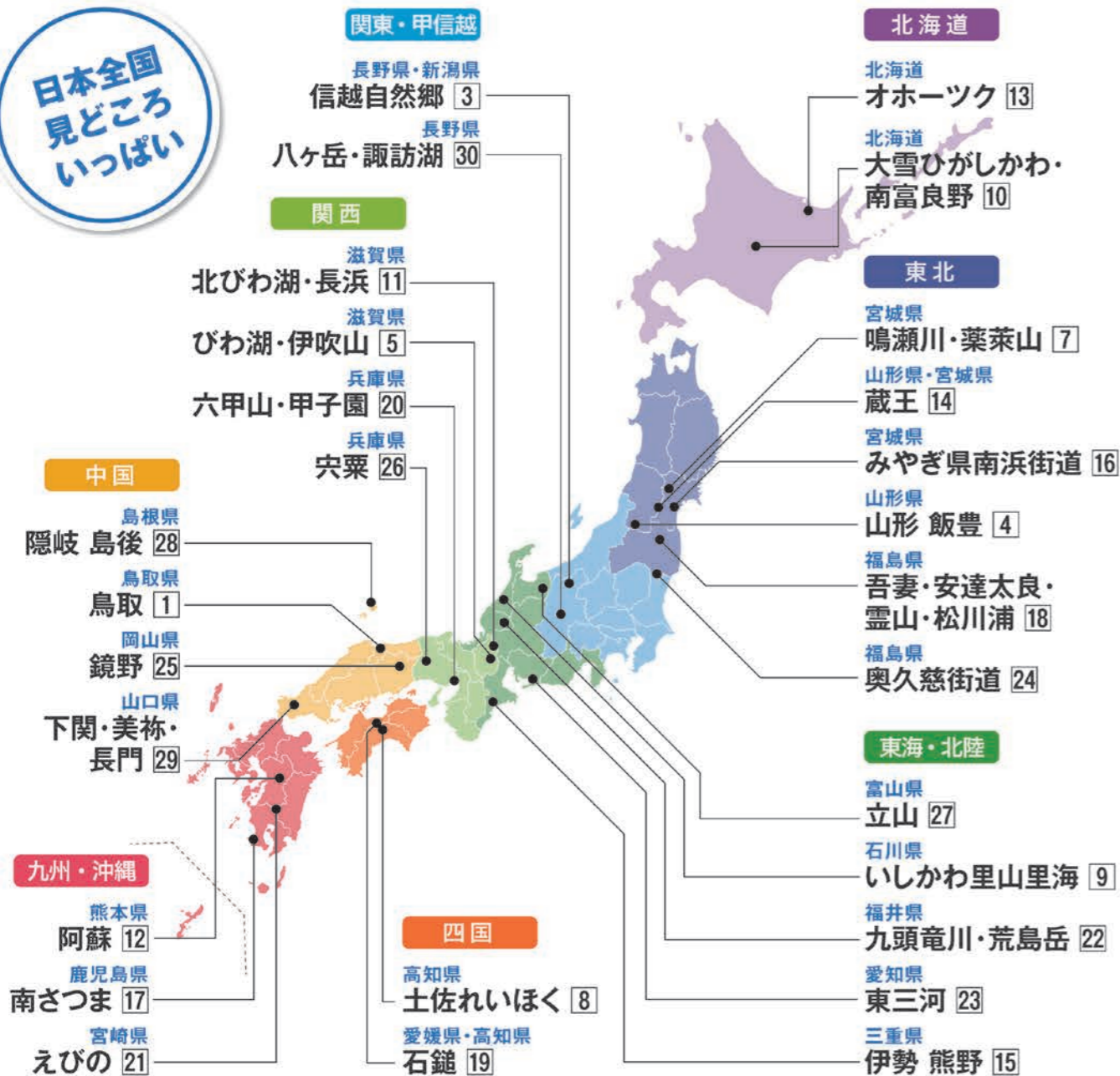




# ジャパンエコトラック 全国MAP



ナビゲーション機能搭載の公式アプリとウェブサイトで詳しくご案内



アプリ  
ルート検索や、ナビゲーションなどの機能を搭載。マップ上でルート、施設情報、見どころ、現在地が確認できます。マップをあらかじめダウンロードしておくことで、オフラインでもナビゲーション機能が使用可能。活動距離や獲得標高も計測でき、マイページに活動データを記録することもできます。



ウェブサイト  
エリア・ルート・施設情報を詳しく掲載。公式ルートマップのダウンロードも可能です。

公式ウェブサイト

ジャパンエコトラック 検索

<https://www.japanecotrack.net/>



※本ルートマップに掲載の内容は予告なく変更される場合がございます。  
発行：愛知県東三河広域観光協議会 ☎0532-21-8511 2023年2月発行

ジャパンエコトラック  
協賛企業

mont-bell

AIG

AIG 損保

SUNTORY

JAPAN AIRLINES



#1907023 23/02

愛知県

## 東三河

HIGASHI MIKAWA

実り豊かな「ほの国」への旅  
心も体も潤す豊穡の大地と海

23

トレッキング 4ルート | サイクリング 6ルート | バドルスーツ 1フィールド

豊川から伊良湖岬へ。東三河の繋がりを体感  
東三河サイクリングルート

清流や田園の風景を楽しむ  
豊川上流・つくでサイクリングルート

修験の道の歴史を歩く  
鳳来寺山登山ルート

他、全10ルート、1フィールド



JAPAN ECO TRACK





桜淵公園



萬の淵



旧田口線 河津桜



太平洋ロングビーチ



五平餅



鳳来寺仁王門



手筒花火



豊川稲荷霊狐塚

# 実り豊かな「ほの国」への旅 心も体も潤す豊穡の大地と海

かつて穂国と呼ばれていた東三河では、奥三河の山々の恵みが、豊川によって、その流域や豊橋平野、三河湾を潤してきました。四季が織りなす自然、豊かな山河と海の恵み、豊川の繋がりの中で人々が営み、築かれてきた歴史、伝統、食文化、そして訪れる人を温かく迎えるおもてなしの心は、今も大切に受け継がれています。旅人をほっとさせる「ほの国」へ足を運び、その魅力を存分に体感してみてください。



茶臼山高原



遠州灘 伊良湖 恋路ヶ浜



三河湾 竹島



豊川

## 茶臼山高原

愛知県で最も標高が高い茶臼山(1415m)のすそ野に広がる高原。春は芝桜と新緑、夏はキャンプ、秋は紅葉、冬はスキー、グリーンシーズンを通してのハイキングやマウンテンバイクなど、四季を通して楽しめます。

## 遠州灘

静岡県の御前崎から、愛知県の東三河エリア南端の伊良湖岬まで約110kmに及び長大な海岸が続き、サーフィンなどのマリンスポーツが盛んです。太平洋ロングビーチ、日中の石門や恋路ヶ浜などの観光スポットがあります。

## 三河湾

渥美半島と知多半島に囲まれ、穏やかな水面が広がり、ヨットなどのマリンスポーツのメッカになっています。豊川が運んだ恵みにより豊かな漁場となっており、多種多様な魚介類の宝庫で、特産の大あさりも旅人に人気です。

## 豊川

設楽町の段戸山に源を発し、長篠城址付近で宇連川と合流して豊橋平野に流れ、山の恵みを豊橋平野、三河湾へと運んでいます。宇連川、豊川の流域の繋がりが東三河を一体としてきた「ほの国」のマザーリバーです。

