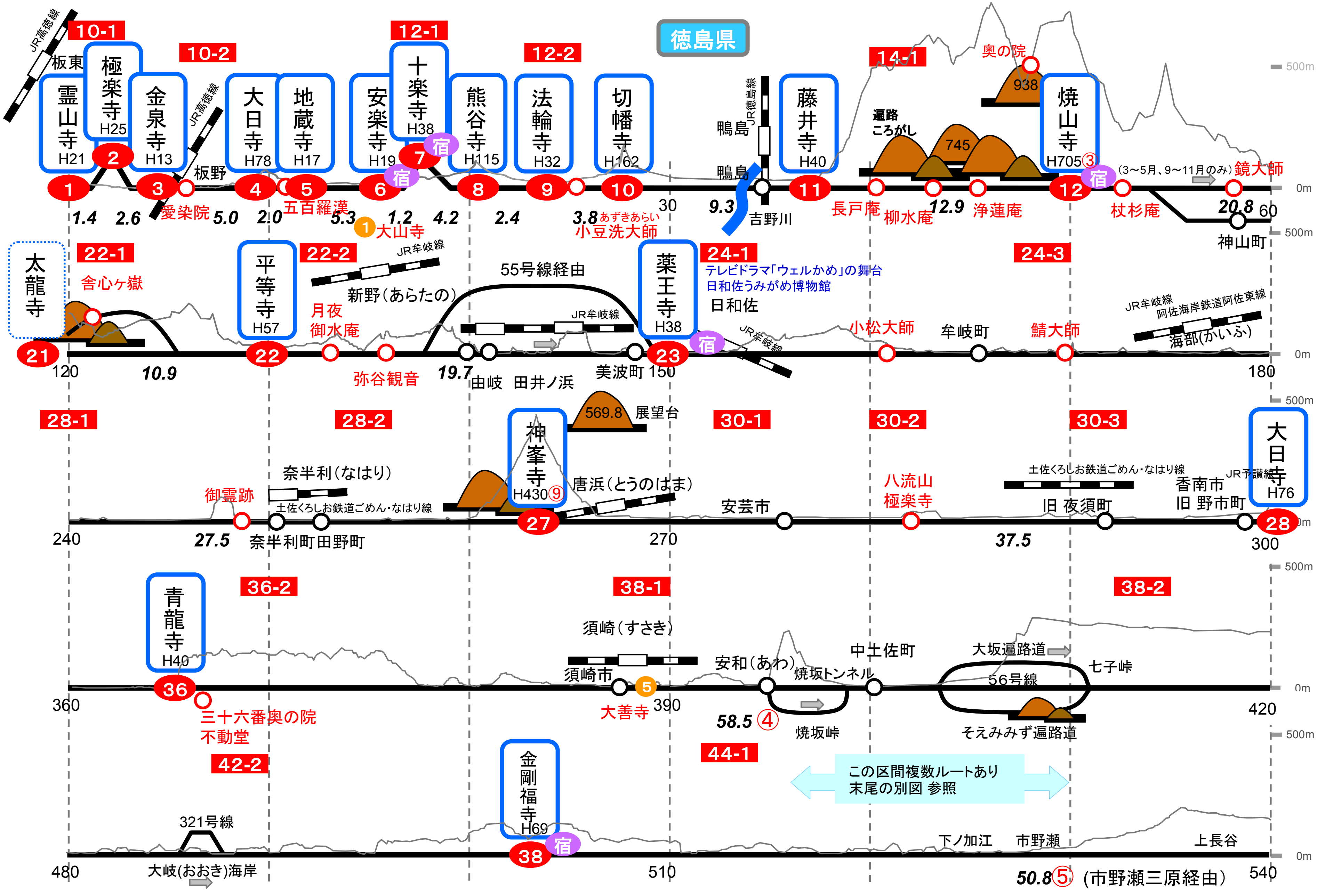
