



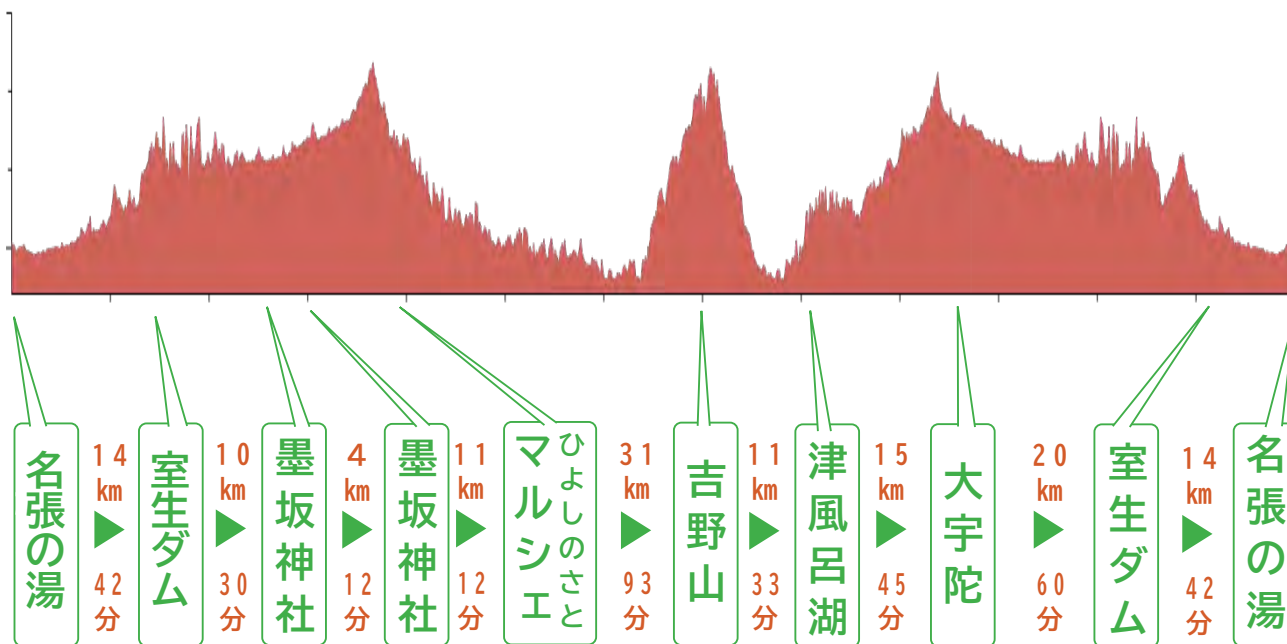
吉野・大宇陀 グルメライド

100 km超えのロングライドに挑戦。晩秋の吉野山・大宇陀を目指します。

癒しの里「名張の湯」を起点に、赤、黄、橙色に染まる秋の吉野山や室生ダムを満喫。吉野山では名物の葛餅や葛切りに舌鼓！薬の町・大宇陀では、薬草を使用した創作料理が人気のカフェを訪れます。



コース概略 (約 130km)



※時間は3分/km(平均時速20km)として表記しています。

休憩時間などは含みません。

コース詳細 1 (名張の湯→室生ダム)



消防署を過ぎれば右折。



坂を上り登りきるところに左折



ダムにトイレがあります。



展望台からの眺めも抜群です。

1. 名張の湯 → 室生ダム



スタートは癒しの里 名張の湯。夜明け前の午前6時過ぎにスタート



国道165号を西進。室生ダムへ向かいます。



国道を左折します。室生ダム方面へ



ここから坂を上っていきます。

コース詳細 2-1 (室生ダム→八咫鳥神社)



坂を上り切ると広い道をダウンヒル。平成榛原子供のもり公園が右手に見えます。



国道 369 号に合流しますので、右折します。



しばらく走って、墨坂神社方面の細い川沿いの道へと左折



墨坂神社の看板が見えてくるので、橋は渡らずに左折してください。



2. 室生ダム → 八咫鳥神社



ダム湖畔の道路は落ち葉や枝などが落ちているので、気を付けて走ります。



車も少なく、静かな森の中をゆったりと気持ちよく走れます。



ダムにかかる橋は渡らずに、直進します。



しばらくすると坂道に変わります。

コース詳細 2-2 (室生ダム→八咫鳥神社)