## 歴史の足跡を辿る



東海道赤坂宿 大橋屋



設楽原決戦場



田峯城



三川宿本陣 旅籠屋「清明屋」

開山から1300余年の歴史を持つ鳳来寺、戦国の盛衰を分けた長篠・設楽原の戦いの舞台、東海道二川宿や御油のまつ並木など、数々の歴史を感じるスポットが点在します。

## 季節の彩りを感じる



形原温泉 あじさいの里



鳳来寺山の紅葉



佐奈川堤の桜と菜の花



段戸真谷原生林きららの森

渥美半島の菜の花、茶臼山高原の芝桜、桜淵公園の桜、奥三河の新緑、鳳来寺山の紅葉など、季節によって各地で鮮やかに彩られる自然を楽しめます。

## 東三河エリアで楽しめるアクティビティ!

### サイクリング



山間の山なみや溪流の流れ、どこまでも広がる海岸と青い空、山から海までさまざまな東三河の自然を巡るルートを楽しめます。

### トレッキング



悠久の歴史を感じる参道や石畳、豊橋平野の先に広がる三河湾や遠州灘の長大な眺望など多彩な楽しみがあります。

### パドルスポーツ



東三河のマザーリバー豊川では、美しい峡谷美の中、澄んだ水面の上で、カヤックやSUPをゆったり楽しめるフィールドがあります。



# 実り豊かな「ほの国」への旅 心も体も潤す豊穡の大地と海

東三河を繋ぐ豊川上流部から伊良湖岬を目指すルートを中心に、涼やかな高原や渓谷美、受け継いできた歴史、海の恵みを感じるサイクリング。奥三河の山なみ、豊橋平野や遠州灘の眺望、季節の草花、山岳信仰の歴史を感じる登山。透き通った水面を楽しむカヤックやSUPなど、さまざまなテーマで東三河を体感できます。



| 🚲 サイクリングルート           |       |  |             |             |
|-----------------------|-------|--|-------------|-------------|
| 東三河サイクリングルート          | 23-01 |  | 距離 108.5 Km | P.6 ~ P.7   |
| 奥三河サイクリングルート          | 23-02 |  | 距離 64.9 Km  | P.8 ~ P.9   |
| 豊川上流・つくでサイクリングルート     | 23-03 |  | 距離 69.6 Km  | P.10 ~ P.11 |
| 豊川歴史探訪サイクリングルート       | 23-04 |  | 距離 38.8 Km  | P.12 ~ P.13 |
| 蒲郡・三河湾スカイラインサイクリングルート | 23-05 |  | 距離 55.9 Km  | P.14 ~ P.15 |
| 渥美半島サイクリングルート         | 23-06 |  | 距離 101.4 Km | P.16 ~ P.17 |

| 🧑‍🌾 トレッキングルート |       |  |            |      |
|---------------|-------|--|------------|------|
| 宇連山登山ルート      | 23-07 |  | 距離 11.2 Km | P.18 |
| 鳳来寺山登山ルート     | 23-08 |  | 距離 9.6 Km  | P.19 |
| 本宮山登山ルート      | 23-09 |  | 距離 9.9 Km  | P.20 |
| 葦毛湿原・神石山登山ルート | 23-10 |  | 距離 7.7 Km  | P.21 |

| 🚣 パドリングフィールド |       |  |   |      |
|--------------|-------|--|---|------|
| 豊川パドリングフィールド | 23-OP |  | - | P.22 |

## ACCESS

### ✈ 飛行機

東京 成田国際空港 → 中部国際空港 ..... 約1時間15分

### 🚆 鉄道

中部国際空港駅 → 豊橋駅 ..... 約1時間20分  
 名古屋駅(新幹線) → 豊橋駅 ..... 約20分  
 東京駅 → 豊橋駅 ..... 約1時間25分  
 新大阪駅 → 豊橋駅 ..... 約1時間20分

### 🚢 フェリー

三重 鳥羽港 → 伊良湖港 ..... 約55分

### 🚗 自動車

中部国際空港 → 豊川IC ..... 約1時間10分  
 伊良湖港 → 豊川IC ..... 約1時間40分  
 名古屋 → 豊川IC ..... 約35分  
 東京 → 豊川IC ..... 約3時間10分  
 大阪 → 豊川IC ..... 約3時間  
 名古屋 → 新城IC ..... 約45分  
 東京 → 新城IC ..... 約2時間50分



インフォメーション  
 愛知県東三河広域観光協議会  
 TEL.0532-21-8511





# 東三河サイクリングルート

23-01



東三河地域を潤す豊川に沿って、豊橋平野に至ったのち、遠州灘の海岸風景を楽しみながら伊良湖岬を目指すルートです。山から海までの移り行く風景とそれぞれの恵み、自然の繋がりを体感しましょう。



## START

### 1 東栄駅

奥三河地域に伝わる国指定重要無形民俗文化財「花祭」で使用される鬼の面をモチーフにした駅舎が特徴的。駅構内にはカフェ、観光パンフレットスペースが併設されており、サイクリングの拠点としても活用できます。



↓ 12.4km | 50分

### 2 奥三河蒸留所

地元の檜や杉から抽出されたエッセンシャルオイルを使ったアロマ商品や蒸留体験、奥三河の食材を使ったカフェメニューなど楽しさいっぱいの施設です。



↓ 1.9km | 10分

### 3 馬背岩

豊川の支流、宇連川にある幅5m、長さ122mにわたる安山岩の岩脈。河床を作っている凝灰角礫岩より緻密で硬いため、川の中央部に馬の背状に盛り上がり残りました。全貌を湯谷温泉の吊り橋から見る事ができます。



↓ 2.6km | 10分

### 4 大野宿

登録有形文化財である旧大野銀行で営むカフェ風来館や明治、大正、昭和の古い建物が今も残るノスタルジックな街なみを楽しむことができます。



↑ 11.4km | 45分

## FINISH

### 8 伊良湖港

鳥羽、篠島、日間賀島、神島への旅客航路が就航しており、観光拠点となっています。フェリーに自転車を載せて、三重県鳥羽市に渡ることもできます。



↑ 1.7km | 15分

### 7 恋路ヶ浜

プロポーズにふさわしい場所として伊良湖岬灯台とともに「恋人の聖地」に指定されています。鳥羽灯台の「椰子の実」の舞台としても有名です。



↑ 48.2km | 4時間

### 6 道の駅とよはし

さまざまなグルメが楽しめる人気の道の駅です。広大な駐車場、更衣スペース、ロッカー、組立スペースがあり、渚美半島のサイクリングの拠点となっています。E-バイクのレンタルも可能です。



↑ 30.3km | 2時間30分

### 5 桜淵公園

深谷美を兼ね備えた桜の景勝地。江戸初期に新城城主が豊川沿いに桜を植えさせたのが始まりと言われています。春の桜、夏の緑、秋の紅葉は素晴らしい。年間を通して自然を楽しめます。



## 日没の石門

太平洋の荒波により、永い年月をかけて中央が洞穴となりました。沖の石門、岸の石門の2つがあり、自然が作り出した雄大な景観が楽しめます。



至 鳥羽港

伊勢熊野輪道 15-02 に繋がります。

## FINISH

東三河サイクリングルート 23-01

### 8 伊良湖港

### 7 恋路ヶ浜

### 伊良湖 菜の花ガーデン



レンタル E-BIKE(クロスバイク) 道の駅とよはし ☎0532-21-3500



### START

#### 東三河サイクリングルート 23-01

### 1 東栄駅

### 風来岬

豊川の支流、宇連川の景勝地。凝灰角礫岩、流紋岩がちな川底が板を敷いたように見えるため、板敷川とも呼ばれます。

### 輸用を活用したプランニング

豊橋駅からルートの起点JR飯田線・東栄駅まで輸用するとプランニングの幅が広がります。ルート終点の伊良湖岬からは、輸用袋での乗車可能な豊鉄バスで豊橋駅まで移動が可能です。

**豊鉄バス**  
伊良湖岬～豊橋駅…約2時間20分(直通ではなく、豊鉄バス渚美営業所(田原市保美)もしくは豊橋鉄道渚美線・三河田原駅で乗換)  
伊良湖岬～三河田原駅…約55分

**豊橋鉄道渚美線**  
サイクルトレインなので、輸用袋に入れず、そのまま自転車を乗せることができます。  
土休日:始発～終電の全列車  
平日:各駅10:00発～14:59発まで全列車

### 太平洋岸自転車道

千葉県銚子市から神奈川県、静岡県、愛知県、三重県、和歌山県の各太平洋岸を走る延長約1400kmの自転車道構想。沿線は、富士山をはじめ、日本を代表する観光地・景勝地が多数あります。

