

# 散策コース

※エネルギー消費量は体重50kgの場合

## かもしかハイキングコース

「ほっとゆだ」駅の裏手にある里山の尾根をつないだハイキングコース。ブナ、カシなどの豊かな天然林の中を歩くと、錦秋湖や山々の展望が広がります。下りは一部急な坂がありますが、ハイキングシューズと動きやすい服装なら誰でも気軽に楽しめます。

案内板に沿って歩くと展望案内板から三森山、焼石岳、南本内岳など南側の眺望が開けます。標高440mの最高地点を過ぎると北側の展望地。沢内盆地を見下ろし、真昼岳や笹峠などが臨めます。尾根を下るとやがて目の前に錦秋湖が広がり、特に秋の紅葉シーズンはおすすめです。



**コース** 約1時間20分  
ほっとゆだ駅→かもしかコース  
入口→展望案内板→最高地点→  
展望台→コース終点→ほっとゆ  
だ駅  
約3.5km、約161kcal

## 志賀来(しがらい)遊歩道

和賀川の左岸にそびえる志賀来山（標高563m）の斜面にかけて整備された遊歩道です。ブナ林を中心にミズナラ、コナラなどの落葉広葉樹林がたくさん残り、四季折々の自然が楽しめます。春はカタクリやシュンランの花、夏は目に鮮やかな緑の木々や昆虫、秋はキノコや紅葉、冬はスノートレッキング体験など森の恵みが堪能できます。



**コース** 約40分  
憩いの森→ブナ恵みの森→冒険の森→探鳥の  
森→学習の森→水辺の森→憩いの森  
約1.6km、約76kcal