



SPOT | 蒜山三座



SPOT | 道の駅蒜山高原(レンタサイクル)



SPOT | 蒜山ハーブガーデン ハービル



SPOT | 茅部神社の桜並木



SPOT | 休暇村 蒜山高原(ラドン温泉)



SPOT | レストハウス白樺の丘



SPOT | 塩釜の冷泉



SPOT | 黄金杉



GOURMET | 蒜山そば



SPOT | 道の駅 風の家



SPOT | ひるぜんワイナリー



SPOT | ひるぜんジャージーランド



GOURMET | シンギスカン



GOURMET | ひるぜん焼きそば



SPOT | ヒルゼン高原センター



GOURMET | ジャージーソフトクリーム



GOURMET | ジャージー乳製品



GOURMET | 蒜山おこわ

SPOTS OF HIRUZEN-KOGEN HEIGHTS CYCLING ROUTE

HIRUZEN START - GOAL 蒜山エリア

①SPOT | 蒜山三座

蒜山三座は大山蒜山火山群の一部で、高さ1,100m余りの大型のトロイデ(鐘状火山)。古くから人が住みついて、狩りし農業を営んだものと考えられ、四つ塚古墳をはじめ各所に古墳が見られる。サイクリングをしながら新緑や紅葉を楽しめる。

レンタサイクル ②SPOT | 道の駅 蒜山高原
休憩室や情報コーナーあり。約70台のレンタサイクルを用意。ホテル「蒜山ヒルズ」が併設。

⑦SPOT | 蒜山ハーブガーデンハービル
蒜山三座が一望できる絶好のロケーション。7月は1万株のラベンダーが咲き誇る。工房ではリース作りなども体験でき、カフェではハーブティーやラベンダーソフトを味わえる。

⑧SPOT | 茅部神社の桜並木
古くは天磐座、十二所権現社ともいわれた歴史ある社。神社までの約1kmの参道を美しい桜並木が彩る。

レンタサイクル ③SPOT | 休暇村 蒜山高原(ラドン温泉)
蒜山三座の大パノラマを一望できる展望大浴場あり。ラドン湯の天然温泉「高原の湯」は、湯治にも最適。

⑭SPOT | レストハウス白樺の丘
雄大な高原風景を眺めながら食事を楽しめる。「鳴らせば幸せになれる」という言い伝えがある「蒜山高原 愛の鐘」がある。

③SPOT | 塩釜の冷泉

名水百選に認定され、中蒜山(1,123m)の裾の谷間から湧き出ている冷泉。水温は年中10度前後。

④SPOT | 黄金杉

推定樹齢約180年。各枝の先端の葉は色素を失い外観が黄金色を呈する。

⑨GOURMET | 蒜山そば

岡山県北部の高原地帯や山間地などは、昼夜の温度差が大きく、蕎麦づくりの好適地となっている。

⑩SPOT | 道の駅 風の家

名物は4月～12月までの“とれたて新鮮野菜市”。製品や地元特産品や工芸品、お土産品なども販売。

⑮SPOT | ひるぜんワイナリー

ショップとワインバー・カフェ併設。サイクリストには、ノンアルコールのスパリングワインや山ぶどう味のソフトクリームがおすすめ。

⑯SPOT | ひるぜんジャージーランド

レストラン、ショップでは、ソフトクリームやジャージーソーセージの盛り合わせなどが人気メニュー。ジャージー牛が放牧され、のどかな牧場風景を楽しめる。

⑤GOURMET | シンギスカン

蒜山でシンギスカンを始めたのは昭和30年代。蒜山産の野菜とヘルシーな赤身肉を地元の味でめしあがれ。

⑥GOURMET | ひるぜん焼きそば

昔から鶏肉(かしわ)を使った、味噌ベースの甘辛タレの焼きそばが一般的。手作りのタレは各店様々。

⑪SPOT | ヒルゼン高原センター

レストランでは、ひるぜん焼きそば、シンギスカン、蒜山そばなどのご当地グルメを楽しめる。「まにわ遊びの教室」ではアイスクリュー作りなど親子で遊べる体験も充実。

⑫GOURMET | ジャージーソフトクリーム

蒜山高原ではジャージー牛乳を使用した濃厚なソフトクリームが色々ところで食べられる。

⑰GOURMET | ジャージー乳製品

豊富な栄養価と濃厚でこくのある味で大人気のジャージー牛乳。ヨーグルトやチーズ、アイスクリューなど様々な製品をお試しあれ。

⑱GOURMET | 蒜山おこわ

祭りや祝事には必ず登場する蒜山を代表する郷土料理。もち米に鶏肉、油揚げ、フキ、ごぼうなど、素材のうまみと醤油の風味が上品に調和している。