

鯖ポイント

鯖街道といは鯖！
「鯖寿司」や「鯖そば」、「干物」や「へしこ」等、
ルートには、おいしい鯖関連商品がいっぱい。
食事やおみやげに是非お立ち寄りください。

- A 道の駅 ウッディー京北**
名産「鯖そば」が食べたい鯖を美山町とちぎりに下町に届けました。お蕎麦と特色パズルです。
京都市右京区北山北町上町田 1-1
TEL. 075-852-1700
営業時間：9:00～18:00
- B 京熊鷹**
鯖魚だけでなく養鶏産卵や新鮮なちまも食品、
食事をしながらの間に登山やレックが楽しめる
施設が広がります。
京都市右京区北山北町町田 15-2
TEL. 075-854-0030
営業時間：11:00～15:00、
17:00～20:00(休業日)
- C 京北すえひろ**
住出し専門店のあてで購入の際は予約が必要。
鯖寿司は道の駅「ウッディー京北」で予約
なしで購入。
京都市右京区北山北町町田上ノ下 16
TEL. 075-854-0113
営業時間：10:00～18:00(不定期)
休業日：無休(雨天時)
- D 道の駅 美山ふれあい広場**
地域で作られたへしこ等を販売しています。
(期間限定)
美山町美山町駅前下 23-1
TEL. 0771-75-0190
営業時間：9:00～17:00
(水・毎月第2日)
- E 自然文化村 河鹿荘**
季節限定で鯖そばを堪能できます。
(HP、電話でご確認ください)
京都市南丹市美山町町田下町 56
TEL. 0771-77-0014
営業時間：朝11:30～L.O.14:00
夜17:00～L.O.19:30(不定期)
- F たなせん**
鯖のなれ寿司、鯖寿司、へしこが購入できます。
(季節の限定販売です)
京都市南丹市美山町町田新築駅前 1
TEL. 0771-76-0016
営業時間：9:00～18:00 (不定期)
- G そば処 よってっ亭**
じねんひよを盛りこんだお蕎麦に若狭湾の鯖を
トッピング！
福井県大飯郡おおい町名田新築駅前
108-1
TEL. 0770-67-3788
営業時間：10:00～15:00
(土日祝は16:00まで) (不定期)
- H 門野亭**
シャトーのお蕎麦が強く、次々食べられる自慢
の蕎麦屋です。
福井県大飯郡おおい町名田新築駅前
31-4-1
TEL. 0770-67-3007
(不定期) 夏季休業
- I レストラン源治**
大らかな笑顔が自慢の
「だんなし食堂」が人気！
福井県大飯郡高浜町高浜 63-24-1
TEL. 0770-72-2522
営業時間：11:00～21:00 (不定期)
- J UMIKARA**
鯖の一番美味しいへしこの加工食品に食卓では、
鯖刺身食を召し上げていただきます。
福井県大飯郡高浜町 場土5-1
TEL. 0770-72-3528
営業時間：9:00～19:30(夏季20:00) (1月1日休業)

スマホでGoogmap

お手持ちのスマホで、このサイクリングルートのコースマップを
確認していただけます。
上のQRコードをスマホのカメラで読み込んでください。
※安全のため、走行時にはスマホを使用しないようにしてください。