### 太平洋ロングビーチ

道路沿いには椰子の木が並び、日本にいなからあつとしたウエストコーストの雰囲気。週末には県外から多くのサーファーが訪れます。



# 奥三河サイクリングルート

23-02

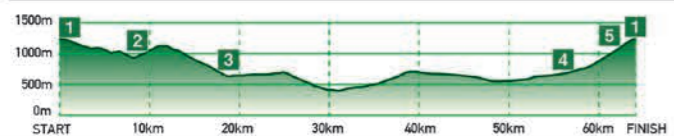


茶臼山高原を起点に奥三河の山なみや川沿い、山間の集落の風景を楽しめる健脚向きの山岳ルートです。3つの道の駅で活力を補充でき、交通量と信号が少ない快適な道を楽しめるルートです。

快走ロード 清流 ヒルクライム

体カレベル：3

距離 **64.9km** | 最大標高差 **829m** | 獲得標高 **1439m** | 走行時間 **5時間40分**



## START

### 1 茶臼山高原

春は芝桜と新緑、夏はキャンプ、秋は紅葉、冬はスキー、グリーンシーズンを通してのハイキングやマウンテンバイクなど、四季を通して楽しめます。(春の芝桜まつり期間中は駐車場は有料です。)

☎0536-87-2345

レンタル 体験ガイド



↓ 8.4km | 35分

### 2 道の駅 つく高原グリーンパーク

地域のもを取り扱う売店と軽食を提供する道の駅。施設内を流れる清流や山川を活かしたキャンプ場を併設するアウトドア施設でもあります。

☎0536-83-2344

体験ガイド



↓ 10.4km | 45分

### 3 道の駅 アグリステーションなぐら

農産物の直売が人気の道の駅です。飲食コーナーでは、地域のこだわりの味が堪能できます。

☎0536-65-0888



↓ 37.2km | 3時間

### 4 道の駅 豊根グリーンポート宮嶋

愛知県最初の道の駅。手作りにこだわったレストランでは、チョウザメ料理や旬の食材を使った料理が人気。産直野菜や特産品を取り揃えた物産品販売所も併設しています。

☎0536-87-2009



↓ 4.8km | 40分

### 5 グリーンステージ花の木

川遊びやマスのつかみどり、ブルーベリー摘み取り、竹細工の製作、森林浴など、四季を通じていろいろな体験が可能な自然体験施設。名物の釜めしは山菜たっぷりの人気メニューです。(営業期間は4~10月)

☎0536-87-2203

体験ガイド



↓ 4.1km | 40分

## FINISH

### 1 茶臼山高原

レンタル (マウンテンバイク)  
茶臼山高原 ☎0536-87-2345

### 清水のコヒガンザクラ

道の駅 アグリステーションなぐらから名倉川沿いに1.2km続く淡いピンクの桜並木。見ごろは4月上旬。名倉川や田園風景とのコントラストを楽しめます。

### 茶臼山高原道路

交通量が少なく道幅もあり、走りやすい高原道路です。連なる山なみの眺望が楽しめます。

## START FINISH

### 奥三河サイクリングルート 23-02

1 茶臼山高原 レンタル 体験ガイド



### 茶臼山高原

春は一面ピンクに咲き誇る芝桜、秋は高原を染める紅葉、冬は一面の銀世界。四季折々の姿とハイキング、カヤックやマウンテンバイクなどさまざまなアクティビティが楽しめます。

### チョウザメ料理

豊根村では清らかな天然水で育てられたチョウザメ料理を御宿清水館、グリーンポート宮嶋、休暇村茶臼山高原、レストランみどりの4店舗で楽しめます。



# 豊川上流・ついでサイクリングルート

23-03



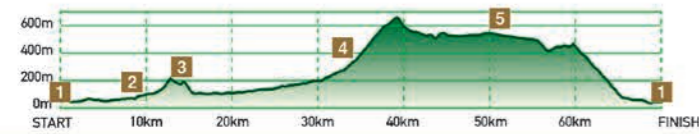
豊川上流の清流沿いの風景を楽しみながら作手高原に向かい、田園の風景や恵みを楽しむルートです。桜や紅葉の名所である起点の桜淵公園や旧田口線の廃線の名残りなど、随所に見どころがあります。



清流 田園風景 廃線跡

体力レベル：3

距離 **69.6km** | 最大標高差 **655m** | 獲得標高 **1181m** | 走行時間 **5時間45分**



## START

### 1 桜淵公園

深谷美を兼ね備えた桜の景勝地。江戸初期に新城城主が豊川沿いに桜を植えさせたのが始まりとされています。春の桜、夏の緑、秋の紅葉は素晴らしく、年間を通して自然を楽しむことができます。☎0536-29-0829(新城市観光協会)



↓ 8.9km | 35分

### 2 旧黄柳橋

大正時代に架設された道路用のコンクリートアーチ。橋を支えるアーチと道路面との間に空間があるオープンアーチ形式の橋で、当時、全国一のアーチスパンの長さを誇っていました。



↓ 4.3km | 30分

### 3 鳳来寺表参道

鳳来寺に向かって続く石段、重要文化財の王門、推定寿命800年の傘杉に悠久の歴史を感じることができます。麓にはカフェや地産石材の製硯店などが軒を連ね、参拝者を迎えています。



↓ 20.5km | 2時間

### 4 鳴沢の滝

落差15mの奥三河で随一の水量を誇る迫力ある滝です。夏の涼しさは格別で、多くの方が涼を求めに訪れています。橋の上からのアングルでも楽しむことができます。



↓ 17.2km | 1時間25分

### 5 道の駅 つくで手作り村

作手で採れる新鮮な高原野菜やそれらの加工品が人気です。高原トマトをたっぷりを使用したハヤシライスや、冬には愛知ブランド自然薯「夢とろろ」をご賞味いただけます。



体験ガイド



↓ 18.7km | 1時間15分

## FINISH

### 1 桜淵公園



### 四谷の千枚田

鞍掛山麓に美しく広がっている石垣づくりの棚田です。高低差200mに現在30戸の農家が約420枚(最盛期には1296枚)の田を耕作しており、日本の棚田百選にも選ばれています。



### 設楽町

### 旧田口線 三河大草駅

昭和43年に廃線となった鉄道跡。駅ホームの名残りなど、未舗装路をグーベルロードなどで楽しめます。



### 長篠河津桜並木

鉄道跡の舗装された部分が生活道路として今も利用され、約100本の桜が咲き誇る並木道になっています。



### 道の駅 もっくる新城

地元野菜を使ったお惣菜や地元産品の直売所が人気で多くの旅行者で賑わいます。新東名高速道路新城IC近くなのでサイクリング前後に立ち寄れます。





# 豊川歴史探訪サイクリングルート

23-04



東海道と宿場の名残り、最大規模の国分尼寺跡、多くの人が訪れる寺院など、歴史文化に触れられるルートです。序盤と終盤に通る豊川沿いの道は、交通量が少なく快適に走行でき、豊川の流れや豊橋平野の風景を楽しめます。



体力レベル：2

歴史探訪 旧街道

距離 **38.8km** | 最大標高差 **79m** | 獲得標高 **264m** | 走行時間 **3時間40分**



## START

### 1 豊橋駅

新幹線が停車する、各地へのアクセスに便利なターミナル駅です。駅構内にある豊橋観光案内所には多目的スペースがあり、着替えなどに利用できます。



↓ 14.5km | 1時間25分

### 2 御油のマツ並木

約600mにわたり、江戸時代に植えられた約300本の松の大木が立ち並びます。



### 3 大橋屋

江戸時代の東海道赤坂宿の旅籠屋で、1809年の赤坂宿の大火以降の建築といわれ、当時の佇まいを残しています。



☎0533-56-2677

↓ 7.2km | 40分

### 4 三河国分尼寺跡史跡公園

741年に聖武天皇の勅命によって建てられた国分尼寺の跡地を整備した公園です。隣接する三河天平の里資料館で古代三河国の中心地であった当地の様相を解説しています。



☎0533-88-5881

↓ 6.2km | 35分

### 5 豊川稲荷

室町時代(1441年)に開創され、商売繁盛、家内安全の神として信仰が広がりました。日本三大稲荷の一つで、年間数百万人の参拝客が訪れます。1000体以上のきつねが並ぶ霊狐塚はパワースポットとして有名です。



