

あるこ!
九州自然歩道の旅①



福智山の山頂から見た眺望

歩くことが大好きな私は標高6221mの皿倉山の山頂に立ち、ある石碑を見ていました。九州7県を通る全長約3千kmの「九州自然歩道」の起点・終点を示すものです。皿倉山から福智山、平尾台、英彦山へと続き、英彦山からは佐賀方面と大分方面に分岐、鹿児島で再度合流して佐多岬

まで続く。九州を一周する壮大なロングトレイルです。

ロングトレイルとは、長距離歩道を指します。山頂を目指すのではなく、距離や速さを競うものでもありません。歩くことで自然を楽しみ、地域の文化や人情を味わうもの。ただ通り過ぎるのではなく、ゆっくりとしたペースで何げない森や街を見て歩くと、意外な発見もできます。

ような元気をもらえます。このルートはかなりアツプダウンがあり、ハードな所もあります。それでも途中で下山できる横道があるため、体力や時間に合わせ歩いてるのが人気の秘密かもしれません。また、九州自然歩道の看板が一定間隔で設置してあるので安心して歩けるし、距離表示によって進んでいる実感を味わえるのも魅力です。

九州を巡る3千kmの自然歩道に向かって、私は皿倉山から一歩を踏み出し、まずは英彦山へ向けて歩き始めました。意気揚々と、同じ帆柱山系である権現山の中腹を通り、そこから険しい下り坂へ。下るときは足への負担が大きいため、なるべく膝に衝撃が少なくなるよう太ももに重心を置き、ゆっくりと歩きます。

皿倉山―福智山間はいくつもの山々が連なり、人気の縦走コースです。多くの登山者やハイカーとすれ違い「こんにちは」とあいさつを交わします。1人の歩き旅は人と会話することが少なくなってしまうので、短いあいさつでも栄養剤の

私は地図を見て、自分の歩いた道に線を引き、一人でニマニマしています。歩き旅だからこそ、線でつなげると「自分だけの地図」ができるのです。

ついに標高901mの福智山山頂に到着しました。360度の眺望とともに、ここまで歩いた軌跡を振り返ると、遠くに皿倉山が見えます。1層にも満たない一歩一歩を繰り返すことでこんなに遠くまで来られるんだ！ そう実感する瞬間です。来月は、カルスト地形や鍾乳洞で有名な平尾台を歩く予定です。

（九州自然歩道フォーラム 会員 福岡市）

第2木曜掲載、次回は9月12日

皿倉山―福智山 ゆっくり景色楽しむ