



- ・神鍋高原
- ・ハチ北高原
- ・ハチ高原
- ・東鉢伏高原
- ・さのう高原

### パラグライダー

息をのむような但馬の絶景を  
楽しめるアクティビティ。良好な  
フライトエリアが多く、スクール  
も10校ほどあり、初心者も浮  
遊感を楽しめる体験フライト、  
上級者向けのライセンス取得  
コースなどを設けている。



### ゴルフ

自然の地形を生かした設計、夏  
も涼しい高原のコース、海を見  
下ろすコースなど、それぞれに  
個性的。いろいろ回って、お気  
に入りのコースを見つきたい。

- ・城崎カントリークラブ(豊岡市)
- ・神鍋高原カントリークラブ(豊岡市)
- ・大岡ゴルフ倶楽部(豊岡市)
- ・湯村カントリークラブ(新温泉町)
- ・生野高原カントリークラブ(朝来市)
- ・山東カントリークラブ(朝来市)

# 陸海空の レジャーもおまかせ

ゲレンデ遊びにマリンレジャー、  
スカイスポーツ…。但馬なら  
オールシーズン楽しめる!

### ウォータージャンプ バックジャンプ

フリースタイルのジャンプを安全に練習で  
きる設備。プールやエアマットに着地する。  
若杉高原大屋スキー場にはこのほか、日本  
唯一のモーグルウェアを備えたサマーゲ  
レンデがあり、夏も冬も楽しめる。\*【所】養父  
市大屋町若杉【問】079-669-1576



map F-8

### フォレストアドベンチャー・朝来

日本初登場となるアクティビティを6つ採  
用し、4つのジップトリップコースを導入し  
ている。目玉である「ターザンスイング」は国  
内最大級。\*【¥】大人3,500円、小人  
2,500円※団体割引有【所】兵庫県朝来  
市佐養66【時・休】直接お問い合わせくだ  
さい。11月末~3月末は、積雪により冬季  
クローズ【問】090-6739-2195

2016年6月には豊岡市にフォレストアドベンチャー・奥  
神鍋もオープン。【所】兵庫県豊岡市日高町山田690  
【問】070-2301-9531 map E-4



大人向け本格派  
アスレチック



かめかむ  
ポイント

ゲレンデ付近の民宿街には、冬以外にも郷土料理の  
食事や山菜採りの案内に  
力を入れている宿がある。  
定宿にして、ふるさとの気分  
を味わってみては。

### スノーシューで 雪原ハイキング

スキーやボードは苦手だけど雪の  
中で遊びたいという人には、ス  
ノーシューハイキングがおすすめ。と  
ちのき村(尼崎市立美方高原自然  
の家)にはツアーコースが設定  
されている。兎和野高原野外教育  
センターは用具の貸し出しあり。神  
鍋高原ではイベント開催あり。



海のレジャーなら○○、スノーボ  
ードなら××。但馬は?と聞かれ  
たら、それほど明確なイメージ  
はないのかも。でも、それは、海  
水浴にスノーボード、ゴルフ、パ  
ラグライダー、アウトドア…とあ  
らゆるレジャーが楽しめること  
の裏返し。しかも、京阪神から  
2~2時間半の近場にあると  
いうお手軽感。すべての市町に  
日帰り温泉があるから、遊んだ  
あとの疲れも癒せる。但馬  
のレジャーはまさに鉄壁!

冬の自然も  
満喫しにきてね!



やっばー

### 多彩な ゲレンデ

※20ページ~地図  
ママーク参照。

但馬は西日本屈指のゲ  
レンデエリア。県下最高峰の  
氷ノ山など1000mクラスの  
山々が連なる。関西でいち  
早く人工雪コースがオー  
プンするのは神鍋。キッズパ  
ークのあるゲレンデも。



じやー。

環境省の「快水浴場百選」に選ばれている竹野浜をは  
じめ透明度の高いビーチが点在し、キャンプ場を併設し  
ている浜もある。山陰海岸ジオパークに認定されている  
エリアで、初夏から秋にかけてはイカ釣り船の灯りが水  
平線に並ぶことから「漁火ライン」とも呼ばれる。

※20ページ~地図 マーク参照。

## 海水浴場は 15箇所!



map F-1  
ワンコ専用の  
「青井浜ワンワンビーチ」は  
愛犬家に大人気!



### スノーケルで

## 熱帯魚に出会える!?

map F-1 竹野スノーケルセンター 要予約

びっくりするほどすきとおった海。サンゴや熱帯魚も生息している。ウェッ  
トスーツなどの道具は一式借りることができ、インストラクターの指導があ  
るので、初心者も安心して楽しめる。  
\*【¥】大人4,000円、小人2,450円【時】2時間9:30~、13:00~  
【期】6~10月末頃【休】水曜日※4~9月無休【問】0796-47-1932

アウトドアは楽しみたいけどデ  
ントはちょっと…。家族や友人  
と貸し切りで気兼ねなく過ご  
したい。そんな時にはログハウス  
やコテージはいかが? ログハ  
ウスカナダは全棟に温泉付き!

### 別荘感覚の ログハウス

- ・ログハウス カナダ(新温泉町)
- ・相大池公園バンガロー村(香美町)
- ・スカイビラさのう(朝来市)
- ・おおよ農村公園(養父市)
- ・石ヶ堂古代村(養父市)
- ・ログハウス「ゆら」(養父市)
- ・若杉高原(養父市)
- ・湯の原温泉オートキャンプ場(豊岡市)
- ・但東自然の郷(豊岡市)
- ・こだま荘(豊岡市) ※ワンコOK ほか



※20ページ~地図 マーク参照。

30ほどあるキャンプ場は、快適なオートキャンプ場から、ほぼ  
自然のままのキャンプ場までバラエティに富んでいる。ローケ  
ションもビーチサイド・河畔・滝・高原・森林など様々。