- 16 UMIKARA**
漁港と隣接した立地条件を存分に生かし、
毎日、水揚げされた新鮮な魚介を
提供します。魚介を使ったお蕎麦、加工
食品、食事などもバラエティ豊かにお
取り扱いしています。
福井県大飯郡高浜町 場土5-1
TEL. 0770-72-3528
営業時間：9:00～19:30(夏季20:00) (1月1日休業)
- 15 城山公園**
戦国時代に高見鼻跡により築城された
高城の跡地である城山公園には、高
浜町の名産「鯖寿司」や広い芝生広場
があり、公園内には遊歩道が整備され
ています。
福井県大飯郡高浜町 場土5-1
TEL. 0770-72-0338
- 14 まちの駅ぶらっとHome高浜**
JR 若狭高浜駅に併設した、観光情報
発信拠点です。観光情報はもちろん、
サイクリングの拠点としてもバッチリ
です。高浜新鮮野菜の直売所も併設
しています。
福井県大飯郡高浜町 場土7-1-8
TEL. 0770-72-1140
営業時間：9:00～21:00 (水・第3水・年末年始休業)
- 12 暮らしの複合施設 hibi**
古民家を改装、リノベーションした「暮
らしの複合施設」として令和4年1月
にオープンしました。
町内産の果物や野菜を使った自家製パ
イやコーヒーでひと休みにどうぞ。
福井県大飯郡おおい町石山 15-1-1
TEL. 0770-59-1178
営業時間：11:00～19:00 (休業日)
- 9 中風寺**
日本で唯一の中風祭りの祈願を宣布し
ています。中風祭りの御祈符、健康祈
願のお参りが可能です。今後のサイク
リングを健康に行えるようにお参りに
立ち寄ってみてはいかがでしょうか。
京都市南丹市美山町美山 16
TEL. 0771-76-0013
- 8 ムラの駅 たなせん**
主に蕎麦が売地帯の日常生活に密着した
お店です。四季それぞれ、旬の味どり
野菜がおすすめです。夏から秋にかけて
は、大人気の地元ぶどうが店頭で並
びます。
京都市南丹市美山町町田新築駅前 1
0771-76-0018
営業時間：9:00～18:00 (不定期)
- 7 大野ダム**
ダム周辺に1,000本の桜と500本の
紅葉が植えられており、桜と紅葉の
名所として知られています。
さくら祭りともみじ祭りが行われ、多
くの人で賑わいます。
京都市南丹市美山町柳原中野山 41-2
TEL. 0771-75-0143
- 3 あうる京北**
美山のみどりに囲まれた豊かな環境の
中にある研修、宿泊、食事ができる複
合研修施設です。北摂方面の観光や
レジャーの拠点としてもご利用いた
だけます。
京都市右京区北山北町町田 2
075-854-0216
(不定期)
- 1 道の駅 ウッディー京北**
地元産のみずみずしく新鮮な野菜、お米、
味噌、シビエ肉などが販売されています。
また、鯖寿司をはじめ、京北の名産
「納豆もち」やご当地ソフトクリーム
も人気です。
京都市右京区北山北町町田 1-1
TEL. 075-852-1700
営業時間：販売 9:00～18:00 観覧 10:30～16:30

オプションコース

- 若狭湾を楽しむ**
JR 高浜駅から少し足を伸ばせば、そこは
紺碧の海が広がるサイクリングコースで
す。白い砂浜が長く海岸がいくつもあり、
気持ちよく自転車を走らせることができ
ます。
- きのこの森**
おおい町の特産品「きのこ」のテーマ
パーク。全長460mの滑り台や陶芸
体験施設、チームラボの映像体験施設、
きのこの博物館もあります。
- かやぶきの里**
集落内50軒のうち8軒がかやぶ
き屋根の民家の国の重要伝統的建造物
群保存地区に指定されています。
集落内には民俗資料館があり、かやぶ
き民家の内部を見学できます。
民謡やカフェで昔ながらの風情を楽し
めます。
- 道の駅 美山ふれあい広場**
道の駅では美山町の食材とスイーツが
購入出来ます。
ソフトクリームやジェラートも販売さ
れており、サイクリングで火照った身
を冷やしていただけます。
- 常照皇寺**
1362年、光厳法皇が開いた吉刹。国
の天然記念物である「九層塔」や御所
から移された「左近の板」、一重と
八重が一枚に嵌る「御返し板」
でも知られる。
- 常照皇寺を巡る**
皇室ゆかりの寺として知られる常照皇寺
では、春には桜、秋には紅葉が楽しめます。
そこから峠を越え162号線に降り、少し
走りこたえのある寄り道コースです。
- 中風寺を巡る**
ムラの駅タナセンから西に入り、いくつ
かの水車小屋を見ながらペダルを漕いで
いくと、日本では唯一の中風祭りを祈願す
る中風寺と呼ばれる真言宗成願寺に出会
えます。
- 虹の湖を巡る**
由良川沿いに下流へ走ると、湖原からの
霞かな水をたたく虹の湖(大野ダム湖)
に出会えます。そこでは春には千本桜、
秋には紅葉を楽しむイベントが開催され
ます。
- かやぶきの里から芦生の原生林へ**
かやぶきの里を越えて、さらに由良川
の支流に向かうと、交通量の少ない田舎
谷を走る道が伸びます。その終着地点が
千手かやぶきの里が広がる芦生原生林
です。