右手に「オークワ サンクシティ 榛原店」が見えてくると、信号を左折



県道 31 号を南下します。



右手に大きな鳥居が見えてきますので、右折して鳥居をくぐります。



鳥居の先に八咫鳥（やたがらす）神社があります。サイクルラック・トイレあり



墨坂神社の赤い鳥居をくぐります。



坂を駆け上がると墨坂神社があります。



墨坂神社は日本最古の健康の神を祀るとも言われる由緒深い神社です。



しばらく川沿いを走ります。

コース詳細3 (宇陀→東吉野)



走ってきた道を少し戻ります。



トンネルの手前を吉野方面へ左折します。



しばらく集落を走ります。



県道 16 号を南下します。



3. 宇陀→東吉野



国道 166 号へと合流。東吉野方面へ(左折)



ここで県道と分岐します。国道 166 号を直進(右へ)



10 kmほど山中を走ると短いトンネルがあります。



トンネルを抜けてすぐ右手にあるのが「ひよしのさとマルシェ」です。食堂やイートインスペースあり！

コース詳細 4-1 (東吉野→吉野山)



ビュースポットで少し足を休めてリフレッシュ!



国道 169 号を橿原・五條方面へ



この信号を右です



世界遺産「吉野・大峰」の看板が! 吉野山が近づいてきました。



4. 東吉野→吉野山



大きな川(高見川)添いに走り、すぐ右手にニホンオオカミ像があります。



東吉野村は日本オオカミ最後の棲息地として知られますが、それだけ自然豊かな地であると考えられます。



清流高見川沿いを走り抜けます。



三叉路を左へ。川沿いに進みます。

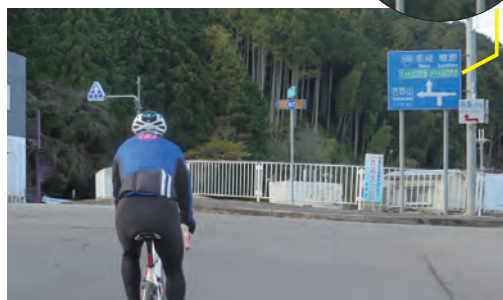
コース詳細4-2 (東吉野→吉野山)



吉野山を目指し、趣のある街道を走ります。



踏切を渡ります。



踏切を渡った先にある看板には「吉野山」は左折となっていますが…



今回は交通量が少ない道をチョイス。奈良・橿原方面へ進みます。



吉野川添いに吉野町のまちなみが形成されています。



吉野川にはたくさんの橋が架かっています。



どの橋を渡ってもいいですが、目印として分かりやすい白い橋(桜橋)を渡ります。



橋を渡って右折します。

コース詳細4-3 (東吉野→吉野山)



細い道を上っていきます。



突き当りを左折します。



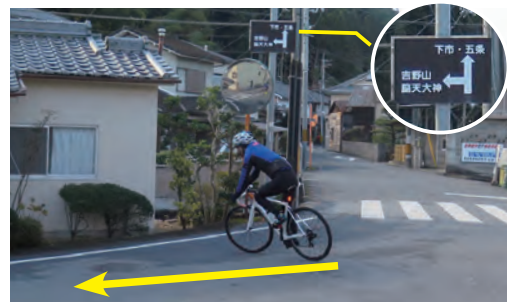
このまま細い林道を上っていきます。



林道に合流する新しい道が造られていたので、開通すればそちらのほうが走りやすいかもしれません。



少し走って、信号を左折します。「脳天大神」方面へ



その先、吉野山方面への小さな看板を見逃さずに左折します。



三叉路を左へ。細い道を進みます。



次の三叉路も左へ

コース詳細4-4 (東吉野→吉野山)