☎0533-85-2030

## FINISH

### 1 豊橋駅

↓ 10.9km | 1時間

レンタル (シティサイクル)  
三河天平の里資料館 ☎0533-88-5881  
桜ヶ丘ミュージアム ☎0533-85-3775

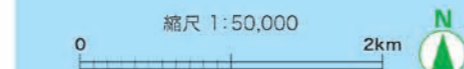
### 御油の松並木資料館

国の天然記念物に指定されている「御油のマツ並木」と東海道五十三次35番目の宿場として栄えた「御油宿」に関する資料が展示されています。



### 豊川沿いのサイクリング

豊川沿いは、交通量が少なくサイクリングに気持ちの良い道が続きます。



### 赤塚山公園

2月中旬から3月中旬が見頃の梅園や5月下旬から6月中旬が見頃の花しょうぶ園など季節の花木を楽しめます。無料駐車場があるので、車で来訪した際の発着点にもなります。



## START FINISH

豊川歴史探訪サイクリングルート 23-04

1 豊橋駅

東三河サイクリングルート 23-01 P6-7

蒲郡・三河湾スカイラインサイクリングルート 23-05 P14-15







# 渥美半島サイクリングルート

23-06



道の駅とよはしを起点に渥美半島を1周するルート。長大な遠州灘沿いに太平洋岸自転車道を進み伊良湖岬へ。どこまでも続く海岸線には、ロングビーチ、恋路ヶ浜など見どころがいっぱいです。

眺望 海岸線 自転車道  
体カレベル: 3

距離 101.4km | 最大標高差 75m | 獲得標高 980m | 走行時間 8時間



| レンタル (自転車)      |                |               |
|-----------------|----------------|---------------|
| 道の駅とよはし         | E-BIKE(クロスバイク) | ☎0532-21-3500 |
| 道の駅あかばねロコステーション | 電動アシスト自転車      | ☎0531-45-5088 |
| 休暇村伊良湖          | 電動アシスト自転車      | ☎0531-35-6411 |
| 道の駅 田原めっくんはうす   | 電動アシスト自転車(小径)  | ☎0531-23-2525 |

## START FINISH

### 1 道の駅 とよはし

さまざまなグルメが楽しめる人気の道の駅です。広大な駐車場、更衣スペース、ロッカー、組立スペースがあり、渥美半島のサイクリングの拠点となっています。Eバイクのレンタルも可能です。  
☎0532-21-3500



18.4km | 1時間30分

### 6 三河田原駅

サイクルトレインである豊橋鉄道渥美線の終着駅。建築家の安藤忠雄氏が設計した駅舎は、田原市の交通結節点であり観光情報の発信地でもあります。  
☎0531-22-0157



0.6km | 5分

### 2 道の駅 あかばねロコステーション

見晴らし抜群の展望デッキからは、雄大な太平洋を一望できます。しらす、大あさりなどの地元特産品がたくさん揃っているお土産コーナーも要チェック。  
☎0531-45-5088



18.3km | 1時間25分

### 3 恋路ヶ浜

プロポーズにふさわしい場所として伊良湖岬灯台とともに「恋人の聖地」に指定されています。島崎藤村の「椰子の実」の舞台としても有名です。



12.6km | 1時間

### 4 田原市渥美郷土資料館

渥美半島は黒潮おどる太平洋と波静かな三河湾にいだかれ、温暖な気候に恵まれた豊かな自然の中に、深い歴史を秘めています。先人たちが、この美しい土地で古代より育んだ郷土の文化遺産を展示紹介しています。  
☎0531-33-1127



### 5 道の駅 田原めっくんはうす

お得な観光情報やパンフレットをゲットできる観光案内所があります。マスクメロンや新鮮野菜などの特産品やお土産コーナー、産直コーナーが人気です。  
☎0531-23-2525



21.6km | 1時間40分

### 蔵王山展望台

山頂からは渥美半島を360度見渡すことができ、雄大な自然の大パノラマを満喫できます。夜には「夜景100選」に選ばれた幻想的な夜景を楽しむことができます。



### 伊良湖港

鳥羽、篠島、日間賀島、神島への旅客航路が就航しており、観光拠点となっています。フェリーに自転車をもち込んで、三重県鳥羽市に渡ることもできます。



伊勢熊野輪道に繋がります。

### 日出の石門

太平洋の荒波により、永い年月をかけて中央が洞穴となった石門。沖の石門、岸の石門の2つがあり、自然が造り出した雄大な景観が楽しめます。



### 太平洋ロングビーチ

道路沿いにはのっぴな椰子の木が並び、日本にいながらよっしたウェストコーストの雰囲気。週末には県外から多くのサーファーが訪れます。



### 太平洋岸自転車道

千葉県銚子市から神奈川県、静岡県、愛知県、三重県、和歌山県の各太平洋岸を走る延長約1400kmの自転車道構想。沿線は、富士山をはじめ、日本を代表する観光地・景勝地が多数あります。



### サイクルトレイン

豊橋鉄道渥美線のサイクルトレインは自転車をそのまま持ち込むことができ、スムーズな自転車旅を楽しめます。運賃以外に100円/台の持ち込み料金が必要。1列車につき10台まで。土休日始発～終電の全列車平日:各駅10:00発～14:59発まで全列車※詳細は豊橋鉄道HPをご確認ください。  
☎0532-45-4927



### 豊鉄バス(輪行)

豊鉄バスは、自転車を輪行袋に入れて乗車が可能です。  
伊良湖岬～豊橋駅…約2時間20分  
※直通ではなく、豊鉄バス渥美営業所(田原市保美)もしくは豊橋鉄道渥美線・三河田原駅で乗換となります。  
伊良湖岬～三河田原駅…約55分

縮尺 1:125,000 5km





### 亀石の滝

落差32mの滝が、愛知県民の森の奥に現れます。滝近くから見上げることができるので、上部に覗く空が小さく見えるほど高さを感じることができます。

### ホンバシャクナゲ

紅紫色の花が美しい。愛知県内では、鳳来寺山周辺だけに分布する絶滅危惧種です。花期は4月下旬～5月上旬、南尾根などで群生を愛でることができます。

### 南尾根からの眺望

遠く連なる山なみの眺望を楽しめます。

## 宇連山 登山ルート 23-07

奥三河名山八選のひとつ。往路の南尾根は、山なみが広がる眺望を楽しめます。復路は亀石の滝を経て、愛知県民の森の整備された林道を川沿い、心地よく下った後は温浴施設で疲れを癒しましょう。

体力レベル：2

距離 11.2km | 最大標高差 780m | 獲得標高 1095m | 歩行時間 6時間 30分

### START FINISH

宇連山 登山ルート 23-07

宇連山登山口

### モリトピア愛知

JR飯田線三河植原駅から徒歩15分。整備された森の中で、緑と風の香りと清流のせせらぎを感じる「愛知県民の森」の入口にある宿泊研修施設。大浴場での日帰り入浴も可能。登山で疲れた身体を癒すことができます。  
※温浴施設の営業時間は 11:00～15:30(受付終了15:00)  
☎0536-32-1262



### 鳳来寺

大宝3年(703)、利修仙人によって開かれた真言宗の由緒ある寺院。薬師信仰と山岳修験道の霊山として古くから信仰を集め、江戸時代には徳川家康誕生ゆかりの地として幕府の厚い保護をうけました。

### 鷹打場

山なみを見渡せる眺望が広がります。

### START

鳳来寺山 登山ルート 23-08

笠川駐車場

### 傘杉

鳳来寺山参道の石畳の中に聳え立つ推定樹齢800年の巨大な杉で、新日本名木百選に選ばれています。

### 鳳来山東照宮

慶安元年(1648)、三代將軍徳川家光は、鳳来寺を家康誕生ゆかりの地として祖父報恩のため、東照宮の建築を始め、四代將軍家綱の時に完成。国の重要文化財に指定されています。