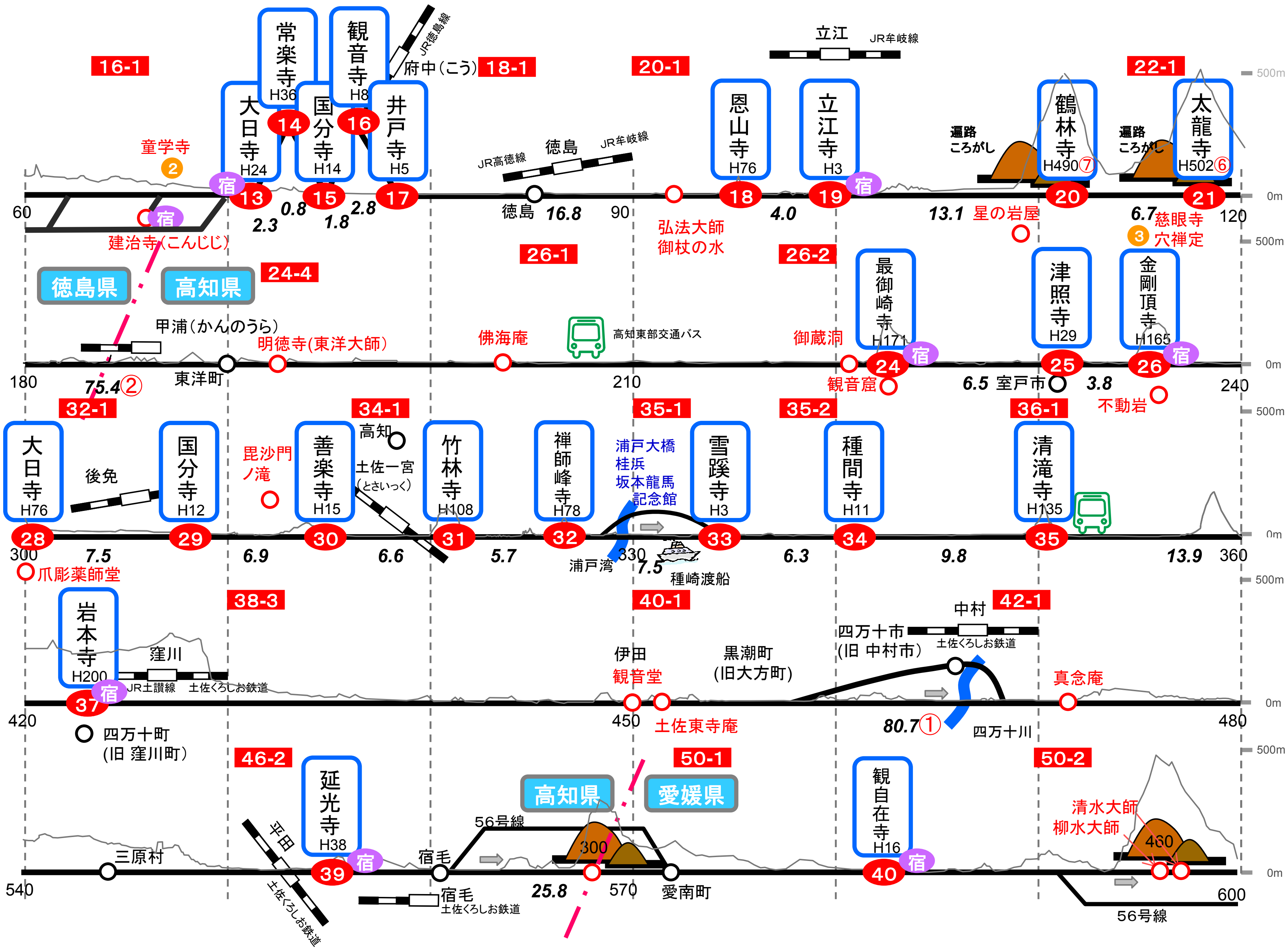
四国遍路八十八ヶ所
ひとり歩き