西の鯖街道 サイクリングマップ

NISHI-NO-SABAKAIDO CYCLING MAP

発行元：西の鯖街道協議会

西の鯖街道とは

鯖街道とは、若狭の国から京都を結ぶ街道の総称であり、現在のように流通が発達していない時代に主に魚介類を京都へ運搬するための街道でした。最も運ぶ割合が高かったのが鯖であったことから「鯖街道」と言われています。かつては、福井県若狭地方と京都を結ぶ最短の文化・経済のルートであり、若狭湾で水揚げされた海産物が人の背に担われ京の町へ運ばれました。また、京の文化がこの街道の各地にもたらされた街道でもあり、今でも鯖街道沿いには、その当時の名残が残っており、かつての時代の息吹を感じることができます。



西の鯖街道は、数ある鯖街道の中でも、一番西側の街道であり、福井県高浜町を起点としており、標高800mの丹波高地を挟み、福井県高浜町、おおい町、南丹市美山町、京都市右京区京北、そして京都御所を結ぶ約90kmの街道です。

街道沿いは、豊かな自然に囲まれた街道であり、新緑・紅葉、きれいな川、青くきれいな海を間近に感じることができます。

四季を通じて多くの方の往来があり、道路事情が発達した現代においても、京都と若狭を結ぶ主要なルートの一つです。

マップの楽しみ方

京都市京北、福井県高浜町を結ぶ、全長約65kmのサイクリングルートです。京北からおおい町は、山沿いのルートで四季折々の豊かな山の風景を楽しめます。高浜町に入ると海が一望でき潮の香りを感じることができます。

メインコースは、高低差もあり、一見初心者にはきついコースかもしれませんが、オプションコースや幹回コースもあるので、だれでも気軽にサイクリングを楽しめます。

- メインコース.....本サイクリングコースのメインコースです。
- オプションコース...本コース以外の見どころが楽しめるコースです。
- 幹回コース.....大きな峠を迂回したい方のためのコースです。

- サイクルステーション協力店舗**
自転車の点検入れや簡単な工具の貸し出し、パンクの修理などを販売する店舗です。
- 鯖ポイント(要予約)**
西の鯖街道の名産品「鯖寿司」をはじめ、鯖料理を楽しむことのできる店舗です。
- 食事可能**
- 駐車場**
- トイレ**

お願い 必ず交通ルールを厳守し
マナーを守って安全に走行してください。

本サイクリングマップは近畿建設協会「地域づくり 街づくり支援事業」を受けて作成しています。



美しい海岸線と豊かな海産物が自慢の町



高浜町は、京都府舞鶴市と接した福井県の西の玄関口です。海と山の豊かな自然が自慢の海辺のまちです。高浜町の自慢は、なんといっても、全長8kmにも及ぶきれいな砂浜です。また、高浜町のランドマーク「青葉山」は若狭富士ともいわれ、夕日が沈む景色は、日本の夕日100選にも選ばれています。もちろん、海辺のまちなかで、豊かな海産物も自慢です。

高浜町のサイクリングコースは、海岸線と潮風を感じるコース、漁師街の中で田舎を満喫できるコース等多様なコースがあります。



同合せ先 一般社団法人若狭高浜観光協会
TEL. 0770-72-0338 8:30～17:15 (年末年始定休)

安倍晴明ゆかり海山の幸があふれるの町



おおい町は、町域の90%を占める山林と、若狭湾国定公園に面し、美しいリアス式の眺望が得られる海を中心に、豊かな自然に囲まれた町です。この自然はきのこや梅、じねんじょを特産物としてもたらしてくれます。

毎年夏には「若狭おおいのスーパー大火勢」、「うみんぴあフェスタ」の二大イベントが盛大に開催され、多くの観光客で賑わいます。さらに、「SEE SEA PARK」や「暮らしの複合施設 hibli」といった複合の商業施設が令和4年度オープンし、今まさに成長期の真っただ中にある町です。