### 鳳来寺山自然科学博物館

鳳来寺山を中心とした郷土に生息する植物・動物・きのこ、地質の総合展示施設です。東三河地方の動植物や岩石、鉱物、化石などの標本を分類的に展示しています。  
☎0536-35-1001

### アクセス情報

豊鉄バス 田口新城線  
JR飯田線 本長篠駅～鳳来寺バス停…約8分  
※お車で来訪された場合も湯谷温泉付近の無料駐車場(地図参照)に停め置き、JR・豊鉄バスでスタート地に移動することができます。

## 鳳来寺山登山ルート 23-08

修験の道として歴史がある往路は、参道に店舗が並び、趣深い石段が続きます。鳳来寺に参拝後、東海自然歩道を利用した散策道からは山なみの眺望を楽しめます。また、下山後は湯谷温泉の足湯や飲食店、鳳来映の渓谷美で疲れを癒すことができます。

体力レベル：2

距離 9.6km | 最大標高差 583m | 獲得標高 843m | 歩行時間 5時間 10分



### 国見岩

大己貴命がこの岩山に神霊を留め、この岩上から国見をして“穂の国”を造ったといわれています。



！急勾配の岩場あり

### 富士山遥拝所

空気が澄んでいれば富士山が遥拝できます。



### 砥鹿神社奥宮

大己貴命を祀る砥鹿神社の奥宮です。社叢は、県指定天然記念物で、昔から神域として保護されてきました。



### ふれあい交流館(本宮の湯)

本宮山登山口にある日帰り天然温泉施設です。バラエティに富んだお風呂やお食事処などもあります。  
☎0533-92-1880



### ウォーキングセンター

JR飯田線長山駅から徒歩20分。本宮山登山の拠点で、登山道の案内マップをはじめ、さまざまな情報を得ることができます。  
☎0533-93-7961

本宮山頂駐車場 (無料) 9:00-15:30

本宮山スカイライン (無料)

0:15

0:35

0:35

1:30

分岐

1:15

1:00

0:10

プロモンテファーム

FS 体験ガイド

START FINISH

本宮山 登山ルート

ウォーキングセンター

23-09

FS

## 本宮山 登山ルート

23-09



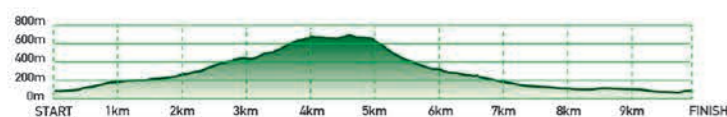
砥鹿神社奥宮への参詣道で、三河富士と呼ばれる本宮山を目指します。砥鹿神社奥宮からは天気が良ければ富士山が、山頂からは三河湾や遠州灘、豊橋平野が一望できます。復路は川沿いを心地よく下り、下山後は名湯本宮の湯でゆっくり疲れを癒すことができます。



体力レベル: 2

歴史探訪 眺望 参道  
清流 温泉

距離 9.9km | 最大標高差 698m | 獲得標高 828m | 歩行時間 5時間 20分



縮尺 1:25,000



## 葦毛湿原・神石山 登山ルート

23-10



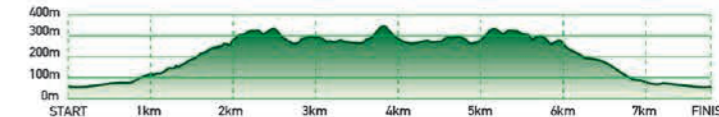
湧水湿地で、季節によってさまざまな草花が咲き誇る葦毛湿原から神石山を目指すルートです。神石山からは、浜名湖や遠州灘を見渡せる眺望を楽しめます。



体力レベル: 1

眺望 湿原 季節の草花

距離 7.7km | 最大標高差 275m | 獲得標高 614m | 歩行時間 4時間



START FINISH

葦毛湿原・神石山 登山ルート 23-10

葦毛湿原駐車場

P

0:15

0:55

0:45

0:30

0:25

葦毛湿原

豊橋市

二川 TV 中継所

普門寺峠

神石山

325m

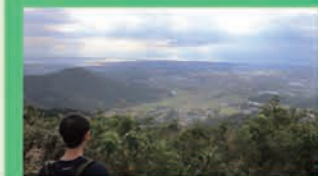
### 葦毛湿原

豊橋市東部にある弓張山地の山麓に広がる湿原で、令和3年10月に国指定天然記念物になりました。湿原内にはミカフバイケイソウなどの東海地方の固有の植物が自生しています。春はハルリンドウ、夏にはサギソウ、秋にはシラタマホシクサなど可憐な花が数多く見られます。



### 遠州灘・浜名湖の眺望

頭を指く遠州灘のパノラマは、写真に納まらないほどのスケールです。(写真は浜名湖に降り注ぐ光芒)



### 豊橋自然歩道

愛知県と静岡県の県境にまたがる縦走路は豊橋自然歩道と呼ばれ、浜名湖や浜松の街、遠州灘、豊橋平野の眺望が楽しめるさまざまなルートが登山者を楽しませてくれています。





# 豊川パドリングフィールド

23-OP



長い年月をかけて豊川の流が生み出した溪谷の美しさは格別です。両岸に春は満開の桜、秋は一面の紅葉を見ることができます。流れが緩やかで初心者でも安心してパドルスポーツを楽しむことができます。

眺望 紅葉 桜

体力レベル: 2

※新城橋下流から野田川合流部までは、6月1日～9月30日の間、釣専用区となります。釣り人が川に入っている場合は、ご配慮いただきますようお願いいたします。



！これより上流は急流箇所あり

ENTRY POINT  
豊川パドリングフィールド 23-OP  
桜淵公園

**桜淵公園駐車場**

フィールドを利用する際は、公共の駐車場に車をとめてください。

**乗艇場所**

豊川右岸の階段の所から乗艇してください。

**SUP風景**

穏やかな流れの中で美しい溪谷美を眺めることができます。

**春の桜淵公園**

春になると満開の桜が公園中に咲き誇ります。

！取水堰：近づかないように

縮尺 1:90,000

## 旅の選択肢を広げる「輪行」にチャレンジしてみよう

- 準備**  
前後のギアを「アウトトップ」にして、シートバッグやサイクルコンピューターなど付属品を外します。ボトルは中身を飲み干すか、外しておきましょう。
- 車輪を外す**  
前輪のブレーキアーチを開き、クイックリリースを緩めて外します。後輪はディレーラーを後方へ引っ張ってチェーンを外し、タイヤを持ち上げます。
- フレームと車輪を固定**  
ハンドルを一方に切り、車輪でフレームを挟んでベルトで3カ所固定します。ショルダーベルトは一方をボトムブラケット付近、もう一方をヘッドチューブ付近に巻き付けます。
- 袋に入れる**  
メーカーによっては袋の向きが決まっているので確認しておきましょう。車体が完全に袋の中に納まるように注意しながら袋に入れます。
- 完成**  
ショルダーベルトが短い方がぶらぶらせず、体に密着して担ぎやすいです。

## 新幹線の停車する東三河の玄関口、豊橋駅にはサイクリストをサポートする施設が充実しています。

**豊橋観光案内所**  
Toyohashi Tourist Information Center

**着替えスペース**

豊橋観光案内所は豊橋駅構内にあり、豊橋駅をはじめ東三河地域及び広域的な観光情報や交通のご案内をしています。また、多目的室は着替えのスペースとして利用ができます。(1回の利用あたり30分以内)

豊橋観光案内所 ☎ 0532-33-9531  
ご案内時間：午前9時から午後6時(事前予約はできません)  
休業日：1月1日

**自転車組み立てスペース**

輪行で豊橋駅に訪れるサイクリストのために、豊橋駅南口駅前広場に自転車組み立てスペースを整備しています。輪行で来られた際にご活用下さい。(予約不要)

**豊鉄バス(輪行)**

豊鉄バスは、自転車を輪行袋に入れて乗車が可能です。旅のプランニングにご活用ください。※座席前や通路など邪魔になる場所は避け倒れないよう車内の柱などに固定してください。

