

큐슈 자유 산책로

# Kyushu NatureTrail

큐슈를 일주하는 총 길이 약 2900km의 큐슈 자연 산책로. 각 지역의 자연, 역사, 문화를 연결한다.

큐슈 자연 산책로는, 후쿠오카, 사가, 나가사키, 쿠마모토, 카고시마, 미야자키, 오이타의 큐슈 9개 현을 연결하는 장대한 톱트레일. 간단한 하이킹코스에서 본격적인 산악지대까지 변화가 풍부한 코스가 매력이다. 큐슈만의 문화 및 역사, 자연 그리고 사람들. 걸으면서 밖에 만나지 못 할 감동의 드라마가 당신을 기다리고 있다.

큐슈 자연 산책로 미야자키 코스

타카치호초우의 쿠니미토우게에서 타카하루초우의 타카치호노미네까지 전체 길이 372km의 미야자키 코스. 장거리를 걷는 것도 좋고, 조금씩 당일로 즐기는 것도 좋다. 다양하게 즐길 수 있는 것이 가능한 것이 큐슈 자연 산책로의 장점이다. 걷고, 보고, 듣고, 만지고 미야자키를 체험하자!

## Miyazaki Long Trail

미야자키 코스  
[전체길이: 372km]

- 추천 코스3
- 1 소바산 코스 (타카치호초우)
  - 2 무카바키야마 코스 (노베오카시)
  - 3 오스즈야마 코스 (츠노초우)



자연을 소중하게!

- 무카바키야마 코스는 국유림인 동시에 보안림, 자연공원이기도 하다. 동식물등의 보호를 위해, 식물 및 광물을 캐거나 손상 시키지 않도록 합니다.
- 걸으면서 「휴연」은 하지 않습니다. 불의 취급에는 충분히 주의합니다.
- 안내판 및 표지등은 모두들의 소중한 도표입니다. 소중하게 합니다.
- 빈 강릉, 폐지 등의 쓰레기는 버리지 말고 가지고 갑시다.
- 보도 이외에는 들어가지 않도록 합니다.



무카바키야마·오다케 산 정상에서. 날씨도 좋고 「기분 최고!」

산 정상에서의 절경과 일본의 폭포 백선

큐슈 자연 산책로 미야자키 코스

# 노베오카시·무카바키야마 절벽의 승리를 목표로

노베오카 시가의 북서부에 우뚝 솟은 무카바키야마. 큐슈 자연 산책로 「무카바키야마 코스」는 기슭에 있는 「무카바키신사」를 출발하여 표고 829.9m의 오다케야마 산 정상으로 이어지는 약 4km (약2시간)의 코스이다.

→ 팸플릿에 다 소개하지 못했던 사진과 기사를 「미야자키의 등산지 'yo-ho」」의 홈페이지에 공개함!



무카바키 신사에서 참배. 「즐거움 하루가 되길」

**노** 노베오카 시가에서 차로 약 30분으로 갈 수 있는 무카바키야마. 오다케와 메다케 두개의 바위 봉우리로 되어 우뚝 솟은 암벽이 아무도 얼씬도 못하게 하는 분위기를 자아낸다. 언뜻 보면 「저 산을 오를 수 있을까!」라고 생각하지만, 초등학생의 자녀들도 등반 할 수 있을 정도로 오르기 쉬운 산이라고 한다.

우선 무카바키 신사를 참배하여 산행의 무사를 기원하고, 이 날의 날씨만큼이나 상쾌한 마음으로 등산로에 들어간다. 수령 300년을 넘는다는 삼나무 거목과 높이가 3m이상 있는나는 큰 바위를 바라보며 나아간다.

무카바키야마는 화강반암이 바위로 된 바위산으로 코스 초반은 대부분 "바위의 천연 계단". 계다가 고개까지 단숨에 올라가서, 이것이 꽤 힘들다. 훈련하러 방문하는 사람도 많은 것이 납득이 된다. 3분능선을 건너서 훌륭한 다리를 건넌다. 이 다리는 「타키미바시」라고 하고,

여기에서는 오다케와 메다케의 사이를 흐르는 「무카바키 폭포」가 잘 보인다. 4분능선을 지나, 폭포와 산 정상의 분기에. 돌아오는 길을 위해 확보해 두는 것도 좋지만 이날은 먼저 폭포를 보러 간다.

분기에서 5분만에 폭포에 도착. 무카바키 폭포는 낙차 76.6m로 「일본 백대 폭포」에 선택된 유명한 폭포이다. 이 날은 수량이 적어서, 수직으로 깎아진 바위를 흐르는 모습을 바로 밑에서 올려다 볼 수 있다. 분기로 가서 산 정상을 목표로 한다. 바위 투성이의 길을 오르고 6부능선에. 여기는 메다케의 깎아지뚝 솟아 있는 바위의 표면이 정면에 우뚝 솟은 절호의 야호 포인트이다. 배의 끝에서부터 「야호!」。 「야호~」가 아닌 짧게 말하는 것이 포인트라고 한다. 오다케와 메다케의 사이를 몇번이고 몇번이고 자기의 목소리가 메아리친다.



