塩手山
～日本一おそい山開き～



昔から地域に愛されている「塩手山」で山開きを実施します。
塩手山は、登山初心者から上級者まで楽しめる２つの登山コースがあり、北峰山頂には手長明神を祀（まつ）るほこらがあり、標高 281.5 メートルの南峰山頂からは眼下に相馬市街や太平洋を一望できる絶景が広がります。
日ごろの運動不足や健康増進を目的として、家族や友人とぜひ参加ください。

■「塩手山山開き」概要

●日時　11 月 23 日（月）



▽受け付け＝８時 30 分
※ 12 時まで受け付けします。
▽式典＝９時
※式典終了後、登山口まで移動します。
●集合場所　山上小学校
※山上小学校の駐車場を利用ください。
●参加費　無料
●対象者　小学生以上
●申し込み方法　当日受け付けします。
※登山に不安がある方や案内が必要な方は、班を編成して登山ガイドと共に登ります。
　ガイドとの登山を希望する方は、申し込みフォームまたは電話で申し込みください。
●留意事項
▽塩手山周辺の道路は地域の生活道路となっているため、路上駐車は固く禁じます。
▽塩手山周辺にはトイレがないため、山上小学校体育館のトイレを 12 時まで開放します。
◎詳細はホームページを確認または問い合わせください。

申し込みフォーム
はこちらから
登山ガイド申し込み

ホームページ
はこちらから
令和8年度塩手山山開き

■「塩手山」登山を楽しむためのポイント

1. 自然や植物の魅力あふれる登山コース

塩手山には、北峰山頂を経由して南峰山頂を目指す登山上級者向けの「手長コース（約 1 キロメートル）」と、南峰山頂を目指す登山初心者向けの「カタクリコース（約 1.5 キロメートル）」があります。

登山道入口には初冬から早春にかけて淡いピンク色の花を咲かせる「四季桜」や、4 月頃に薄紫色の花びらを広げる「カタクリ」など、豊かな自然を感じながら登山することができます。

◎塩手山登山の様子を、市 YouTube チャンネルで公開しています。

登山の様子はこちらから

塩手山登山道入口に咲く「四季桜」

2. 山開き記念バッジを配布します

山開きに参加した方限定で、塩手山に関連するデザインが入った記念バッジを配布しています。毎年異なるデザインのバッジを作成していますので、登山の楽しい思い出にぜひゲットしましょう。

※限定 200 個。

※昨年のデザインは、昭和 60 年度山上小学校 6 年生の卒業記念制作作品を題材にしました。



令和 7 年塩手山山開き 記念バッジ

■山開きに向けて尽力している方へのインタビュー

登山道の維持管理を行っている「塩手山登山道整備実行委員会」代表の荒一信さんに話を伺いました。



塩手山登山道整備実行委員会
代表　荒　一信 さん

―― 実行委員会を設立したきっかけを教えてください。

当時登山道がきれいに整備されていなかった塩手山を登山したいという地域の方の声があり、「相馬市の観光資源として塩手山を守っていこう」と地元住民の有志で準備会を立ち上げ、平成 30 年に実行委員会を設立しました。

―― どのような活動をしているのか教えてください。

設立当初は、倒木がある箇所や急な斜面になっている登山道を整備するなど、安全に楽しく登山してもらうための環境を整えるための活動を行いました。

また、登山で懇親を深めることを目的に活動する「相馬山歩会」の皆さんと協力して、年に数回、草刈りや枝払いなどの登山道の維持管理を行っています。

―― 塩手山の山開きに向けて、市民の皆さんに一言お願いします。

今回で「第 8 回」を迎えましたが、令和元年東日本台風や新型コロナウイルス感染症の影響で、本格的な山開きは令和 5 年の第 5 回目からです。台風で登山道入口の橋が流出するなど大変な時期もありましたが、皆さんに塩手山を楽しんでもらうため、実行委員会で力を合わせて継続的に活動してきました。

誰もが楽しんで登山することができる、魅力あふれる塩手山の山開きにぜひお越しください。

●申込・問い合わせ先　山上公民館（☎ 32-5009）