

鏡野町へのアクセス



倉吉	鏡野	津山
国道179号 鏡野まで約50分	中国ハイウェイバス 鏡野まで約3時間20分 津山まで約2時間50分	JR津山線 津山まで約1時間20分
鹿見島	福岡	広島
岡山まで 約185分	岡山まで 約105分	岡山まで 約35分
岡山まで 約105分	岡山まで 約55分	岡山まで 約20分
岡山まで 約20分	岡山まで 約10分	岡山まで 約10分

●日本交通株式会社
大阪弁天町 中国自動車道 国道179号 鏡野町(奥津・上齋原)……約3時間20分
倉吉バスセンター 鏡野町(奥津・上齋原)……約1時間

●中国ハイウェイバス(30分に1本程度)
大阪駅 新大阪駅 中国自動車道 津山IC 津山駅まで……約2時間40分

●中鉄北部バス(90分に1本程度)
津山駅 奥津温泉……約55分 / 上齋原……約65分

●大坂(池田IC) 中国自動車道 院庄IC……約2時間
●神戸(神戸三田IC) 中国自動車道 院庄IC……約2時間
●広島(広島北IC) 中国自動車道 院庄IC……約2時間20分
●名古屋(名古屋西JCT) 東名高速 院庄IC……約4時間
●香川(高松中央IC) 瀬戸内自動車道 院庄IC……約2時間
●米子(米子IC) 米子-中国自動車道 院庄IC……約1時間10分
●倉敷(倉敷IC) 山陽自動車道 院庄IC……約1時間10分

[備考]中国自動車道・院庄ICからR179を北向き・倉吉方面へ
鏡野町役場のある町南部まで約10分、奥津温泉まで約25分、恩原高原まで約50分。

人形峠駐車場 岡山県吉田郡鏡野町上齋原1537-8
赤和瀬駐車場 岡山県吉田郡鏡野町上齋原1763

お問い合わせ 岡山県鏡野町産業観光課 <https://www.kagaminoholiday/>
TEL:0868-54-2987 FAX:0868-54-3662

TAKASHIMIZU TRAIL

岡山県鏡野町

高清水トレイル トレッキングガイド



Spring **春**
Autumn **秋**

季節をあるく
かがみのの

岡山県北部に位置する「かがみの」は、温泉があつて、滝があつて、紅葉もあります。「うーん」と深呼吸をすれば、身体が柔らかい空気で満たされる、自然豊かな小さな里山です。



夏 Summer



冬 Winter

高清水トレイル 周辺ガイド

TAKASHIMIZU TRAIL TOURISM GUIDE



特産品
**妖精の森
ガラス**
国産の天然ウランガラスでつくる鏡野町オリジナルのガラス。光を当てると黄緑色の幻想的で美しい蛍光を放ちます。販売作品は一つひとつ手作りで制作しているため、手に取って確かめながらお気に入りを探してください。
【購入できる場所】
妖精の森ガラス美術館

お食事

やまぼうし
山法師 (国民宿舎 いつき)
TEL.0868-44-2331 鏡野町上齋原437-1
[営]11:00~14:00, 17:00~20:00
[休]木曜日
[おすすめ]山法師定食、鶏唐揚丼

うたたねの里 いっぷく亭
TEL.0868-44-2488 鏡野町上齋原1805-12
[営]9:00~16:00(4月中旬~11月末まで)
[休]冬期休業
[おすすめ]炭火焼きひらめ(あまご)の塩焼き、季節の食材の天ぷら、だんご汁

うまいもん工房 なごみ茶屋
TEL.0868-44-2939 鏡野町上齋原514-1
[営]4月~11月の金・土・日曜日及び祝日のみ
9:00~16:00
[おすすめ]カレーパン、コーヒー、子宝まんじゅう、地元の食材を使った惣菜、季節の野菜

お食事処 どんぐり
TEL.0868-44-2256 鏡野町上齋原516-4
[営]平日10:00~14:00
[休]土・日・祝日
[おすすめ]日替わりランチ

四季の里 お茶屋のラーメン店
TEL.0868-44-2629 鏡野町上齋原1165-7
[営]4月頃~11月中旬の土・日曜日・祝日 11:00~14:00
[休]月~金曜日、冬期
[おすすめ]鏡野町特産の甘いトマトを塩スープと合わせた鏡野ラーメン

宿泊 & 温泉

かみさいばら
**上齋原温泉
クアガーデンこのか**

TEL.0868-44-2281 FAX.0868-44-2281
鏡野町上齋原446-1
[営]10:00~21:00(4~11月)、11:00~20:00(12~3月)
[休]火曜日
[料]大人600円、小中300円、幼児以下無料

国民宿舎 いつき
TEL.0868-44-2331 FAX.0868-44-2831
鏡野町上齋原437-1

[営]IN 15:00 / OUT 10:00
[休]木曜日
[料]7,818円~(日帰入浴600円)
[他]源泉循環、収容人数126人

民宿 いしはら
TEL.0868-44-2732 FAX.0868-44-2732
鏡野町上齋原932

[営]IN 15:00 / OUT 10:00
[休]お問い合わせください
[料]6,300円~
[他]収容人数10人

さいの郷「樫」
TEL.090-7894-8746
鏡野町上齋原168

[営]IN 14:00 / OUT 12:00
[休]12~3月
[料]5,800円~
[他]古民家ゲストハウス、1組限定(2名~)