## 輪行なしでも乗車可能！渥美線サイクルトレイン

専用はこぶ

○実施日  
土・休日：始発～終電までの全列車  
平日：時刻表発車時刻10時00分発～14時59分発までの全列車  
<除外日>  
・豊橋祇園祭打ち上げ花火の日(7月中旬土曜)  
・豊橋まつり(10月第3土曜、日曜)  
※上記除外日の他にも、行事等により車内が混雑する場合は、安全上の理由からご利用をお断りする場合がございます。あらかじめご了承ください。  
○利用料金 運賃以外に、自転車持ち込み料金100円/台が必要です。  
○持込制限 1列車につき10台まで

このステッカーが目印！！

←新豊橋方面 三河田原方面→  
自転車持ち込みスペース

- ・列車への自転車の積み降ろし、駅ホームおよび車内での安全管理はお客様の自己責任にてお願いします。
- ・危険ですので、駅ホームでは、自転車に乗らないでください。
- ・車内が混雑している場合、または混雑が予想される場合は、安全上の理由からご利用をお断りする場合がありますのでご了承ください。
- ・その他係員の指示があった場合はその指示に従ってください。



このステッカーが冒険



詳細はこちら

サイクリストが快適に渥美半島を周遊できるように、田原市から認定を受けた市内事業者が、バイクラックや修理キットなどで受入環境を充実させるための取り組みです。サイクリストは渥美半島サイクルサポーター認定事業所のサポートや事業所独自のおもてなしを受けることができます。

|  |   |
|--|---|
| <p><b>tsunagu café</b><br/>休憩スペース提供、お茶サービス</p> | <p><b>恋路ヶ浜 黒潮</b><br/>宿泊者へお茶1本サービス</p>          |
| <p><b>清水屋製菓舗</b><br/>サンドイッチ、生菓子を8%割引</p>       | <p><b>Shammy's café</b><br/>休憩スペース提供、お水サービス</p> |

バイクラック・修理キットのある公共施設  
白谷海浜公園、蔵王山展望台、ほうべの森、道の駅田原めっくんはうす  
サンテパルクたはら、道の駅あかばね口コステーション

東三河エリアの魅力を余すことなく満喫!



OutdoorRouteでは、東三河地域でアウトドアアクティビティを楽しみたい人々に向けて多種多様な情報を発信しています。



詳細はこちら



東栄町自転車さんぽ「ぼたび」

**ぼたび ガイドツアー**  
一暮らしに溶け込むガイドツアー

ぼたびガイドツアーは1日1組の個人ツアーです。自然に囲まれた東栄町で地元の友人と過ごすようなとおきの自転車たびをお届けします。

**四季のうつろいを体感**  
自然豊かな東栄町を自転車で走ることで、車や徒歩だけでは見つけにくい季節の花々や景色のうつろいを全身で感じましょう!

**電動アシスト自転車**  
坂の多い東栄町を普段自転車に乗らない皆さんでも楽しく巡っていただくために、スタイリッシュなレンタル用電動アシスト自転車をガイドツアーとセットでご用意しています。電動アシストのパワーを体験できるのも楽しみのひとつ。

**まちの日常に溶け込む旅**  
東栄町はいわゆる観光地のような場所ではありません。ぼたびでは、決して特別ではない「まちの日常」を味わう旅をお楽しみいただけます。

**オンリーワンの旅**  
ポタリング(自転車さんぽ)の面白さは、自由に寄り道したり、止まったりする先で、偶然の出会いが起ること。決まりきったツアーではない自由さをお楽しみください。

グルメ

**商家「駒屋」** P.7  
二川宿で問屋役や名主などを勤めた田村家の遺構です。蔵を利用したカフェや懐かしの菓子・雑貨・お土産が並び売店など楽しみがいっぱいです。  
☎0532-41-6065

**古民家ダイナー月猿虎** P.7  
日米夫婦が築100年の古民家をモダンに改装。自家栽培の野菜や地元の鶏、ジビエを活かした手作り料理が味わえます。アメリカンホームスタイルのスイーツも人気。  
☎0536-76-0303

**ちゃちゃカフェ** P.7  
一杯ずついれるコーヒーが美味しい手作りのカフェ。つい手に取りたくなるような地元の方の素敵な手作り小物もいっぱい並べられています。  
☎0536-76-1220

**Caféのつきい** P.7  
小学校をリノベーションした廃校カフェ。地元食材を使った手作りスイーツや直営農園の「のつきいブルーベリー」を使ったスムージーは絶品です。  
☎0536-76-1722

**蒲郡海鮮市場** P.14  
蒲郡で水揚げされた深海魚、タカアシガニ、大あさりなど地元の特産品を販売。店内では焼物コーナーもあり焼きたてが食べられます。メヒカリの唐揚げが人気!  
☎0533-68-7879

**富貴屋** P.17  
創業108年の老舗和菓子・洋菓子店。とろけるメロンロールケーキや新食感のくずぱが人気。くずぱはアイスのように凍ったままご賞味ください。  
☎0531-22-0248

**アンディの家 Honey Café** P.11  
自家製養蜂はちみつ販売・はちみつを使ったスイーツカフェテイクアウトを主に海老川沿いのテラス席でのんびりイトインスペースもご用意しています。火曜定休10時～18時(夏季)10時から17時(冬季)  
☎0536-29-0125

