山陰海岸ジオパーク・トレイルマップ
San'in Kaigan Geopark Trail Map

コース 4.5.6

https://sanin-geo.jp/geotrail/

ジオパークとは、ダイナミックな地球の活動がよくわかる地質や地形が、大切に守られ、教育や持続可能な観光に活用されている地域のことです。

3/12

【山陰海岸ジオパークトレイルの魅力】

コンセプトは「海からくらべイル」。このトレイルでは海岸線のルートをつなぎ、山陰海岸ジオパークの誇る大自然の風景、日本海に育まれた豊かな自然と、多様な文化を歩くことができるのが特徴です。

【トレイルを歩くときの心得】

①自然を大切に ②ごみはすべて持ち帰る ③地元住民の農地に入らない ④柿狩をなごやかに ⑤無理しない

【注意！】

①山道では転落の恐れのある所もありますので、農園周辺を目安に、体力に応じ無理のない計画を立ててください。
②日暮れ時には山に入るのは遠慮の時がおすすめです。 ③一部地域では携帯電話の電波が届かないエリアがあります。
④自然現象は所所時に変化しますので、十分な水分を持ち、熱中症には一注意ください。
⑤山道では野生動物（特に蛇）等にも、十分に注意ください。
⑥砂丘や海岸などは日陰がない場所が多いので、十分な水分を持ち、熱中症には一注意ください。
⑦冬期は積雪により、通行止めとなる場合があります。
⑧波浪注意報発令時の海岸への歩行は、波をかぶったり巻き込まれて危険な場合があります。

[問い合わせ先]
山陰海岸ジオパーク推進協議会
〒680-0025 鳥取県鳥取市栄町7-31
電話 0857-30-7830 FAX 0857-36-3785
URL http://sanin-geo.jp/

unesco Global Geopark
山陰海岸ジオパーク

2025年（令和7年）6月発行

ユニコのみち目印はこのシールが目印

10cm

コース 6　47メートルの砂山を登ると見える世界

鳥取砂丘フィールドハウス～鳥取砂丘～岩戸海岸いさりび広場

難易度：★★

全　長：7.1km
高低差：約70m
目安歩行時間：100分

コースの東側では、砂浜海岸沿いの遊歩道を、日本海と砂丘のラッキョウ畑を眺めながら歩きます。西側では、鳥取砂丘を横断します。標高47メートルの「馬の背」を登りきると広大な鳥取砂丘とはるか遠くの海岸線まで見渡すことができます。

高低図

コースタイム

鳥取砂丘フィールドハウス ⇄（30分／30分）鳥取砂丘 ⇄（70分／70分）岩戸海岸いさりび広場

コース 5　砂丘のキワの神秘の池と霊場摩尼寺

摩尼寺～多鯰ヶ池～鳥取砂丘フィールドハウス

難易度：★★

全　長：9.0km
高低差：約163m
目安歩行時間：120分

砂丘の端にできた多鯰ヶ池を横に眺めながら遊歩道や福部町湯山の梨農園が続く梨狩り街道を歩きます。摩尼寺は、1200年以上の歴史があり、古くから亡き人の霊魂が集まると信じられてきました。