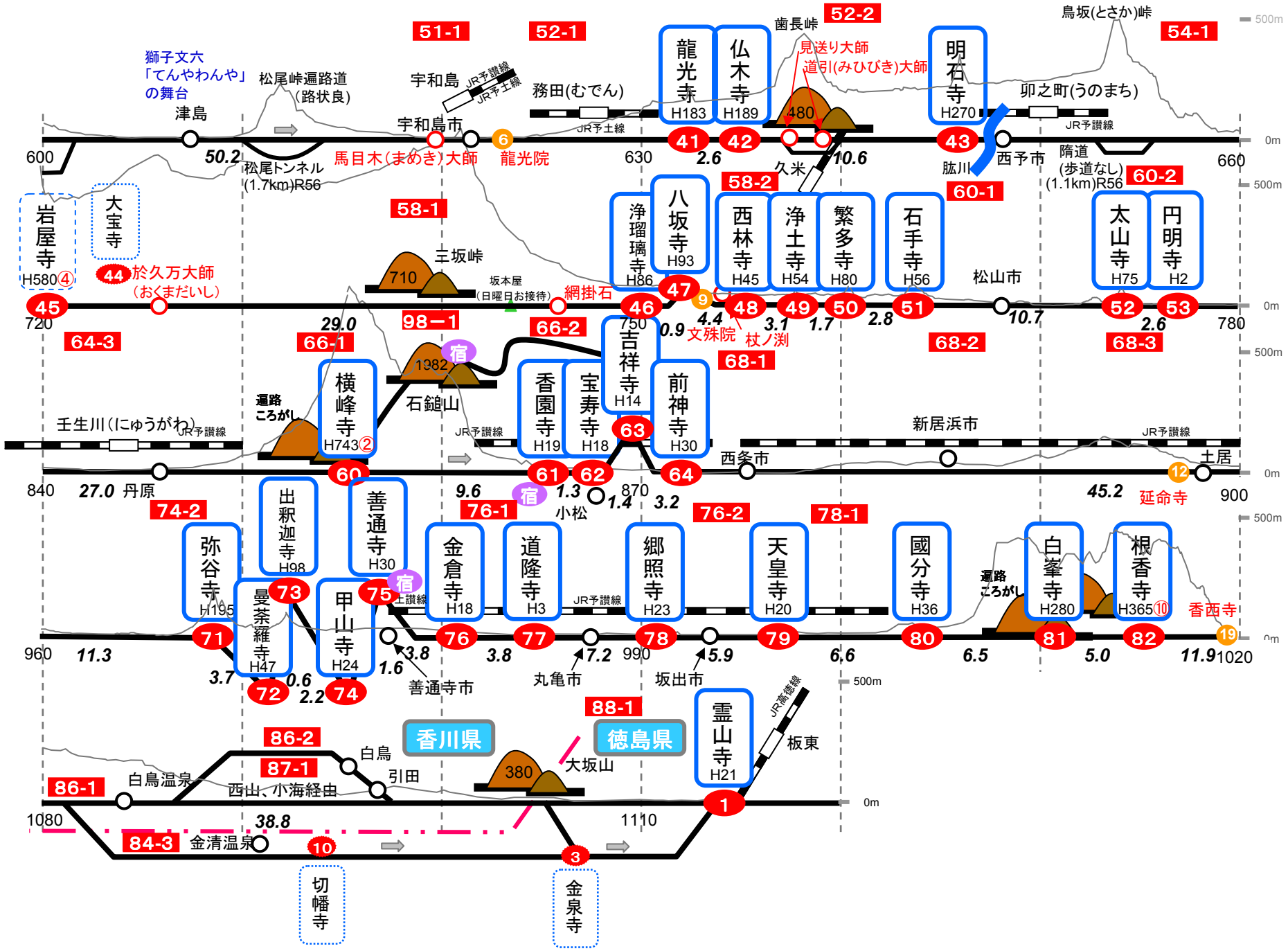
平成　年　月　日 ～
平成　年　月　日

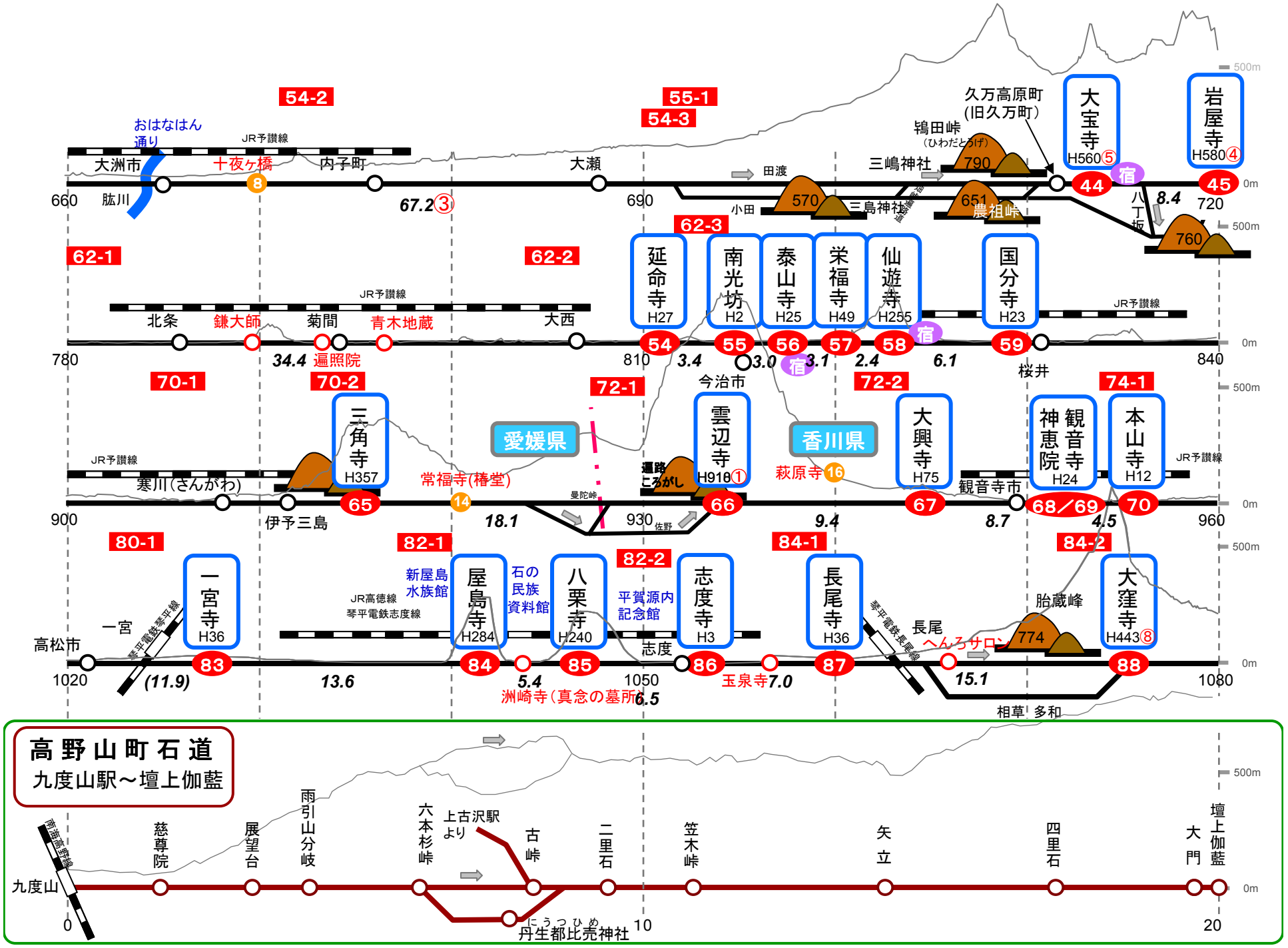


徳島県
10-1
10-2
12-1
12-2
14-1
JR高徳線
板東
霊山寺 H21
極楽寺 H25
金泉寺 H13
板野
大日寺 H78
地蔵寺 H17
安楽寺 H19
十楽寺 H38
熊谷寺 H115
法輪寺 H32
切幡寺 H162
JR徳島線
鴨島
藤井寺 H40
奥の院
938
遍路ころがし
745
焼山寺 H705③
宿
1
2
3
4
5
6
7
8
9
10
11
12
1.4
2.6
愛染院
5.0
2.0
五百羅漢
5.3
1.2
4.2
2.4
3.8
あずきあらい
小豆洗大師
30
9.3
吉野川
長戸庵
柳水庵
12.9
浄蓮庵
杖杉庵
(3～5月、9～11月のみ)
鏡大師
20.8
60
神山町
大山寺
500m
0m
太龍寺
22-1
舎心ヶ嶽
21
120
10.9
平等寺 H57
22
22-2
JR牟岐線
新野(あらたの)
月夜
御水庵
弥谷観音
