



**電車で越しの方**  
 《新宿から》小田急線特急小田原行きで本厚木駅まで約45分  
 《横浜から》相鉄線特急海老名行き海老名駅まで約30分  
 小田急線小田原行きに乗り換え約5分  
 《新横浜から》JR横浜線八王子行き町田駅まで約25分  
 小田急線特急小田原行きに乗り換え約15分  
 《小田原から》小田急線特急新宿行きで約30分

**お車で越しの方**  
 《東京方面から》  
 ①東名高速道路東京ICから厚木ICまで約30分  
 ②中央自動車道八王子ICから圏央厚木ICまで約25分  
 《横浜方面から》  
 東名高速道路横浜町田ICから厚木ICまで約30分

**INFORMATION**  
 窓口で旬な情報を開けるほか、近隣の観光パンフレットや地図を入手することができます。  
**本厚木駅観光案内所**  
 営業時間 9:00~17:00 定休日 年末年始、ミロード休館日  
 ☎ 046-228-1131 / FAX 046-227-3651  
**東丹沢七沢観光案内所**  
 営業時間 9:00~16:00 (4月~10月)、9:00~15:00 (11月~3月)  
 定休日 年末年始、毎週月曜日(祝日の場合は開所し、木曜日が休み)  
 ☎ 046-248-1102 / FAX 046-248-1103

厚木市観光協会ホームページ「あつぎ観光ナビ」  検索

厚木市観光協会Instagram  検索

厚木市ホームページ  検索

企画・発行 厚木市 商業観光課  
 〒243-8511 神奈川県厚木市中町3-17-17  
 TEL 046-225-2820/FAX 046-223-7875  
 E-mail 3800@city.atsugi.kanagawa.jp  
 衣装協力 mont-bell 令和8年3月発行



**本厚木駅を起点とした 登山エリアへのバス案内**

**A 飯山観音・白山エリア**

白山順礼峠 桜山 猪久保  
 本厚木駅北口⑤から上煤ヶ谷、宮ヶ瀬、上飯山行きバス「飯山観音前」(桜山コースは尼寺)下車  
 ※少し歩きますが⑥宮の里方面 飯盛山下車でも可

**B 七沢・広沢寺温泉エリア**

鐘ヶ嶽 見城 日向山 二の足林道 不動尻 大山 三峰山  
 厚木バスセンター⑦から七沢行きバス「広沢寺温泉入口」下車  
 ※本数は非常に少ないが広沢寺温泉行きもあり。その場合、鐘ヶ嶽は鐘ヶ嶽バス停、その他は終点の広沢寺温泉が利用可能  
 ※伊勢原駅、愛甲石田駅からも七沢方面のバスあり

**C 三峰山**

行き 本厚木駅北口⑤から上煤ヶ谷、宮ヶ瀬行きバス「煤ヶ谷」下車  
 帰り 「広沢寺温泉入口」から厚木バスセンター行きバス終点下車

**D 高松山**

行き 厚木バスセンター⑦から高松山経由森の里行きバス「高松山入口」下車  
 帰り 「小野宮前」から厚木バスセンター行きバス終点下車

**E 鷹尾山**

行き 本厚木駅北口①から鷹尾団地行きバス終点下車  
 帰り 「まつかけ台」から厚木バスセンター行きバス終点下車  
 ※八雲山に下山の場合は八雲山いこの森入口から愛川町役場東棟まで本厚木へ

**秦野・伊勢原の大山エリアへのバス案内**

行き 秦野駅4番乗り場から 秦野駅4番乗り場から 伊勢原駅4番乗り場から  
 帰り 秦野駅4番乗り場から 秦野駅4番乗り場から 伊勢原駅へ

神奈川県中央交通 <https://www.kanachu.co.jp/>

**下山後に食べたい 厚木の味!**

厚木に来たらぜひ食べてもらいたい地元の味。市内のお店でお求めください。詳細はこちらから



市内にある食肉センターから新鮮な豚肉が手に入る厚木ならではのソルフード。市内の焼き肉店やホルモン焼き店で食べられるほか、精肉店でも購入いただけます。



低脂肪で低カロリーながら栄養価が高く、コラーゲンたっぷりのいのしし鍋。秋～冬の定番料理として、七沢や飯山の温泉宿を中心に食べられます。



全国新酒鑑評会で金賞を受賞した「大吟醸盛升」をはじめとした市内唯一の酒蔵「黄金井酒造」が作り出す銘酒。昔ながらの製法にこだわった、米のうま味と香りを味わうことができます。七沢の直売店をはじめ、市内の酒販店で購入いただけます。

**あつぎ温泉郷 下山後はほっこり あつぎ温泉郷**



**七沢温泉 | 広沢寺温泉 | かぶと湯温泉**  
 大山の東麓に位置する七沢温泉、広沢寺温泉、かぶと湯温泉。山裾の斜面に閑静なたずまいを見せる旅館が建ち並び、素朴な情景が広がります。お肌はつるつる、体もほかほか。日帰り入浴もあるので、七沢周辺のハイキングや大山からの下山後に立ち寄り、一日の疲れを癒やしてください。



**飯山温泉**  
 東丹沢山麓の東端に位置し、山並みに囲まれた飯山温泉。自然があふれ、古くからの趣深い風景が広がり、七沢温泉、広沢寺温泉、かぶと湯温泉とともに肌がつるつるになることから「美肌の湯」ともいわれています。飯山観音の参拝やハイキングと合わせてお楽しみください。



本厚木駅北口5番乗り場から上飯山・宮ヶ瀬行きバスで約25分。小峠久保または飯山温泉入口下車。



**森林セラピー®とは**  
 医学的な根拠に裏付けられた森林浴効果のことで、森林環境を利用して心身の健康維持や増進、病気の予防を目指す取り組みの総称です。森林の中に身を置き、森の地形を利用した歩行や運動、レクリエーションなどによって、人間の本来持つ治癒力を高めて健康になることを目指します。厚木市の七沢周辺は全国約60カ所以上ある森林セラピー®の森の一つで、森林浴で健康になるための様々な取り組みを行っています。

**セラピーロード®とは**

ウォーキングロードとも呼ばれる、基地・ロード認定審査委員会認定の散策路です。様々なフィールド実験に基づき、専門家による科学的効果の検証がなされたコースを指します。厚木市では白山順礼峠、鐘ヶ嶽、大山へ至る二の足林道がセラピーロード®として認定されており、セラピー効果を記した案内板が散策路沿いに設置されています。

**森林セラピー®の楽しみ方**

- **運動**  
 里山散策からハイキングまで、自分にあったコースをのんびりウォーキング。
- **リラクゼーション**  
 心地よい場所を見つけ、樹木や草花の香りをかいてみる。鳥の声や風にそよぐ木々の音を聞きながら、ゆったりとした時間を過ごす。
- **温泉**  
 森林浴やハイキングの後は、あつぎ温泉郷でゆったり入浴。

