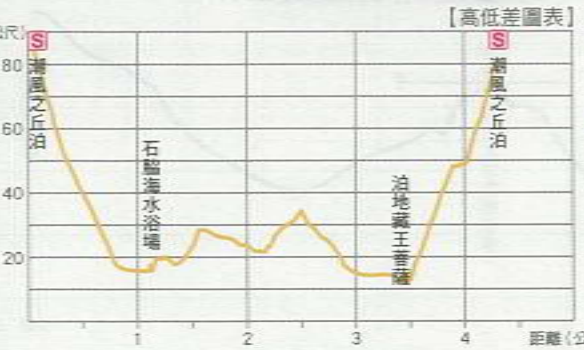
潮風之丘泊

場地高爾夫的發源地，「潮風之丘泊」是一個位於高台上以非常顯眼的巨大風車為地標的多用途設施。有不管是家庭還是團體都能享樂的場地高爾夫，也有特別受到小孩喜愛的全長340公尺的超長溜滑梯，更有可偶遇與實際尺寸相同大小的恐龍模型的探險森林及多用途廣場等設施，就算待一整天也不會厭倦唷！



石籠海水浴場

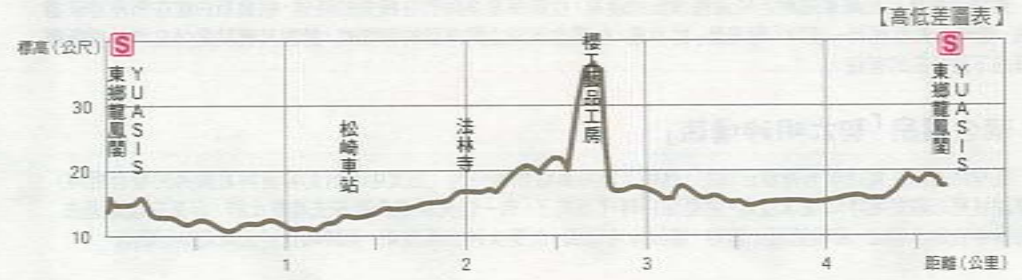
因踩在腳底下的沙子有「啾啾」的響聲而知名的「鳴沙」也因其美麗的淺灘而得到海水浴場百選的美名。緊鄰著的松林中有設備完善的石籠露營區，旺季的時候總會有許多家庭或團體在此度過美好的時光。



milimili Walking Map

距離約5公里 | 標高差36公尺 | 所需時間約60分鐘 | 消耗熱量250大卡

舉例 推薦的場所 足湯 溫泉蛋 S 健走站 公用廁所



仙女所居住過的羽衣石山～羽衣傳說～

在東鄉湖南方有一個叫做羽衣石的村莊
在這裡有一個天女下凡的神秘傳說至今也還存留著。

仙女戲水

羽衣石山有一顆很大的岩石。每次仙女下凡來都會將羽衣掛在石頭上玩水。有一天，村莊的某位年輕農夫經過這裡被正在戲水的仙女的美貌給吸引，不經意地就將羽衣帶回家了。

無法回到天上的仙女於是隨著村里的燈光來到了農夫家。藉著此緣，兩人因此結為夫妻，從此一同生活。



介於天與地之間

最終夫妻倆人之間也生了兩個可愛的小女孩，從此過著非常幸福的生活。只是仙女有時候還是會想到自己已無法再回的天上的日子，每當想起總是淚流滿面。

乘著風...

有一天丈夫出門了，仙女從女兒那裡聽說丈夫將羽衣藏在屋頂的隔間裡。於是仙女將羽衣找出來穿在身上，才那麼一瞬間就往天上起舞飛去了。而被留在人間的女兒們很傷心難過。於是吹笛打鼓的新求媽媽回來。



羽衣石城

題外篇・走訪羽衣石城的步道
往羽衣石城可由羽衣石城停車場徒步約20分鐘左右，一週費時一個鐘頭。從展望台看出去可以一覽望穿東鄉湖與日本海的美景。

繞個小路・聽聽湯梨濱的古話

東鄉溫泉「差使的白蛇與龍湯島」

東鄉溫泉是從松崎車站附近的湖裡湧出的溫泉。從前每當漁師們在捕魚的時候，就會有白蛇在那裡游來游去。當時在湖那裡有一座叫「龍湯島」的小島，在那島與湖之間來回的那條蛇，聽說其實就是倭文神社裡所祭拜的下照公主的差使。