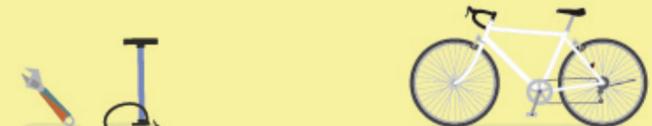
同合せ先 おおい町役場 商工観光課
TEL. 0770-77-4056 8:30～17:15 (土日祝・年末年始定休)

CYCLE STATION サイクルステーション 協力店舗



サイクリストには嬉しい、バイクハンガーや簡易工具を置いている協力店舗です。(基本的に工具の貸出しのみ。修理・メンテナンスはご自身で行ってください。修理キットなど一部、有料のものもございます。) ※事前に電話連絡してください。

<p>1 京蕪庵 餅専用だけでなく蕎麦料理や秋豆もちも絶品。食事をしながらの日に山山やレングが映る田園風景が広がります。 京都市右京区京北下中町田15-2 TEL.075-854-0030 営業時間: 11:00～15:00, 17:00～20:00 (月夜・火定休)</p>	<p>2 CYCLE SEEDS 自転車の聖地美山町にあるサイクリストと地域をつなぐ交流施設。サイクリングイベントや子ども自転車教室ウィーラスクールの拠点。 京都府南丹市美山町和泉小橋ノ本16-1 TEL.090-5248-0055 営業時間: 不定 (電話でご連絡ください)</p>
<p>3 大野屋 美山の西の玄関口。地元のお野菜を始め、食料品、日用品が揃います。地元的女性たちが作るお弁当やお惣菜が人気！ 京都府南丹市美山町大野屋1-2 TEL.0771-75-0159 営業時間: 9:00～18:00 (水・年末年始定休)</p>	<p>4 美山おもしろ農具倶楽部 農具の手造りハム・ソーセージが人気の居心地の良いお店。店内で食事できる他、ハム・ソーセージ、その他豊富な食材の購入も可能。 京都府南丹市美山町内久保地ノ谷33-1 TEL.0771-77-0884 営業時間: 10:00～夕方 (火定休)</p>
<p>5 料理旅館 枕川楼 美山の大自然の恵みを使ったお料理の数々が人気。お食事のみのご利用も可能。サイクリストへの理解も深いお宿です。 京都府南丹市美山町中上町26番地 TEL.0770-67-0003 営業時間: 11:30～14:30, 17:00～21:00 (不定休)</p>	<p>6 道の駅名田庄 京都府とのほぼ県境に位置するドライバー一助用達のこの道の駅には地元特産品コーナーの他、そば処や磨の文化施設があります。 福井県大飯郡おおい町名田庄納出109-4-1 TEL.0770-67-2255 営業時間: 9:00～18:00 (3月～11月), 9:00～17:00 (12月～2月)</p>
<p>7 まちの駅 ぶらっとHome 高浜 JR若狭高浜駅に併設した、観光情報発信拠点です。高浜産新鮮野菜の直売所も併設しています。 福井県大飯郡高浜町納出7-1-8 TEL.0770-72-1140 営業時間: 9:00～21:00 (火・第3水曜・年末年始定休)</p>	<p>8 UMIKARA 魚介を使ったお惣菜、加工品、食事などもバラエティ豊かに取り扱っています。サイクルラック完備。是非立ち寄りください！ 福井県大飯郡高浜町 富士5-1 TEL.0770-72-352 営業時間: 9:00～20:00</p>
<p>9 JR若狭和田駅 若狭和田ビーチ最寄りのJR駅です。工具類も揃っています。お気軽に立ち寄りください。 福井県大飯郡高浜町和田2-9-7 TEL.0770-72-0101 営業時間: 9:00～18:30</p>	



西の鯖街道 4つのエリア紹介

自然と清流、歴史薫る情景が残る町



市街地から車で約1時間。緑あふれる山々に囲まれ、桂川源流の清らかな水を育む「右京区京北」は、平安遷都の頃より木材や食材を朝廷に献上してきたことから、都(みやこ)とのかかわりが深く、桜の名刹「常照皇寺」や明智光秀ゆかりの「周山城址」など由緒ある神社仏閣や優れた史跡を残すほか、幕末まで献上されていた上桂川の鮭や、清涼な空気と水が育てた京北産米、そしてファン急増中の新鮮野菜など、四季折々の自然の恵みもいっぱい。最近では郷土料理「納豆もち」のほか、職人こだわりの「鯖ずし」も「西の鯖街道」の経由地「京北」の名物となっています。