19.7
由岐
田井ノ浜
55号線経由
美波町 150
薬王寺 H38
23
24-1
テレビドラマ「ウェルかめ」の舞台
日和佐うみがめ博物館
日和佐
小松大師
牟岐町
鯖大師
24-3
阿佐海岸鉄道阿佐東線
海部(かいふ)
180
28-1
28-2
30-1
30-2
30-3
御霊跡
27.5
奈半利(なはり)
土佐くろしお鉄道ごめん・なはり線
奈半利町
田野町
569.8
展望台
神峯寺 H430⑨
27
唐浜(とうのはま)
270
安芸市
八流山
極楽寺
37.5
旧 夜須町
香南市
旧 野市町
JR予讃線
大日寺 H76
28
240
300
青龍寺 H40
36
36-2
38-1
38-2
三十六番奥の院
不動堂
須崎(すさき)
須崎市
大善寺
390
安和(あわ)
焼坂トンネル
58.5 ④
焼坂峠
中土佐町
大坂遍路道
56号線
七子峠
そえみみず遍路道
360
420
42-2
44-1
この区間複数ルートあり
末尾の別図 参照
321号線
大岐(おおき)海岸
金剛福寺 H69
38
下ノ加江
市野瀬
上長谷
480
510
540
50.8⑤ (市野瀬三原経由)

