



海と島と奇岩の変化が楽しめる海上アルプス

たていしやま

立石山

169m

- 距離：約 1.5km（登山口～山頂）
- 歩行時間：上り約 40 分、下り約 30 分



(鎧岩)



(山頂からの眺め)



(遊歩道・左奥の岩が山頂)

※すべての地図は、国土地理院の電子地形図を加工して作成したものです。

白石島は瀬戸内海国立公園の代表的な自然景観美を持つ島である。立石山はその南部に位置し、晴れた日には、山頂から遠く伯耆大山や四国の石鎚山などの名山が眺望でき、備後・水島の両灘を大パノラマで楽しめる。

また、島内には大玉石や鎧岩などの奇岩、タイ式仏舎利塔などの観光スポットが点在しており、巨岩・奇岩を見ながら、山を歩くことができる。

*登山道：

- ・島内には約 40 分かけて登る登山道が整備されている。
- ・4 時間かけて島内の観光資源を巡りながら白石島の尾根を縦走できる遊歩道や、2～3 時間かけて歩く小学校高学年以上を対象とした遊歩道も整備されている。
- 【ハイキングコース：中西屋旅館～はと石～開龍寺～応神山（高山展望台）～大玉石～立石山～鳥の口】（全長 4km、所要時間は 5 時間）
- ・山頂に展望台あり。標識あり。

*注意点／アドバイス：

- ・山中にはトイレや山小屋、水飲み場はなく、事前の準備が必要。公衆トイレは白石港、白石島海水浴場、開龍寺にあり。
- ・遊歩道の道中は道幅の狭い場所や滑りやすい場所があるので注意が必要。

*登山口までのアクセス：

- ・白石港から徒歩 20 分。

*周辺情報：

- ・島内宿泊可能（旅館 3 軒、民宿 1 軒）。
- ・白石港に土産物屋あり。
- ・前日までに地元の旅館などに申し込めば、ガイド付き登山が可能（有料）。

■島のプロフィール

最高地点からは瀬戸内海を 360 度見渡せる。盆踊り「白石踊」（国指定重要無形民俗文化財）は優雅にして勇壮。

<周辺位置図>



◆ 「しま山 100 選」とは

(公財) 日本離島センターでは、海に囲まれた島の山々の個性や魅力にスポットをあて、全国の島々を対象に、「しま山 100 選」を選定しました。「しま山」を通じて、訪れる人にも、島の人にも、島の魅力を再発見してもらい、交流の促進につなげていくことがねらいです。

そもそも島とは、海の底から立ち上がった山であり、その姿は高山のような雄大さがありますが、海拔にすれば 1,000 メートル以上のしま山は少なく、体力をあまり気にせずに頂を極める満足感が得られ、一年を通じて楽しめる山が多いことが魅力です。草花や生きもの、地形や地質、全方位のパノラマや多島美、史跡など、しま山ならではの特別な宝物にも出会えるかもしれません。

海を渡ると、そこは島時間。日常からちょっと離れて、島旅・山旅にでかけてみましょう。山から島を眺めれば、島の形や人々のくらしの場、島を囲む美しい海や砂浜、遠くの島々まで見渡すことができ、その島をもっと身近に、もっと好きになれるはずです。



「しま山」登山は、情報集めから

本シートは、各山の魅力をまとめることで、まずは「しま山」や島に興味を持ってもらうことを目的として作成したものです。「しま山」に行くことが決まったら、より詳細な情報を集め、登山計画を立てましょう。

島旅は、季節や天候によって行程などに影響の出やすいものです。事前に、インターネットやガイドブックなどで最新情報を確認するとともに、観光案内所や宿の方などに相談してみるのも、おすすめです。