**休暇村伊良湖** P.6,16  
渥美半島の先端、伊良湖の近くにある宿。三河湾や伊勢湾、遠州灘ととれる新鮮な魚介類や渥美野菜が堪能できる宿です。  
☎0531-35-6411

**体験型ゲストハウス danon** P.7  
奥三河で暮らすように遊ぶ。築150年の古民家で東栄町の暮らしを体感できる宿です。  
☎0536-76-1860

**ペンションみるく** P.8  
美味しい料理と自慢のみるく風呂などで心温まるおもてなしが嬉しいペンションです。  
☎0536-65-0055

**レストラン みどり** P.9  
豊根村の食材を使った手作りの料理が中心のレストラン。豊根チョウザメロイヤルフィッシュのカツ丼は要予約です。  
☎0536-85-1855

**設楽町津具総合支所 ワーゲンハウス** P.9  
設楽町津具総合支所で観光情報を得ることができます。併設した施設にあるワーゲンハウスではボリュームのあるお得な中華料理を味わえます。  
☎0536-83-2301(津具総合支所)

**田峯特産物直売所** P.11  
歴史ある田峰観音の入口にあり、特製味噌ダレの五平餅や季節に合わせた山の幸や川の幸を楽しむことができます。  
☎0536-64-5516

**Shammy's café** P.16  
渥美半島の先端にあり、太平洋を眺めながら石窯ピッツァと手作りハンバーガーを味わえます。  
☎080-6917-6141

**太田家** P.16  
自家製手打ち蕎麦が自慢のうどんそばのお店。関東風出汁が運動した体に入ると静かな環境にあります。土日祝限定メニューやデザートメニューが人気です。  
☎0531-33-1161

**恋して!宇宙少年CAFÉ** P.10  
愛知県新城市・作手にある空き家をリノベーションした、ちょっと派手なカフェ。10時～17時営業、火、水定休  
☎0536-29-9485

**花ごころ** P.13  
寛ぎの珈琲 喫茶花ごころは、豊川市三蔵子町のメインロードから奥へ入った静かな環境にあります。土日祝限定メニューやデザートメニューが人気です。  
☎0533-89-8788

**休暇村茶臼山高原** P.9  
「星空観望会」や「ナイトサファリ」など自然にときめくイベントが人気。茶臼山高原のハイキングもあわせて楽しめるのがポイントです。  
☎0536-87-2334

**みのや旅館** P.9  
標高680mの津具高原にある田園風景に囲まれた静かなお宿です。地元の野菜をふんだんに使った料理は絶品です。  
☎0536-83-2156

**御宿 清水館** P.9  
創業140年の御宿。深山でしか味わえない自家菜園の山菜料理が堪能できます。チョウザメ料理が堪能できます。  
☎0536-87-2025

**tsunagu café** P.16  
できるだけ地産地消にこだわった、人とのつながりを大切にしているcafé。地元食材で砂糖にも拘った自家製シロップのかき氷が夏はイチオシです。  
☎0531-36-6495

**清水屋製菓舗** P.16  
全国菓子大博覧会で金賞を受賞した銘菓「デセルメロン」を扱う菓子店。音懐かしいサンドイッチもおすすめです。  
☎0531-37-0030

**スイーツ&ジェラテリア Baroque (バロック)** P.16  
バロック音楽の中で育てられた牛の新鮮な生乳を使用したスイーツ&ジェラテリアが味わえます。  
☎0531-37-0053

**こんたく長篠** P.7,11  
新城市内4戸の肥育農家が生産する希少な和牛「鳳来牛」をお値打ち価格でご提供。霜降り肉の脂の甘味は極上の味わいです。  
☎0536-32-0002

**ベッケライ・ミンデン** P.9  
本場ドイツで腕を磨いたドイツパンのお店。豊根村の食材を生かした酵母も使用。お昼すぎには売り切れていることが多いので、お早め。  
☎0536-85-1234

**MILK工房 スコット** P.10  
酪農家が搾りたてのミルクと地元の素材で安心安全に作った牧場ジェラート。バターやチーズ作りも楽しめます。不定休 10時～16時  
☎0536-37-2787

**成陣** P.7  
お食事、お弁当の成陣です。ご家族や個人様で安心してご利用できるお部屋をご用意しております。大切な日のおもてなし、法事、慶事、お祝いのケータリング料理、お弁当もお任せください。  
☎0532-53-8484

**和のリゾート はづ** P.14  
西浦半島の海を見渡す温泉旅館。全客室オーシャンビュー、絶景露天風呂、地元黒毛和牛を一頭買い、希少部位のステーキ、すき焼きを存分に楽しめる隠れ宿です。  
☎0533-58-1811

**平野屋** P.15  
三谷温泉の中で、最も時を重ねた老舗旅館。高台にあり、四季折々の三河湾の表情を楽しめます。天然温泉「美白泉」の4つの趣異なる浴場めぐりや三河の山海の幸なども魅力です。  
☎0533-68-5161

**恋路ヶ浜 黒潮** P.16  
渥美半島の先端にあり、太平洋と三河湾の眺望を堪能できるお宿。渥美名物大あさりをはじめ、伊勢海老、サザエなど新鮮な海の幸や、渥美牛といった地元食材を贅沢に使った料理が大きな自慢です。  
☎0531-35-6521

宿泊

**休暇村伊良湖** P.6,16  
渥美半島の先端、伊良湖の近くにある宿。三河湾や伊勢湾、遠州灘ととれる新鮮な魚介類や渥美野菜が堪能できる宿です。  
☎0531-35-6411

**体験型ゲストハウス danon** P.7  
奥三河で暮らすように遊ぶ。築150年の古民家で東栄町の暮らしを体感できる宿です。  
☎0536-76-1860

**ペンションみるく** P.8  
美味しい料理と自慢のみるく風呂などで心温まるおもてなしが嬉しいペンションです。  
☎0536-65-0055

**休暇村茶臼山高原** P.9  
「星空観望会」や「ナイトサファリ」など自然にときめくイベントが人気。茶臼山高原のハイキングもあわせて楽しめるのがポイントです。  
☎0536-87-2334

**みのや旅館** P.9  
標高680mの津具高原にある田園風景に囲まれた静かなお宿です。地元の野菜をふんだんに使った料理は絶品です。  
☎0536-83-2156

**御宿 清水館** P.9  
創業140年の御宿。深山でしか味わえない自家菜園の山菜料理が堪能できます。チョウザメ料理が堪能できます。  
☎0536-87-2025

**和のリゾート はづ** P.14  
西浦半島の海を見渡す温泉旅館。全客室オーシャンビュー、絶景露天風呂、地元黒毛和牛を一頭買い、希少部位のステーキ、すき焼きを存分に楽しめる隠れ宿です。  
☎0533-58-1811

**平野屋** P.15  
三谷温泉の中で、最も時を重ねた老舗旅館。高台にあり、四季折々の三河湾の表情を楽しめます。天然温泉「美白泉」の4つの趣異なる浴場めぐりや三河の山海の幸なども魅力です。  
☎0533-68-5161

**恋路ヶ浜 黒潮** P.16  
渥美半島の先端にあり、太平洋と三河湾の眺望を堪能できるお宿。渥美名物大あさりをはじめ、伊勢海老、サザエなど新鮮な海の幸や、渥美牛といった地元食材を贅沢に使った料理が大きな自慢です。  
☎0531-35-6521



ロワジールホテル豊橋 P.7
地上120mからのパノラマビューは圧巻の一言。豊橋市内を一望できる「豊橋のランドマーク」です。

仁崎キャンプ場 P.16
海の音を聞きながらキャンプができるキャンプ場です。事前予約でドラム缶風呂も楽しめます!

とうえい温泉花まつりの湯 P.7
ナトリウム・カルシウム塩化物泉。身体芯からじんわり暖まり保温効果が長く続く泉質の日帰り温泉。

りすば豊橋 P.7.17
道の駅とはしから徒歩8分。豊橋市資源化センターから発生する余熱を利用した4種類の温泉水プール、浴場、サウナなどがあります。

奥三河蒸留所 P.7
地元の檜や杉から抽出されたエッセンシャルオイルを使ったアロマ商品やクラフト体験、奥三河の食材を使ったカフェメニューなど楽しさいっぱいの施設です。

プロモンテファーム P.7.20
本宮山の水と太陽の光、土壌微生物のチカラで健康に育てた和みトマト「あかまる」と和みイチゴ「ひまり」が人気。

茶白山高原 P.9
春は桜と新緑、夏はキャンプ、秋は紅葉、冬はスキー、グリーンシーズンを通してのハイキングやマウンテンバイクなど、四季を通して楽しめます。

牛川の渡し P.7.13
豊川(とよがわ)の両岸を結ぶ渡し船。舟を用いて人力で船を動かす懐かしい雰囲気を楽しめます。

MORECREST P.15
自転車の販売、修理、レンタサイクルのお店。子供用やシティサイクルもあるので、ご家族でサイクリングをお楽しみいただけます。

道の駅 あかばねロコステーション P.6.16
見晴らし抜群の展望デッキからは、雄大な太平洋を一望できます。しらす、大あさりなどの地元特産品がたくさん揃っているお土産コーナーも要チェック。

ホテルアソシア豊橋 P.7.13
豊橋駅直結と最高のロケーション。上質なサービスで、笑顔のひとときをお約束いたします。

カントリーハウス ル・シュール P.10
鬼久保ふれあい広場内のお客様のご利用人数やニーズに合わせてタイプを選んでいただくことができる宿泊施設です。

鳳来ゆ〜ゆ〜ありいな P.7
湯谷温泉の湯を利用したプール、トレーニングルーム、温泉が一体となった施設です。広めの露天風呂は開放感がいっぱいです。

兎鹿嶋温泉 湯〜らんどバルとよね P.9
少しとろみのある湯は、身体芯までじんわりとあたまり、美肌の湯として評判。2種類の源泉を1週間ごとに切り替えています。

グリーンステージ花の木 P.9
川遊びやマスのつかみどり、ブルーベリー摘み取り、竹細工の製作、森林浴など、四季を通じていろいろな体験が可能な自然体験施設。

山びこの丘 P.11
自慢の手打ちそば、焼きたて自家製パン、レストランなどの食が揃います。そば打ち、陶芸、木工、野菜収穫などさまざまな体験ができる施設です。

フォレストアドベンチャー・新城 P.11
森林と共に自然の地形を最大限に活かした自然共生型のアスレチック施設です。

あさがね農園 P.9
約1000本のブルーベリーをはじめ、きゅうり、なすなどの高原野菜を育てながら、楽しいイベントを企画して、みなさまのご来園をお待ちしております。

ふたば屋輪店 P.17
三河田原駅すぐそばにある昭和4年創業の老舗自転車店。通学用・お買い物用といった一般・実用自転車をはじめ、ロードバイクやマウンテンバイク、クロスバイクなども扱っています。