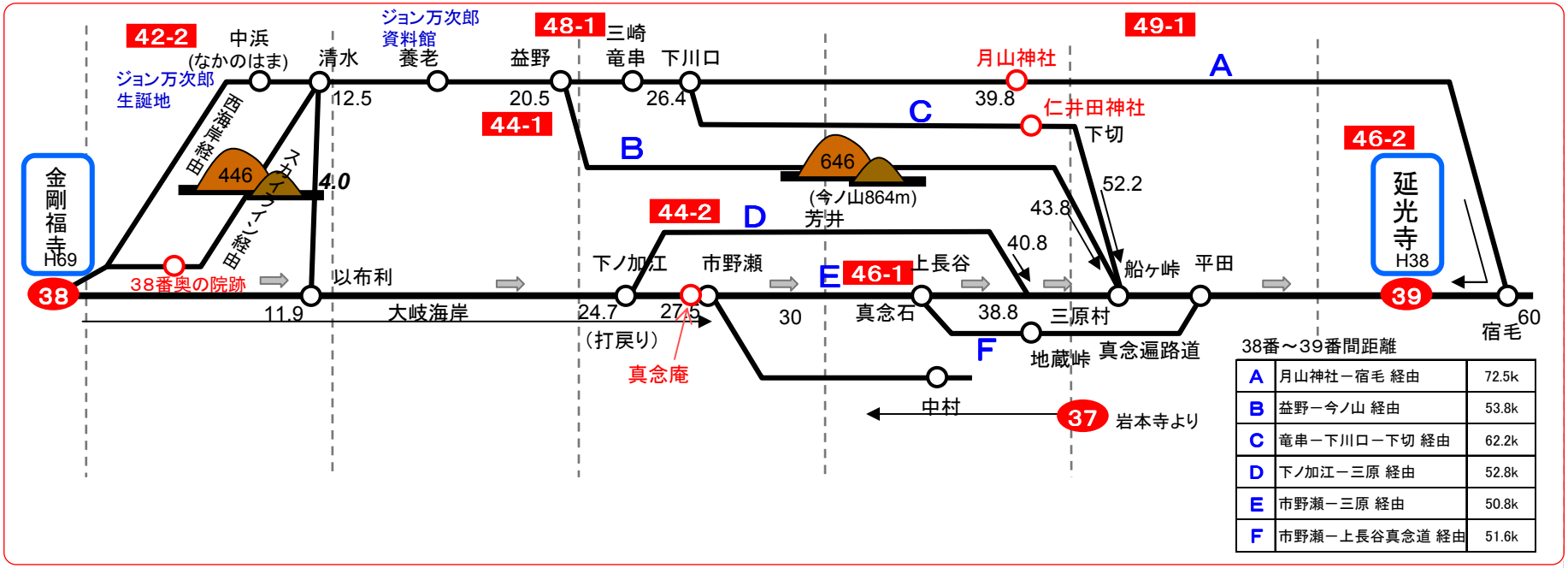


16-1
18-1
20-1
22-1
常楽寺 H36
観音寺 H8
大日寺 H24
国分寺 H14
井戸寺 H5
JR徳島線
府中(こう)
立江
JR牟岐線
恩山寺 H76
立江寺 H3
遍路ころがし
鶴林寺 H490⑦
太龍寺 H502⑥
童学寺
2
JR高徳線
徳島
13 14 15 16 17 18 19 20 21
宿
60
0.8
2.3
1.8
2.8
16.8
90
4.0
13.1
6.7
120
建治寺(こんじじ)
弘法大師
御杖の水
星の岩屋
慈眼寺
3
穴禅定
500m
0m
徳島県
高知県
24-4
26-1
26-2
最御崎寺 H171
津照寺 H29
金剛頂寺 H165
甲浦(かんのうら)
明徳寺(東洋大師)
佛海庵
高知東部交通バス
御蔵洞
東洋町
180
75.4②
210
観音窟
24 25 26
6.5
室戸市
3.8
240
不動岩
32-1
34-1
35-1
35-2
36-1
大日寺 H76
国分寺 H12
後免
毘沙門ノ滝
善楽寺 H15
高知
土佐一宮(とさいっく)
竹林寺 H108
禅師峰寺 H78
浦戸大橋
桂浜
坂本龍馬記念館
雪蹊寺 H3
種間寺 H11
清滝寺 H135
28 29 30 31 32 33 34 35
300
7.5
6.9
6.6
5.7
浦戸湾
330
7.5
種崎渡船
6.3
9.8
13.9
360
爪彫薬師堂
38-3
40-1
42-1
岩本寺 H200
窪川
JR土讃線
土佐くろしお鉄道
伊田
観音堂
黒潮町
(旧大方町)
四万十市
(旧 中村市)
中村
真念庵
37
420
450
土佐東寺庵
80.7①
四万十川
480
四万十町
(旧 窪川町)
46-2
50-1
50-2
延光寺 H38
高知県
愛媛県
56号線
観自在寺 H16
清水大師
柳水大師
平田
土佐くろしお鉄道
三原村
宿毛
300
460
39 40
540
25.8
570
愛南町
600


獅子文六
「てんやわんや」
の舞台