眺望が開け、景色が最高です。



道が細いので対向車に注意してください。



参道は人が多いので注意してください。



吉野神社前に到達。踏切を渡って左折するとここに出てきます。



国宝の金峯山寺仁王門は大改修中で、蔵王堂は防災施設整備工事中でした。



素晴らしい紅葉を見ながらだと坂を上るペダリングも軽くなるというものです。



蔵王堂のすぐ近く「お食事処 やっこ」で一休み。葛切り、葛もちなどを堪能！



シーズン中は、下千本駐車場より先は車乗り入れが禁止（自転車の通行は可）

コース詳細4-5 (東吉野→吉野山)



坂を上っていくと、左手トンネルがあるのでくぐります。



春は吉野山一面が桜で覆われると思うと、春にもまた訪れたいくなります。



左手に金峯山寺が見えてきます。



坂を下ると、近鉄吉野駅があります。



大宇陀を目指して金峯山寺を後にします。



近接の「葛屋 中井春風堂」では、葛の説明がされていました。ここで食べるなら、予約が必要だそうです。



門前町はお豆腐ソフトやケーキ、生くずもちなど、食べ歩きも楽しめそうです。



お店が途切れるところで右へ上っていきます。紅葉はまだまだ続きます。

コース詳細 5-1 (津風呂湖→大宇陀)



津風呂湖畔を走り抜け、突き当りを右折



直進していくと坂があります。



坂を上ると国道 370 号に合流します。



合流したら大宇陀へ向けて北上します。



5. 津風呂湖→大宇陀



国道 169 号を東へ引き返します。大宇陀方面 (県道 28 号) へは曲がらず直進!



少し走って、「津風呂」方面 (県道 256 号) へ左折します。



津風呂湖へ向けて坂を上っていきます。



津風呂湖へ到着。ワカサギ釣りなどが有名で、多くの釣り人で賑わっていました。

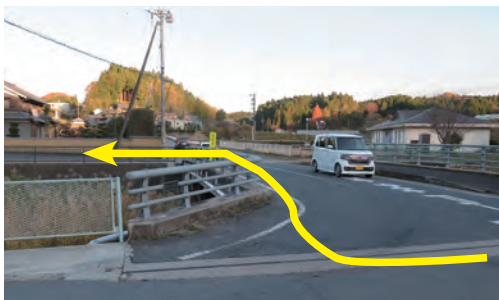
コース詳細5-2 (津風呂湖→大宇陀)



道の駅から信号を直進し、1つ目の信号を左折。宇陀松山へ



古いまちなみが今も残る宇陀松山重要伝統的建造物群保存地区に選定されています。



宇陀川の対岸には、サイクリングロードが整備されています。宇陀アニマルパークを過ぎたころ、県道215号にかかる橋を渡ってすぐに左折します。



宇陀川の右岸沿いを走ります。
※急いでいるときや道が走りにくいときなどは、県道198号を宇陀川添いに直進



大宇陀まで約10kmほど坂が続きます。だんだんと疲れが蓄積されていきます…。



国道を直進し、道の駅「宇陀路大宇陀 阿騎野宿」近辺の「ヒルトコ cafe」に到着。アクセス詳細はHPをご参照ください。



「大和トウキ」など身近な薬草や地元野菜を使ったランチやデザートが人気！休日は込み合いますので注意してください。



道の駅にも立ち寄ります。足湯も楽しめます。

コース詳細6（榛原→名張）



国道に出れば、往路を名張の湯まで引き返します。
お疲れさまでした。

春もおすすめのコースです



宇陀の又兵衛桜、サイクリングロード、そして吉野山など桜の名所も目白押しなコースで、春のライドも感動的です。

また、もう少しゆったりと回りたいのであれば、宇陀松山の「大宇陀温泉「あきのゆ」」を起点に、宇陀松山、サイクリングロードを北上し、墨坂神社から東吉野へ南下。吉野山をめぐる大宇陀に帰ってくるライド（走行距離約70km）もおススメです。

6. 榛原→名張



サイクリングロードはオークワ榛原店まで続きます。その先は、往路の墨坂神社を通過して室生ダムへ折り返します。



室生ダムから下ると、交通量の多い国道へは向かわずに、直進します。



この先の線路をくぐり、突き当りを右へ



三本松の集落を抜けて国道165号を左折します（道順詳細は香落溪・室生寺・赤目四十八滝 紅葉ライド編参照）。