高低図

コースタイム

摩尼寺 ⇄（55分／55分）山湯山選果場 ⇄（65分／65分）鳥取砂丘フィールドハウス

コース 4　鳥取の歴史を見続けてきた城跡

鳥取駅～鳥取城跡～摩尼寺

難易度：★★

全　長：8.4km
高低差：約120m
目安歩行時間：170分

鳥取城跡の二の丸からは鳥取の街並みを見下ろすことができます。中心市街地から城跡、山の中へと様々な景色が映りゆく、アップダウンの少ない歩きやすいコースです。

高低図

コースタイム

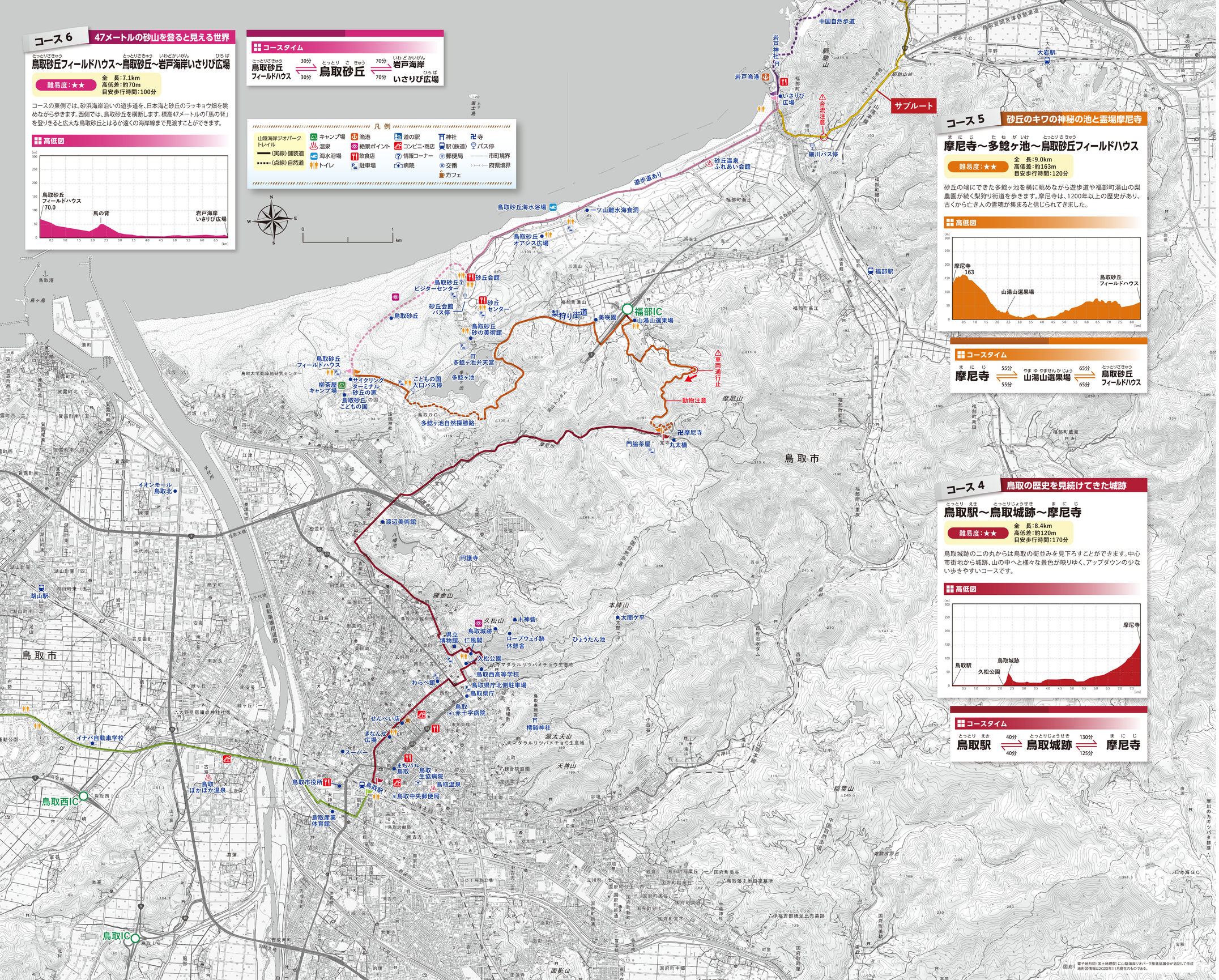
鳥取駅 ⇄（40分／40分）鳥取城跡 ⇄（130分／125分）摩尼寺

コースタイム

鳥取砂丘フィールドハウス ⇄（30分／30分）鳥取砂丘 ⇄（70分／70分）岩戸海岸いさりび広場

凡例

山陰海岸ジオパークトレイル
（実線）舗装道
（点線）自然道
キャンプ場
温泉
海水浴場
トイレ
漁港
絶景ポイント
飲食店
駐車場
道の駅
コンビニ・商店
情報コーナー
病院
神社
駅（鉄道）
郵便局
交番
カフェ
寺
バス停
市町境界
府県境界