同合せ先 京都市右京区役所京北出張所
TEL. 075-852-1811 8:30～17:15 (土日祝・年末年始定休)

日本の原風景が残る町



南丹市は、園部町・日吉町・八木町・美山町の4町で構成されています。面積は京都府で2番目の大きさを誇り、約88%が森林の自然豊かな場所です。サイクリングコースに設定されている美山町は、自然あふれる場所であり、長い歴史を誇る京都美山サイクルロードレースや、京都美山サイクルグリーンツアーなどの大きなサイクリングイベントもあり、四季折々の景色を楽しめる人気のサイクリングエリアです。特に観光スポットでもあるかやぶきの里には約50軒の民家があり、8割がかやぶき民家として現存しています。古民家カフェもあり、サイクリングでの休憩にもおススメです。



同合せ先 南丹市役所農林商工部観光交流室
TEL. 0771-68-0050 8:30～17:15 (土日祝・年末年始定休)

シェア・ザ・ロード 一道路はみんなで使うもの。

西の鯖街道を楽しくサイクリングロードを安全にサイクリングしていただくために、いくつかの安全対策を提案します。

サイクリングを楽しむために、周囲への早めの気遣いを忘れずに。

まず、安全走行の基本は「交通ルールの遵守」。

- 左側通行を守りましょう
- 一列走行を守りましょう
- 一旦停止などの交通標識を守りましょう
- そして
- トンネル内では明るいライトを用意しましょう

次に、早めの気遣い。近年、サイクリストには、他の交通へ気遣う精神はかなり浸透していますが、適切に配慮されているでしょうか。実は他の交通にとって自転車を追い抜きやすい状況や、追い抜くにくい状況など、場所や状況によって様々です。追い抜いても追い抜いても、次々に進退する自転車に対してドライバーの方々が「またか…」と思ってしまうこともあるでしょう。この状況がもしもたらドライバーをいたづらにイライラさせているとすれば、それがきっかけとなり事故につながる可能性もゼロではありません。そんなリスクを少しでも減らすためにサイクリスト側から周囲のイライラを軽減するアプローチが必要ではないかと考えます。

上手に抜かされよう！
抜かれる際はスピードを落として
速やかに追い抜きが終わるようにしよう

後継車が来た場合、速やかに追い抜かれるようにスピードを落としましょう。抜かれる際に「安全に追い抜きありがとう」という感謝の意を込めてハンドサインなどで挨拶をするなどのコミュニケーションを積極的にとりましょう。早めに気づいて、左により、速度を落とすと合図をし、速やかに抜かされてあげましょう。



「安全に抜いてくれてありがとう」の挨拶も忘れずに！

トンネル走行時は、明るいライトの準備を！

コースには長さ短くてもトンネルが複数あります。トンネル内を安全に走行するために、できるだけ明るい前方用、後照用のライトは必須です。特にフロントライトは白色で点灯させ、テールライトは赤色で可燃物から点滅させられるようにしてください。これ以外に、できるだけ明るいサイクリングウェアの着用や、反射素材を使った装備があれば、トンネルだけでなく、日が眩る時間帯の安全にも役立ちます。

<p>周りに迷惑な走り方</p> <p>▲ 道路に横並びに走るのは、交通ルールに違反し、他の交通にも非常に迷惑な行為ですので、絶対にお止めください。 ▶ グループで走る場合は、かならず道路の左側一列に走ってください。</p>	<p>正しい縦列走行</p>
---	-----------------------

車が追い抜きやすい人数で走ろう

グループで走る場合、5名以上が一気に列を作ると、その車列の長さは20m以上になります。そうすると後続から来た車が車列を追い抜くのに時間がかかってしまい、万が一対向車が来た場合大変危険です。改善策としては、少人数(最大5人)でひとかたまりのグループにして、それぞれのグループ間に車が一台入れるスペースを作るといったのが良いでしょう。



5台以上が連なると、20m近くの長さになり、3~4台程度に車一台のスペースを空ける自転車の追い抜きが困難に