羽合溫泉「契大明神傳說」

這裡就是常在電視廣告裡會出現的「鳥取×夏威夷底加啦~！」(日文中羽合的發音與夏威夷的發音相同)聽說這裡以前的名字叫淺津溫泉，遠從江戶時代就有了。有一位男神想到對岸去會見女神，但是在渡湖過去的途中有熱水湧出，那附近因此變熱，導致冰塊破裂，於是女神出面救助。男神和女神因此而結了婚緣。

6 感受梨花薰香的步道

情不自禁想要多待在此出發點
準備運動的輕鬆山林步道

距離約5公里 | 標高相差33公尺 |

所需要的時間約60分鐘 | 消耗熱量250大卡

圖例 推薦的場所 S 健走站 公用廁所



梨花 (鳥取縣花)

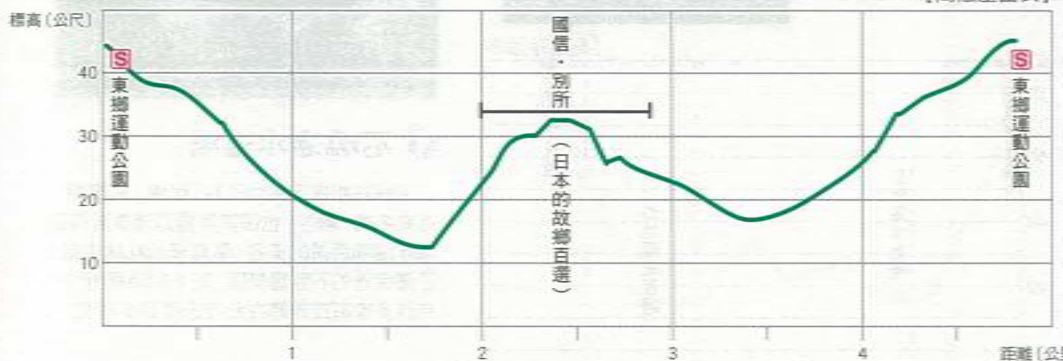
大約從四月初左右，町內的各個山頂都被梨花染白了。比起櫻花可一點也不遜色呢！令人憐惜的，雪白的梨花在藍藍的天空下顯得特別出色。



國信・別所

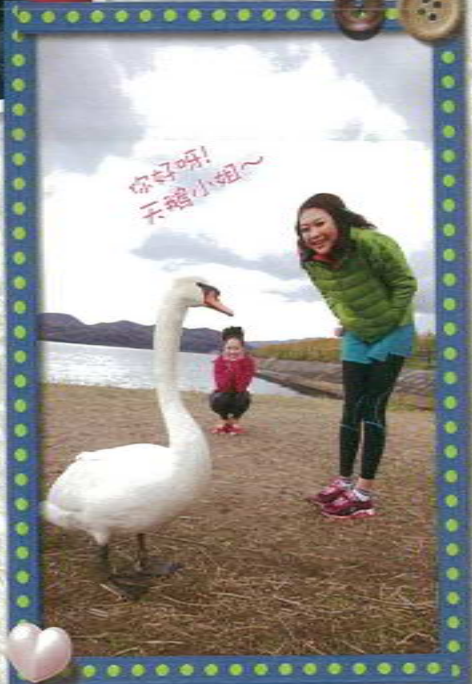
在新鮮的空氣中散步，從有如電影中才有的山林小道，一下子出現了一整面寬闊的梨園。農林小道的細水潺流，鳥鳴聲等等讓人完全可以理解為甚麼此處會被選為「日本鄉村百選」之一。因為這裡真的讓人能夠感受到某種令人懷念的日本原始的風景。

【高低差圖表】



milimili 湯梨濱 People

在哪一個路徑可以
相遇呢?