코스 전반에는 엄청나게 큰 바위가 대굴대굴. 자연의 힘을 느낄 수 있다.



산 꼭대기에서 먹은 삼각김밥은 평소와 다르게 맛있다!



무카바키야마와 상류 연안을 현민의 숲으로 걸어간다. 무카바키야마는 실제로 표정이 풍부하다.



구름 하나 없는 가을의 하루. 나무의 울림과 폭포의 웅장함이 느껴진다.

표정이 풍부한 길을 걷는다.

6부 능선을 조금 지나면 고개가 나온다. 여기부터는 가는 길도 완만하면서 바위도 적어지고 걸기 쉬워진다. 무카바키 폭포의 상류가 되는 곳을 지나면 이제까지의 바위투성이고 울퉁불퉁한 분위기와는 판판인 온화한 수습수림이 펼쳐진다. 완전히 다른 산에 온 듯하다. 기분도 전환하고 나뭇잎 사이로 햇빛을 쬐며 순조롭게 전진한다.

산 정상이 가까워지면서 경사가 가팔라져서 힘들어진다. 하지만 이렇게 않으면 등산은 즐겁지가 않다. 「이것이야말로 산의 묘미!」라고 스스로 타이르며 끝까지 급한 경사를 오른다. 「기슭에서 올려다 보는 절경의 가장 높은 데에 서있다!」고 생각하니 기쁨도 남다르다.

올 때는 계곡 물 바로 옆을 걷는 「현민의 숲 코스」에 들러서 계류 연안의 광장에 잠시 쉬고 하산한다. 무카바키의 매력을 마음껏 체험한 하루였다.

주변 장소

- 1 무카바키신사**  
무카바키야마의 기슭에 있는 오래된 신사. 서기718년, 큐슈의 쿠마노군관을 맞이하여 제사를 지낸 것을 시작으로, 수령 300년의 부부 삼나무나 신전에 새겨진 조각 등 볼 것이 많다.  
소재지/노베오카시 무카바키마치 741 ☎0982-29-2155 (노베오카 관광협회)
- 2 시시가와 계곡**  
화강암이 침식되면서 생긴 계곡. 봄·여름에는 산림욕과 바위로 된 천연 미끄럼틀에서 강 놀이를 하고 놀고, 가을에는 눈부시게 아름다운 단풍 등 사계절의 운치를 느낄 수 있다.  
소재지/노베오카시 키타카타마치 키미시시가와 ☎0982-29-2155 (노베오카 관광협회)
- 3 시모아소 해안**  
환경성의 「해수욕장백선」의 특선에 뽑힌 큐슈 제일의 수질을 자랑하는 해안. 바로 옆에는 캠프장과 길의 역, 레스토랑이 갖추어져 있다.  
[길의 역] 소재지/노베오카시 키타카타마치 후루에3337-1 정휴일/무휴 (연말연시 제외) 영업/9시~18시 ☎0982-45-3811
- 4 무카바키 청소년 자연의 집**  
무카바키야마의 산자락 웅대한 자연림 속에 위치한다. 등산이나 계곡놀이 등 아웃도어의 거점으로 학교 행사뿐만 아니라, 가족이나 동료끼리도 이용할 수 있다.  
소재지/노베오카시 무카바키마치 760-3 ☎0982-38-0272
- 5 아타고야마**  
노베오카시 중심부에 있는 표고251m의 산. 산 정상 부근에 있는 전망대에서는 시가지를 두루 감상 할 수 있고, 그 야경은 미야자키현에서 유일하게 「일본 야경 유산」으로 인정되고 있다.  
☎0982-29-2155 (노베오카 관광협회)
- 6 호우리가와 온천 미안탕**  
무카바키야마와 같은 소바카타무키야마 국정공원의 명산·오쿠에야마의 기슭에 있는 천연온천. 웅대한 산을 바라보면서 입욕할 수 있다.  
소재지/노베오카시 키타카타마치 키와치묘우 10358-10 정휴일/목요일(축일일 경우 영업) 영업/10시~20시(월~수=18시까지 ※축일 전일은 제외) ☎0982-23-3080

광역 지도





큐슈 자유 산책로

# Kyushu NatureTrail

[미야자키 코스]

## 2 무카바키야마 코스 (노베오카시)

큐슈 자연 산책로

# Kyushu NatureTrail

## 2 무카바키야마 코스 (노베오카시)

◎오다케까지 약 4km, 소요시간: 약2시간

1:7,000 0 70 140 210 280 350  
지도상의 1cm은 70m

- 무카바키야마 코스
- 현민의 숲 코스
- 그 밖의 등산로
- 차도



QR에서 전자판을 다운로드 할 수 있습니다.

