

▶ 御殿場駅発着で楽しめる!レベル別3コースを徹底紹介



御殿場市は、西に富士山や愛鷹山、東に箱根の山々がそびえる山の街。軽快な自転車が一台あれば、初心者もベテランも大満足なサイクリングコースが豊富にあります。ここでは、御殿場駅を起点とするレベル別のおすすめコース「富士一」「御殿場口ヒルクライム」「長尾峠パノラマ」の3コースをご紹介。各コースの地図や走るときの注意点、コース上の絶景&グルメスポットなどをまとめてありますので、参考にしてくださいね。

御殿場市内には、サイクリストの休憩スポット・サイクルピットが各所に設置されています。 QR コードからサイクルピット 設置店をチェックしよう!



CORSE1. 「富士一」

レベル ★★★

富士山をぐるりと一周する 100km 強のラウンドコース。距離があるだけでなく勾配もキツイため、体力に自信がある人向け。山麓を走りながら、眺める角度によって表情が変わる富士山の山容を楽しむことができる。



CORSE2.「御殿場口ヒルクライム」

レベル ★★☆

御殿場駅から富士山新五合目までを登って下るピストンコース。進むほどに眼前に迫ってくる雄大な富士山の景色がなにより魅力的。途中、キャンプ富士の横を走ったり原生林を走ったりと、富士山以外の景観も楽しい。



CORSE3.「長尾峠パノラマ」

レベル ★☆☆

御殿場市街の東側にある乙女駐車場を起点に長尾峠・乙女峠をラウンドするコース。距離も勾配もハードすぎず、ビギナーにおすすめ。コース上に「富士山眺望遺産」など絶景スポットが点在し、温泉があるのもポイントだ。



御殿場サイクリストご用達の肉料理

自身がサイクリストである永井誠一さんがオーナーの食堂。地場産の「あしたか牛」「すそのポーク」を使ったボリューム満点の肉料理がサイクリストにも大人気。御殿場ライドの腹ごしらえに、ぜひ足を運んでみよう。



にく友

営業時間:11:30~14:00/17:30~21:00

定休日:火曜日

静岡県御殿場市川島田 65 Tel.0550-82-0004



▶ 富士山麓をぐるり一周 アレンジして楽しもう



富士山山麓を周回する、通称「富士一(フジイチ)」と呼ばれるこのコースは、アップダウンが激しいので健脚の方におすすめです。そのぶん、走り終えたときの達成感も3コースのなかで一番大きいと言えるでしょう。日帰りでも走破可能ですが、途中で1泊して、ゆっくり一周するのもおすすめです。ここでは、御殿場市内で立ち寄ってほしいスポットも掲載しました。文化や歴史にも触れながら、長い自転車旅をお楽しみください。

Oコース DATE

走行距離:約107km 獲得標高:1,592m 所要時間:約7時間

スタート / ゴール:御殿場駅 富士山口

ルートラボ DATE はこちら→



コースのポイント



1. 御殿場駅 富士山口

駅の階段を下りると広場があり、そこで自転車を組み立 てられる。広場に面した御殿場市観光協会では、観光情 報をゲットできる。



2. 新橋浅間神社「木の花名水」

木之花咲耶毘売命を祀る新橋浅間神社には「木の花名水」 と名付けられた湧水がある。お詣りをしたら水を汲み、 長旅に備えよう。



3. 御殿場市馬術スポーツセンター

NTC 競技別競技拠点に指定され、トップレベルの選手たちが鍛錬する場。その看板を横目に見ながら、自転車に乗って走り抜けよう。



4. 篭坂峠

富士山と三国山稜を結ぶ峠。いくつかカーブを越えていくと、山中湖へと抜けられる。クルマの交通量が多いの 慎重に走行しよう。



5. 国道 469 号線(須山周辺)

秋には黄金色に輝くススキが広がる。御殿場駅から反時計回りに走れば、夕日に染まる富士山とススキの絶景に 出合えるかも。



6. 山崎精肉店

国内産の馬肉や御殿場純粋金華豚を販売する人気の精肉店。店頭で販売されている手作りコロッケは旅の行動食に最適だ。

► RIDER'S RECOMMEND

富士一のココが魅力!

富士山を一周ぐるっとライドする通称『富士一』の醍醐味は、日本一の富士山を周遊し、四季折々いろいろな姿の富士山を間近に眺めながら適度なアップダウンを走破する達成感です! 富士山周辺の観光地やグルメも楽しめます。とくに御殿場は、電車での輪行でも車載でも発着地点としてとても便利な街。ここ御殿場を起点に反時計回りに進むと走りやすいですよ。走行後の温泉も楽しみの一つです。



永井誠一

「富士山御殿場サイクリングプロジェクト」の代表をつとめ、御殿場の自転車事情に詳しい。自身がオーナーである飲食店「にく友」には、多くのサイクリストが集まっている。



▶ きつい勾配を走り抜け、国内最高峰の五合目へ



毎年夏に御殿場市で開催されている一大イベント「富士登山駅伝競争大会」のコースの一部であり、御殿場駅〜富士山御殿場口新五合目を往復するコースです。御殿場駅からは富士スカイラインを一直線に進むのみなので、徐々に迫ってくる富士山を見つめながらヒルクライムに集中することができます。キャンプ富士など、御殿場ならではの景色が楽しめるのもポイント。また、途中にサイクルピットもあるので万が一のときも安心です。