津島
松尾峠遍路道
(路状良)
松尾トンネル
(1.7km)R56
宇和島
宇和島市
JR予讃線
JR予土線
務田(むでん)
龍光寺
H183
仏木寺
H189
歯長峠
480
見送り大師
道引(みひびき)大師
明石寺
H270
鳥坂(とさか)峠
卯之町(うのまち)
隋道
(歩道なし)
(1.1km)R56
脇川
西予市
久米
馬目木(まめき)大師
龍光院
岩屋寺
H580④
大宝寺
44 於久万大師
(おくまだいし)
三坂峠
710
坂本屋
(日曜日お接待)
網掛石
浄瑠璃寺
H86
八坂寺
H93
西林寺
H45
浄土寺
H54
繁多寺
H80
石手寺
H56
松山市
太山寺
H75
円明寺
H2
文殊院
杖ノ渕
横峰寺
H743②
遍路
ころがし
石鎚山
1382
宿
壬生川(にゅうがわ)
香園寺
H19
宝寿寺
H18
吉祥寺
H14
前神寺
H30
新居浜市
西条市
土居
丹原
延命寺
出釈迦寺
H98
善通寺
H30
弥谷寺
H195
曼荼羅寺
H47
甲山寺
H24
善通寺市
金倉寺
H18
道隆寺
H3
丸亀市
郷照寺
H23
坂出市
天皇寺
H20
國分寺
H36
白峯寺
H280
根香寺
H365⑩
香西寺
香川県
徳島県
霊山寺
H21
板東
JR高徳線
白鳥
白鳥温泉
引田
西山、小海経由
大坂山
380
金清温泉
切幡寺
金泉寺
600
630
660
720
780
840
870
900
960
990
1020
1080
1110
50.2
2.6
10.6
29.0
0.9
4.4
3.1
1.7
2.8
10.7
2.6
27.0
9.6
1.3
1.4
3.2
45.2
11.3
3.7
0.6
2.2
3.8
1.6
3.8
7.2
5.9
6.6
6.5
5.0
11.9
38.8
0m
500m
51-1
52-1
52-2
54-1
58-1
58-2
60-1
60-2
64-3
66-1
98－1
66-2
68-1
68-2
68-3
74-2
76-1
76-2
78-1
84-3
86-1
86-2
87-1
88-1