무카바키야마 · 키타다케 823m

조그만 광장이 되어 있다



무카바키야마의 원류가 된 청류

현민의 숲

가는길, 오는길 약 10분

비가 많이 중수되는 경우에는 건너지 않는 것도

가는길 약 35분  
오는길 약 15분

메다케의 벽면은 보고 「야호~」라고 외쳐보자

고개에 있는 사당을 왼쪽으로 들어가면 가면 절경 포인트가 있다

무카바키야마 · 메다케 809m

메다케로의 등산로는 상급자 전용

무카바키야마 · 오다케 829.9m

9부능선

8부능선

7부능선

절경 포인트



수량이 적으면 폭포의 바로 아래까지 내려온다

무카바키 폭포

폭포까지 5분

메다케 분기

5부능선

6부능선

고개

현민의 숲 코스 분기

제3의 돛

3부능선

2부능선

1부능선

무카바키야마

무카바키야마



여건이 좋으면 시코쿠의 아시즈리미사키를 내다 볼 수 있다



무카바키신사의 기둥을 뚫고 150m 앞의 산 입구에



홀륭한 모습의 무카바키 신사



다리에서는 무카바키 폭포를 바라본다.

가는길 약 30분  
오는길 약 15분

두치장애의 분기

3부능선

4부능선

고개까지 바위투성이 길을 계속 올라간다

5부능선

6부능선

7부능선

8부능선

9부능선

10부능선

11부능선

12부능선

13부능선

14부능선

15부능선

16부능선

17부능선

18부능선

19부능선

20부능선

21부능선

22부능선

## INFORMATION

### 교통 액세스

·노베오카 시가~무카바키야마 등산입구 까지 차로 약 30분

### 비상시 연락처

·노베오카 경찰청 대표 ☎0982-22-0110 긴급시)110  
·노베오카시 소방본부 대표 ☎0982-33-3327 긴급시)119  
·무카바키 청소년 자연의 집 ☎0982-38-0272

### 철도·버스

·JR노베오카 ☎0982-35-8260  
·노베오카 버스센터 ☎0982-32-3341  
※노베오카역점의 「노베오카 버스센터」에서 「무카바키 야마 등산입구」까지 1일 2~3편 운행

### 문의

·미야자키현 자연환경과 ☎0985-44-2624  
·노베오카시 도시계획과 ☎0982-22-7022  
·무카바키 청소년 자연의 집 ☎0982-38-0272

발행: 미야자키현 자연 환경과  
미야자키시 타치바나도리 히가시 2초메 10-1 ☎0985-44-2624  
기획·제작: (주) 미야자키 미나미 인쇄  
미야자키시 오오야자 타요시 350-1 ☎0985-51-2745

H28.3발행

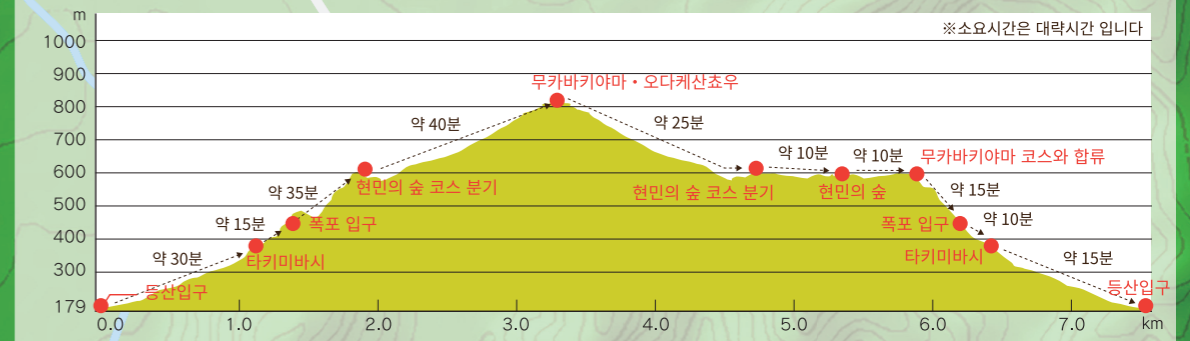
### 충분한 안전확인!

- 등산은 자기책임이 원칙입니다. 사전에 걸을 코스, 거리, 소요시간, 교통기관 등 충분히 확인 후 용통성 있는 스케줄을 짭니다.
- 등산 계획을 가정 및 경찰 등에게 제출합니다.
- 일기예보에 주의하고 천후의 변화를 최우선으로 하고, 스케줄변화 및 중지 등에 대응합니다.
- 복장, 신발은 등산, 하이킹에 적절한 것에, 지도, 식량, 물통, 우비등을 준비합니다.
- 휴식으로 멈추어 있을 경우에는, 낙하하는 가지가 없는지, 낙석의 위험은 없는지, 안전한 장소임을 충분히 주의합니다.

### 장비품 체크리스트

- 트랙킹 신발 배낭 체온조정이 되는 복장, 모자, 장갑
- 지도, 나침반 식량, 물통 우비, 라이트, 수건 휴대전화 (GPS가 있으면 편리하다)

※본 지도 및 료낫이도 「카슈미르 3D」를 이용하여 작성하였습니다.



※소요시간은 대략시간입니다