道の駅 とよはし P.7.17
さまざまなグルメが楽しめる人気の道の駅です。広大な駐車場、更衣スペース、ロッカー、相立スペースがあり、渥美半島のサイクリングの拠点となっています。

ホテルシーバレスリゾート P.7.12
三河湾の眺望が自慢のリゾートホテル。本宮山や宮路山などレッキングスポートへのアクセスも便利。

古民家宿&バルてらわき P.8
星空の丘に佇む築130年の古民家宿と、地元食材と日本酒カクテルのバルです。

ふれあい交流館(本宮の湯) P.7.20
本宮山登山口にある日帰り天然温泉施設です。バラエティに富んだお風呂やお食事処などもあります。

ゆのゆTOYOHASHI P.7
名鉄グループが新たに展開するスーパー銭湯で「誰もが気軽にリフレッシュできる場所」をコンセプトに、バラエティ豊かなお風呂、幅広い年代の方にお楽しみいただける飲食エリアや癒しを提供する岩盤浴・リラクゼーションなどをご用意しています。

LOVEARTH・WestCove西浦マリナー P.14
「オシャレに遊ぶ健康な大人たち」をコンセプトに活動しています。気軽に体験できるSUPは、様々な遊び方ができて体幹も鍛えられるのでおすすめです。

RAINBOW P.14
カヤックの専門店です。三河湾シーカヤックスクールでは主に三河湾でのスクール、ツアーを通年で開催しています。

ニュー渥美観光 P.16
いちご狩りやメロン狩りの収穫体験ができるほか、冷暖房完備の施設で食べ放題を楽しめるプランも充実。

手作りコスメ体験naori P.7
日本では唯一東栄町だけで採掘されている化粧品原料「セリサイト」を贅沢に使い、肌触りなめらかで透明感のあるミネラルファンデーションを手作りします。

カントリーモーニング P.7
JR二川駅より徒歩5分。マウンテンバイク、ロードバイクといったスポーツバイクの販売・修理の他、カヌーの販売・レンタルをしています。

道の駅 豊根グリーンポート宮嶋 P.9
手作りにこだわったレストランでは、チョウザメ料理や旬の食材を使った料理が人気。産直野菜や特産品を取り揃えた物産品販売所も併設しています。

道の駅 田原めつくんほうす P.6.17
お得な観光情報やパンフレットをGETできる観光案内所。マスクメロンや新鮮野菜などの特産品やお土産コーナー、産直コーナーが人気です。

道の駅 もつくる新城 P.7.11
地元野菜を使ったお惣菜や地元産品の直売所が人気で多くの旅行者で賑わっています。新東名高速道路新城IC近くのサイクリング前後に立ち寄れます。

田原市渥美郷土資料館 P.6.16
渥美半島は黒潮おどる太平洋と気候がなごやかな三河湾に囲まれ、温暖な気候に恵まれた豊かな自然の中に、深い歴史を秘めています。

萬の淵 P.7
その雄大な様から「奥三河のナイアガラ」と名づけられ、竜宮城へ繋がっているという竜神伝説の言い伝えもある大千瀬川にかかる大滝です。

North Green (ノースグリーン) 体験所 P.7
ファミリーマート北設楽東栄町店に併設した体験所。パンフレットコーナーや駐車場内には観光案内看板が設置され、観光情報の収集に最適です。

豊橋市 二川宿本陣資料館 P.7
二川宿は、東海道五十三次の33番目の宿場です。展示や体験コーナーがあり、江戸時代の旅について学べます。

新城市長篠城址史跡保存館 P.7.11
歴史の大きな転換点となった長篠・設楽原の戦いに関する資料を保存・展示し、この地の歴史を伝えています。

奥三河高原ジビエの森直売所 P.9
ヨーロッパでは高級食材として人気の高いジビエ。直売所では、野生で育った猪肉や鹿肉のスライスやブロック肉、燻製やハム、鹿の角などを購入することができます。

モンタニア P.7.13
豊橋駅より徒歩5分。登山用品やアウトドア用品を取り扱っているお店。東三河地域の山の情報などご案内しています。

のんほいパーク P.7
動物園・植物園・自然史博物館・遊園地の4つのゾーンが一緒になった施設です。動物たちの生き生きとした姿や季節ごとに変化する植物の様子に触れることができます。

道の駅 アグリステーションなぐら P.8
農産物の直売が人気の道の駅です。飲食コーナーでは、地域のこだわりの味が堪能できます。

道の駅 つく高原グリーンパーク P.9
地域のもを取り扱う売店と軽食を提供する道の駅でもあり、施設内を流れる清流や山川を活かしたキャンプ場を併設するアウトドア施設でもあります。

新城市設楽原歴史資料館 P.7.11
長篠・設楽原の戦いの経緯や火縄銃について詳しく学べます。日本修好通商条約締結の立役者である幕末の外交官、岩瀬忠康の資料も豊富です。

面ノ木園地 P.8
標高1240mで四季折々の風景が楽しめます。駐車場の他、遊歩道、トイレ、休憩施設が整備されており、のんびりと自然散策をお楽しみいただけます。

御油の松並木資料館 P.12
国の天然記念物に指定されている「御油のまづ木」と東海道五十三次35番目の宿場として栄えた「御油園」に関する資料が展示されています。

赤坂体験所「よらまいかん」 P.12
江戸時代をイメージした建物の特徴の無料体験所です。トイレを完備し、内外にはベンチもあるので、旅行者が足をのばしてくつろげる空間となっています。

豊川市平和交流館 P.13
豊川海軍工廠の歴史や公園内の戦争遺構などについてパネルなどで説明する多目的室、映像資料の視聴や講座などを開催するガイダンス室があります。

マルツ 津具店 P.9
奥三河で親しまれている味付け肉で町を元気にと店主が仲間と協力して開発した新たな設楽町名物「田口塩鶏」が購入できます。

温泉自動販売機 P.16
日本で一番新しい温泉伊良湖温泉やアウトレット商品の販売もしています。ぜひご自宅で体験してみてください!

FS モンベルフレンドショップ
モンベルクラブ会員登録の提示で優待を受けられる施設です。優待の詳細内容は、ウェブサイトでご確認ください。

道の駅 つくで手作り村 P.10
作手で採れる新鮮な高原野菜やそれらの加工品が人気。高原トマトのハヤシライスや、冬には愛知ブランド自然薯「夢とろろ」を楽しめます。

道の駅したら P.11
2021年5月にオープンした道の駅です。廃線となった豊橋鉄道田口線の木製車両展示や日本酒体験工房、奥三河郷土館など地域の歴史や文化に触れる施設が充実しています。

桜ヶ丘ミュージアム P.13
豊川稲荷の近くにある市立博物館です。館内には歴史や美術の常設展示室があるほか、地域文化を発信する企画展なども開催しています。

豊川市観光案内所 P.13
豊川稲荷の門前にある観光案内所です。観光パンフレットやマップなどがあり、公衆無線LANサービスの利用ができます。

蒲都市竹島水族館 P.15
三河湾・遠州灘に生息する生物を中心におよそ500種、4500点の生物を常時展示しています。冬季にはタカアシガニやオオグソクムシといった深海生物に触ることのできるタッチングプールも開設されます。

田原まつり会館 P.17
田原市の城下町文化を伝える山車の展示や市の無形民俗文化財の田原風などを中心に、壮大なまつりの情景を再現し、紹介しています。

田原市博物館 P.17
幕末の先覚者渡辺崋山、田原藩をはじめとする市の歴史資料が多数展示されており、また年に数回企画展も開催されています。

伊古部海岸 P.7.17
遠州灘沿いに浜名湖から渥美半島の伊良湖まで続く表浜といわれる長大な海岸線の一部です。天気の良い日は浜名大橋、田原方面まで見ることが出来ます。

鳥市精肉店 P.7
愛知県東三河が誇る優れた生産者のブランド肉を取り揃えています。焼肉・ステーキ・すき焼き・鍋用などの精肉はもちろん、食肉加工品やお惣菜なども充実しています。