



山あり海あり サイクリングマップ

山あり海あり 快走ルート

●鳥取県観光戦略課
TEL 0857-26-7239
https://www.pref.tottori.lg.jp/

●島根県観光振興課
TEL 0852-22-5619
https://www.pref.shimane.lg.jp/

●広島県観光課
TEL 082-513-3392
https://www.hiroshima-kankou.com/

●愛媛県観光物産課
TEL 089-912-2492
https://www.pref.ehime.jp/

2020年2月発行
※このマップの情報は2020年2月現在の情報です。おできが前に最新情報をお知らせいたします。

鳥取

境港・水木しげるロード
境港は国内有数の魚産地「つきたの節」。水揚げ量日本一のさくまアサギ。水揚げ場から新鮮な魚介類が水揚げされ、市内の直売施設では新鮮な魚介類を購入できます。

皆生温泉(かいげんせん)
日本海に面した温泉地で、豊富な湯量を誇っています。ナトリウム・カルシウム塩化物泉で全館は神楽、リウマチ、慢性皮膚病、慢性婦人病などに近年の調査で優れた効果効果が判明し、女性にとっても「お肌の湯」として知られており、日帰り温泉から駅直下まで湯を飲める「湯の川温泉」などがあります。

大山寺(おやまてら)
大山寺は、中国地方最高峰大山(だいせん)の北麓に位置する山崎寺で、奈良時代に創建され、鎌倉・室町時代には弘法山崎寺・比叡山崎寺と改称された。境内には大山寺の創建者である弘法大師の坐像が祀られています。

島根

宍道湖
宍道湖は、南瀬戸内海、全国で最大の大きな湖。湖を渡る舟遊は、新鮮な魚介類を堪能できる。湖のほとりにある「日本夕陽百選」に選定されています。

木綿街道
出雲平田町の中心にあり、江戸時代から出雲国府として、雲州水産の市場として栄えました。

清水寺
1400年以上の歴史を誇る古刹で、山崎寺の創建者である弘法大師の坐像が祀られています。

広島

ONOMICHI U2
海産物産地リノベーションして生まれた、しまなみやまなみサイクリングの拠点となる複合施設。自転車を持ち込んだままチェックインでも、常に自転車を持ち込めるホテルをはじめ、瀬戸内を体験するレストランやライフスタイルショップ、サイクルショップ等があります。

愛媛

サンライズ糸山
糸山は、日本海に面した絶景スポット。絶景を堪能できる。糸山公園には、絶景を堪能できる。糸山公園には、絶景を堪能できる。

タロ美術館
タロ美術館は、タロの作品を展示する美術館。タロの作品は、タロの作品を展示する美術館。

道後温泉別荘 飛鳥乃湯泉
2017年にオープンした飛鳥乃湯泉(あすの湯)は、道後温泉まつりの伝統や物語などをテーマにした温泉施設。温泉施設は、道後温泉まつりの伝統や物語などをテーマにした温泉施設。



山陰ルート

全長約 148km

日本の夕陽百選! 宍道湖畔の松江しんじ湖温泉駅から、世界ジオパーク認定の瀬戸内海にあるJR東浜駅を結ぶルート。松江しんじ湖温泉駅から中海を經由して山陰の名湯、皆生温泉付近にかけては高低差が少なく、湖畔の風景や白砂青松の日本海が楽しめます。

やまなみ街道ルート

全長約 187km

尾道市(尾道駅)から松江市(松江しんじ湖温泉駅)を結ぶ、獲得標高約1,900mの中～上級者向けのルート。2015年3月の尾道松江線全線開通を契機としてこの「やまなみ街道サイクリングロード」を施設。沿線や周辺地域には、道の駅や神話にのこる地、古い町並みが残るエリアが点在しています。

今治・道後はまかせ海道

全長約 52km

美しい瀬戸内海を横目に、爽やかな潮風を感じながらのんびりと巡航できる高低差の少ないコース。日中の青い海、夕日に染まった海、時間帯ごとに違った美しさを見せる景色を楽しめます。

しまなみ海道サイクリングロード

全長約 70km

国内外から多くのサイクリストが訪れ、国のナショナルサイクリングルートにも選ばれた「サイクリストの聖地」。交通量も少なく、ブルーラインや方向表示もあり、安心して瀬戸内海の爽やかな景色を眺めながらのライドを楽しめます。

日本海

瀬戸内海

凡例

山陰ルート
やまなみ街道ルート
今治・道後はまかせ海道

凡例

高速道路
国道
一般道路

4県のルートを走行する様子を 紹介した「イメージ動画」を公開中!!

詳しくはQRを
チェック!

鳥取

ダイジョブシステム

鳥取県には、サイクルポート、サイクルカフェ、サイクルポートというサイクリストのための休養施設があります。休養施設では、サイクルポートの設置、自転車用パンク修理工具や空気入れ等と貸出し、トイレ、飲料水(水道水)の無償提供等を行っています(約130施設)。

島根

ご縁サイクルステーション

サイクリング中に休憩やトイレに立ち寄っていただける施設です。道の駅、観光施設、飲食店、コンビニ等、県内県外に約210ヶ所あります。

広島

しまなみサイクルオアシス

しまなみ海道沿線や周辺地域で、自転車用空気入れ、修理工具の貸し出しやトイレ、自転車スタンドの利用、そして観光パンフレットや飲み水の提供を行っています。

愛媛

サイクルオアシス

サイクルオアシスは、サイクリストのための休養施設で、道の駅、飲食店、コンビニ等が参加しています。

しまなみ海道サイクリングロード

「しまなみ海道自転車道利用促進協議会」は、協議企業の支援のもと、しまなみ海道サイクリングロードの自転車道利用料金を期間限定特別企画として無料化するなど、利便性向上を図る活動を行っています。

愛媛

レンタルバイク

愛媛県内のレンタルバイク情報はこちら!

愛媛

レンタルバイク

愛媛県内のレンタルバイク情報はこちら!

愛媛

愛媛県内のサイクリング情報

愛媛県内のサイクリング情報はこちら。

鳥取県へのアクセス情報

○JR利用の場合
東京(新幹線) 新大塚
大阪(新幹線) 新大塚
岡山(新幹線) 新大塚

○航空機利用の場合
鳥取砂丘コナツ空港
米子元太郎空港

島根県へのアクセス情報

○JR利用の場合
東京 新大塚
大阪 新大塚
博多 新大塚

○航空機利用の場合
出雲崎航空港

広島県へのアクセス情報

○JR利用の場合
JRの各駅(新幹線)を乗車駅として持ち込む(運賃別途)は無料。乗車券は別途必要です。

○航空機利用の場合
広島空港

愛媛県へのアクセス情報

○JR利用の場合
東京 新大塚
大阪 新大塚
博多 新大塚

○航空機利用の場合
松山空港