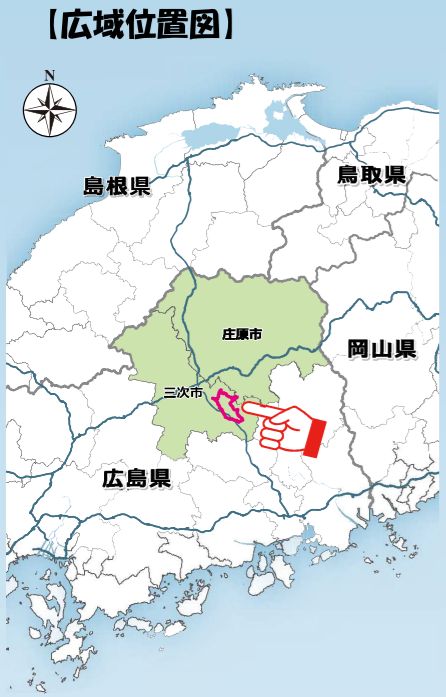


# 灰塚レイクサイドコース Y-5



**【コースデータ】**  
 灰塚ダムの湖畔と、銀の道を楽しめるコース。  
 花や魚や鳥や虫たちとふれあえる灰塚ダム知和ウェットランドや、歴史的な史跡を巡る盛りだくさんのコース。

距離	36km
最大標高差	215m
平均斜度	上り：4.7% 下り：4.1%
獲得標高	上り：549m 下り：543m
想定所要時間	2時間 25分



**① 灰塚ダム**  
 堰堤の高さ 50mの重力式コンクリートダム。ダム上流には壮大なハイツカ湖が広がり、水生植物や四季折々の自然が美しい。周辺には公園、コテージなどレクリエーション施設も充実している。

**P** 駐車場利用時間：終日  
 住所：三次市三良坂町仁賀 1575  
 ☎0824-44-4360

**② ハイツカ湖畔の森**  
 ハイツカ湖が望める丘にあるコテージや展望台、遊具がそろっているレクリエーション施設。陶芸学習舎ではプロの陶芸家の指導による陶芸体験もできる。

**P** 駐車場利用時間：終日  
 営業時間：要予約  
 定休日：不定休  
 住所：三次市三良坂町仁賀 563  
 ☎0824-44-3711

**③ 吉舎歴史民俗資料館 / 美術館あーとあい・きさ**  
 吉舎がふるさとの奥田元宋・小由女夫妻の作品を展示。芸術の薫り高い特別展も魅力的。吉舎歴史民俗資料館を併設している。

**P** 駐車場利用時間：10:00～17:00  
 営業時間：10:00～17:00  
 定休日：毎週月曜日（祝日は開館）、年末年始  
 住所：三次市吉舎町吉舎 546-1  
 ☎0824-43-2231

**④ 知和ウェットランド**  
 ハイツカ湖の浅水域 70ha に広がる日本最大規模の人工湿地で、水生植物や野鳥の宝庫。双眼鏡や参考図書を備えた管理棟から野鳥の観察ができる。

**P** 駐車場利用時間：9:00～17:00  
 営業時間：9:00～17:00  
 定休日：毎週木曜日  
 住所：三次市吉舎町知和  
 ☎0824-43-2324

**サイクリングの前に必ずお読みください**

- 自転車は**車道を左側通行**してください。並走は危険なので1列になって走りましょう。また、自転車通行可能な歩道を通る場合は、歩行者優先で車道側を徐行運転しましょう。
- イヤホンを両耳にして音楽を聞きながらの運転や、携帯電話を操作しながらの運転、傘を差しながらの運転など「ながら運転」はやめましょう。
- 夜間走行やトンネル内走行の際には、必ず**フロントライトと赤色尾灯**（もしくは反射材）を点灯しましょう。また薄暗くなってきたら、周りに存在を気づかせるため、**早めに点灯**しましょう。
- 安全対策のため、**ヘルメットは必ず装着**しましょう。
- 狭い道や下り坂では、出会い頭の事故を防ぐため、**スピードは控え**ましょう。
- 水分補給を忘れず**に、こまめに給水してください。また、長距離を走る時は**補給食も携行**しましょう。
- 出発前には、**自転車の整備**を十分に行いましょう。また、パンク修理キットを携行するなど、**自転車トラブルへの対応**を心がけましょう。
- その他、**道路交通法に従って**、サイクリングをお楽しみください。

**お問い合わせ先**

**【観光に関すること】**  
 三次市地域振興部観光交流課 TEL 0824-64-0066 FAX 0824-62-6235  
 E-mail kankou@city.miyoshi.hiroshima.jp  
 三次市役所三良坂支所地域づくり係 TEL 0824-44-3111 FAX 0824-44-3675  
 E-mail mirasaka@city.miyoshi.hiroshima.jp  
 三次市役所吉舎支所地域づくり係 TEL 0824-43-3111 FAX 0824-43-3062  
 E-mail kisa@city.miyoshi.hiroshima.jp  
 (一社)三次市観光協会 TEL 0824-63-9268 FAX 0824-63-1179  
 E-mail miyo-344@bz01.plala.or.jp

**【サイクリングマップに関すること】**  
 広島県商工労働局観光課 TEL 082-513-3388 FAX 082-223-2135  
 E-mail syokankou@pref.hiroshima.lg.jp  
 広島県土木建築局道路整備課 TEL 082-513-3897 FAX 082-227-2205  
 E-mail dodousei@pref.hiroshima.lg.jp

◆アンケートのお願い◆  
 下記URLより、アンケートへのご協力をお願いします。  
<https://www.pref.hiroshima.lg.jp/soshiki/98/yamanami-map.html>

**【凡 例】**

- Start スタート地点
- サイクリングコース
- 坂道区間
- 幅員が狭い区間
- トンネル部
- コースの進行方向
- 観光地
- コンビニ
- 飲食店
- 宿泊施設
- その他の施設
- 駐車場施設
- トイレ
- ビューポイント
- 道の駅