54-2
55-1
54-3
おはなはん通り
JR予讃線
大洲市
十夜ヶ橋
内子町
大瀬
久万高原町(旧久万町)
鴇田峠(ひわだとうげ)
三嶋神社
790
大宝寺 H560⑤
岩屋寺 H580④
660
肱川
8
67.2③
690
田渡
570
小田
三島神社
651
農祖峠
44
宿
八丁坂
8.4
45
720
760
62-3
62-1
62-2
延命寺 H27
南光坊 H2
泰山寺 H25
栄福寺 H49
仙遊寺 H255
国分寺 H23
JR予讃線
北条
鎌大師
菊間
青木地蔵
大西
780
34.4
遍照院
54
55
56
57
58
宿
59
810
3.4
3.0
宿
3.1
2.4
6.1
桜井
840
70-1
70-2
72-1
72-2
74-1
今治市
三角寺 H357
愛媛県
雲辺寺 H916①
香川県
大興寺 H75
観音寺 H24
本山寺 H12
JR予讃線
寒川(さんがわ)
常福寺(椿堂)
14
遍路ころがし
曼陀峠
萩原寺16
観音寺市
65
66
67
68／69
70
900
伊予三島
18.1
930
佐野
9.4
8.7
4.5
960
80-1
82-1
82-2
84-1
84-2
新屋島水族館
石の民族資料館
平賀源内記念館
JR高徳線
琴平電鉄志度線
一宮寺 H36
屋島寺 H284
八栗寺 H240
志度寺 H3
長尾寺 H36
大窪寺 H443⑧
胎蔵峰
774
一宮
琴平電鉄琴平線
高松市
志度
琴平電鉄長尾線
長尾
へんろサロン
1020
(11.9)
83
13.6
84
5.4
85
1050
86
玉泉寺7.0
87
15.1
88
1080
洲崎寺(真念の墓所)
6.5
相草
多和
500m
0m
高野山町石道
九度山駅～壇上伽藍
南海高野線
慈尊院
展望台
雨引山分岐
六本杉峠
上古沢駅より
古峠
二里石
笠木峠
矢立
四里石
大門
壇上伽藍
九度山
丹生都比売神社
0
10
20

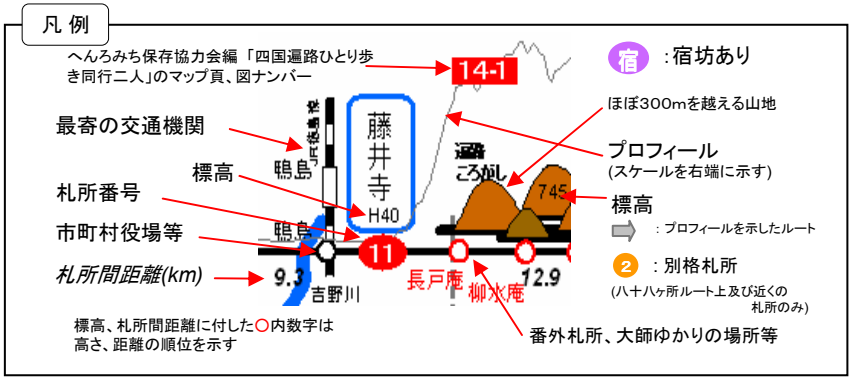
38番金剛福寺～39番延光寺間ルート図



38番～39番間距離

A	月山神社－宿毛 経由	72.5k
B	益野－今ノ山 経由	53.8k
C	竜串－下川口－下切 経由	62.2k
D	下ノ加江－三原 経由	52.8k
E	市野瀬－三原 経由	50.8k
F	市野瀬－上長谷真念道 経由	51.6k

凡 例



歩き終えて

2009/A. Oka