電子地形図（国土地理院）に山陰海岸ジオパーク推進協議会が追記して作成
地形図情報は2020年11月現在のものである。

分類	コース	タイトル	市町	難易度	歩数	距離	所要時間
1	1	青谷町～鳥取市街地を往く2区間 鳥取駅～白兎海岸	鳥取市	3	16.0km	約5.7km	約3時30分
2	2	鳥取市街地を往く2区間 鳥取駅～摩尼寺	鳥取市	3	9.7km	約2.2km	約1時30分
3	3	鳥取砂丘～多鯰ヶ池～鳥取砂丘フィールドハウス	鳥取市	2	11.0km	約1.7km	約1時30分
4	4	摩尼寺～多鯰ヶ池～鳥取砂丘フィールドハウス	鳥取市	2	8.0km	約1.2km	約1時30分
5	5	鳥取砂丘～鳥取砂丘フィールドハウス	鳥取市	2	7.1km	約1.0km	約1時30分
6	6	鳥取砂丘～鳥取砂丘フィールドハウス	鳥取市	2	9.0km	約1.3km	約1時30分
7	7	鳥取砂丘～いさりび広場～鳥取砂丘フィールドハウス	鳥取市	3	7.1km	約1.0km	約1時30分
8	8	鳥取砂丘～鳥取砂丘フィールドハウス	鳥取市	3	3.5km	約0.5km	約1時30分
9	9	鳥取砂丘～鳥取砂丘フィールドハウス	鳥取市	3	3.3km	約0.5km	約1時30分
10	10	鳥取砂丘～鳥取砂丘フィールドハウス	鳥取市	1	4.1km	約0.6km	約1時30分
11	11	鳥取砂丘～鳥取砂丘フィールドハウス	鳥取市	2	4.6km	約0.7km	約1時30分
12	12	鳥取砂丘～鳥取砂丘フィールドハウス	鳥取市	2	5.8km	約0.8km	約1時30分
13	13	鳥取砂丘～鳥取砂丘フィールドハウス	鳥取市	2	4.6km	約0.7km	約1時30分
14	14	鳥取砂丘～鳥取砂丘フィールドハウス	鳥取市	4	10.4km	約1.5km	約3時30分
15	15	鳥取砂丘～鳥取砂丘フィールドハウス	鳥取市	4	21.4km	約3.2km	約7時30分
16	16	鳥取砂丘～鳥取砂丘フィールドハウス	鳥取市	2	8.5km	約1.2km	約3時30分
17	17	鳥取砂丘～鳥取砂丘フィールドハウス	鳥取市	2	2.8km	約0.5km	約1時30分
18	18	しおかぜ海岸～美山駅	岩美町	4	10.0km	約1.5km	約3時30分
19	19	美山駅～佐津駅	岩美町	2	2.8km	約0.5km	約1時30分
20	20	佐津駅～北井駅	岩美町	3	13.1km	約2.0km	約4時30分
21	21	北井駅～蒲崎マリンワールドしげけいセンター	岩美町	3	9.5km	約1.5km	約3時30分
22	22	蒲崎マリンワールドしげけいセンター～小天橋	岩美町	3	12.6km	約1.6km	約3時30分
23	23	小天橋～浜坂夕日ケ浦キャンプ場	岩美町	3	6.5km	約1.0km	約2時30分
24	24	浜坂夕日ケ浦キャンプ場～八丁浜ビーチパーク	岩美町	3	11.9km	約1.5km	約3時30分
25	25	八丁浜ビーチパーク～撃浜温泉キャンプ場	岩美町	1	4.2km	約54m	約9分
26	26	撃浜温泉キャンプ場～浦の家くんさくんさ内海	岩美町	3	10.7km	約2.3km	約3時30分
27	27	浦の家くんさくんさ内海～高草山オートキャンプ場	岩美町	2	9.9km	約1.5km	約3時30分
12		高草山オートキャンプ場～鳥取ノ鼻鼻灯台	岩美町	2	9km	約93km	約18分

最終更新日：2021年1月