3 探訪瀑布的步道 milimili Walking Map

是一個可以同时欣賞兩個瀑布的
探索自然路線

距離約12公里 | 標高差80公尺 |
所需時間約170分鐘 | 消耗熱量540大卡

圖例 推薦的場所 S 健走站 公用廁所

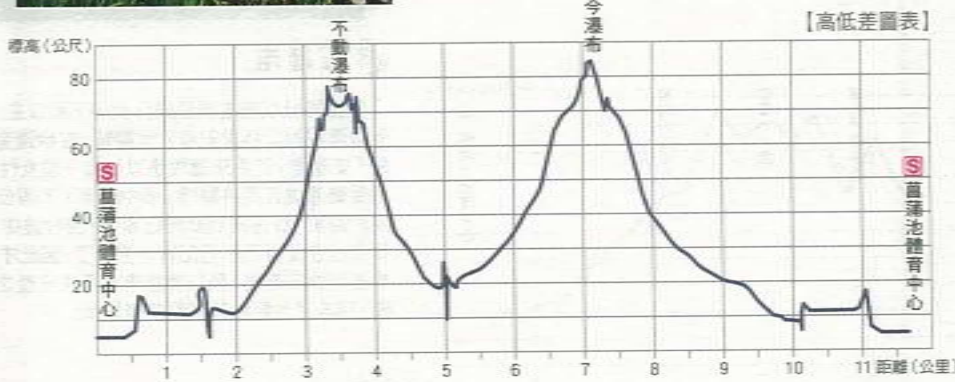


不動瀑布
從大約32公尺高的安山岩的岩壁上落下的兩段瀑布。這裡自古以來祭拜著不動明王，很多信仰者都會來這裡修行。每年7月7號是開瀑日，因虛歲41歲的男性及33歲的女性為犯太歲的年紀，所以此瀑布被當成可將「犯太歲」躍進成「躍太歲」的神聖瀑布。



葛蒲池體育中心 (東郷湖羽合臨海公園)

在東郷湖畔及沿海之間有一個很大的海濱體育中心適合做一些運動或康樂活動。雖然這是一個以運動設施為中心的公園，但是也可釣魚或散步。另外在公園內的葛蒲池是大約0.9公頃的人工池，園內種了白色及紫色約3萬株的葛蒲花，六月上旬左右會盛開。此外，每週四也都會開辦北歐式健走講座!



4 參拜伯耆一ノ宮步道

穿過鳥居，走過長長的參道，
即帶您進入神話的世界

距離約4.5公里 | 標高差95公尺 |
所需時間約70分鐘 | 消耗熱量290大卡

圖例 推薦景點 S 健走站 公用廁所



伯耆一ノ宮 倭文神社

傳說伯耆一ノ宮經塚是倭文神社所祭拜的女神下照公主之墓。大正四年從此經塚裡面發現了銅經筒、三尊佛像、銅鏡、琉璃玉等多種遺物。這些遺物現今都被指定為國寶。



安産岩

倭文神社以前主要是祭拜女神下照公主，所以傳說對於祈求安產非常靈驗。在參道旁的「安産岩」的由來聽說是以前有一位女性因受難產之苦而許願時，夢中出現了下照公主的身影，於是她到此神社參拜，回程途中竟然就在此岩石附近簡單地生產了，因此才會被稱為安産岩。所以當您來此祈求安產之時，別忘了也要參拜這類安産岩喲！

【高低差圖表】



5 可追朔歷史文化的步道

milimili Walking Map

只要過了前半段的坡道，即風景宜人，
而且腳步也將變得輕盈許多

距離約6公里 | 標高差105公尺 |
所需時間約80分鐘 | 消耗熱量320大卡

圖例 推薦景點 S 健走站 公用廁所



從馬之山眺望

馬之山位於羽合平野的北端，標高107公尺，從展望台看出去的景色真是絕景！有古墳群，且羽合風土記館、馬之山公園等都整理得很好。另外，1581(天正9)年羽柴秀吉在攻打中國之際，羽柴的權勢全力於御冠山防備等候，而吉川元春則全力於此馬之山陣以待之說也是一則名話。



橋津鳥取縣倉庫

江戶時代，橋津這個地區有十數棟鳥取縣的縣倉，當時這裡因為是發貨港口而非常熱鬧。當時每一個縣都有像這樣的縣倉存在，因而成為經濟流通的據點。在全國現在仍存有這樣的縣倉遺構的已經很少很少了，而橋津至今仍有三棟，如今已成為鳥取縣的文化財產了。

【高低差圖表】