ルートラボ DATE はこちら→



Oコース DATE

走行距離: 31.8km 獲得標高: 985m

所要時間:約3時間15分

スタート / ゴール:御殿場駅 富士山口

コースのポイント



1. コンビニエンスストア

コース上では最後となるコンビニエンスストアがここ。 行動食や水分など、不足があれば補給しておこう。富士 一はここの手前の信号を右折する。



2. キャンプ富士

米軍の海兵隊が常駐している。基地からは大型の車両が 出入りしているので、注意して走ろう。向かいには陸上 自衛隊 滝ヶ原駐屯地がある。



3. 国立中央青少年交流の家

トイレやサイクルピットがあり休憩場所に最適な宿泊施設。管理棟を訪ねれば、空気入れや工具などを借りることもできて心強い。



4. 馬返し

原生林に囲まれた道を登っていくと、標高 1,050m で道の脇に「馬返し」の標識が現れる。富士登山駅伝競争大会の中継点のひとつ。



5. 太郎坊トンネル

トンネルの手前を右に曲がり、富士山御殿場口新五合目 と向かう。ここから先は平均斜度 13%の急勾配が続く。 最後の力を振り絞ろう。



6. 富士山御殿場口新五合目

標高 1,440m にある富士山登山口。7~8月のハイシーズンは富士山登山客で混雑する。この時期はマウントフジトレイルステーションも設置される。

► RIDER'S RECOMMEND

御殿場口ヒルクライムのココが魅力!

御殿場口丸太交差点からスタートして、真っすぐ富士山に向かっていくコースです。米軍のキャンプ地を抜けると静かな美しい原生林が広がるので楽しいですよ。ラスト1.5kmは平均斜度10%超えるのでかなりキツイですが、登り終えた達成感とそこから見る景色は素晴らしいものがあります。スタートから1000mほど登るので、気温が大きく変わります。体が冷えないように、ウィンドブレーカーのご用意を忘れずに。



小澤正志

御殿場在住のサイクリスト。クロスバイクで会社へ通勤したことがきっかけで自転車の魅力に目覚める。 最近は愛車のロードバイクで御殿場周辺のサイクリングコースを開拓中。



▶ 3 つの富士山眺望遺産と芦ノ湖の絶景を満喫



長尾峠を経由して箱根側へ抜け、乙女峠から御殿場へ戻ってくるコース。御殿場側では富士山が、箱根側では芦ノ湖とそのまわりの山々が見渡せます。御殿場市内に全5箇所ある「富士山眺望遺産」のうち3箇所がこのコース内にあり、天気の良い日にめぐれば絶景に出合えるはず。長尾峠と乙女峠でトンネル内を通過するので、日中の走行でも安全のためにヘッドライトを携行しましょう。グルメや温泉など立ち寄れる場所も沢山あります。

Oコース DATE

走行距離:約 26.5km 獲得標高:524m

所要時間:約1時間46分

スタート / ゴール: 御殿場駅 乙女口

ルートラボ DATE はこちら→



コースのポイント



1. 富士仏舎利塔平和公園

白い仏舎利塔がシンボルとなっている公園で、富士山眺望遺産のひとつ。桜の名所でもある。園内には日本山妙法寺もあり見どころ満載。



2. 乙女駐車場

乙女森林公園第二キャンプ場付近の無料駐車場。マイカー派はここを起点にサイクリングを楽しむ人も多い。 富士山の景色が素晴らしい。



3. 旧しるこや絶景スポット

かつて峠の茶屋「しるこや」があった場所で、隠れた絶景スポット。石碑や鳥居越しに富士山をカメラに収めることができる。



4. 長尾峠

トンネルを抜けてすぐ、箱根の湖や山々を見渡せる場所がある。長尾峠~乙女峠は、稜線上の気持ち良い道が続くコースのハイライト。



5. 乙女峠ふじみ茶屋

乙女トンネルから御殿場側へ下った場所にある食事処。 富士山眺望遺産に認定されている「乙女の鐘」や湧水が ある。だんごが有名。



6. 富士松天望台

富士山眺望遺産のひとつで、富士松天望レストランの駐車場が展望スポットになっている。館内でも富士山を眺めながら食事を楽しめる。

► RIDER'S RECOMMEND

長尾峠パノラマのココが魅力!

無理のない距離や勾配で、初めてヒルクライムに挑戦するという方にもおすすめのコースです。登りの途中にある鳥居では一度脚を止めて、休憩がてら気持ちの良い風を感じてみてください! そしてトンネルを過ぎたらすぐに右手に現れる絶景も見逃さないでくださいね。下りは絶景ポイントが沢山あるので、最高な景色と心地よい風を楽しみながらゆっくり堪能してみてください!



布袋田沙織

ピラティスインストラクター・ボディメイクトレーナー。アクティブなカラダやココロの育成を目指してモデル、アナウンサーやスポーツ選手にトレーニングを行っている。2013年よりマウンテンバイクを始め、国内レースへの参戦のほか、2017年よりamitymountaincrewとして海外のレースやフィールドに挑戦するなど、さらに活動の場を広げている。