



**START & FINISH**

九十九島周遊  
サイクリングルート

モンベル  
にかほ店

**5 鶴泉荘**

鳥海山の麓にある、温泉施設です。泉質は単純硫黄泉で、ほのかに硫黄のにおいするのが特徴です。サイクリングの途中で温泉でゆったり休憩していきませんか？

**4 上郷温水路群**

稲作に利用していた鳥海山の冷水を温め、生育障害を防ぐために考案された農業用水路です。水路の幅を広く、水深を浅く、段差を多く設けるなどの工夫があり、日本初の温水路です。

**1 道の駅  
「象潟」ねむの丘**

1階の物産館は東北最大級の規模を誇り、秋田県内各地のお土産がここで揃うほどの品数を取り揃えています。4階の展望温泉では雄大な日本海を眺めながら温泉に浸かることができ、日本海に洗んでいく美しい夕日も見えます。

**2 奈曾の白滝**

奈曾の白滝は落差26m・幅11mのダイナミックな名瀑です。鳥海山の修験の拠点であった金峰神社の境内をすすみ、長い石段を降りると、右手に神社社殿、左手に滝を見ることができます。

**3 元滝伏流水**

鳥海山に染み込み、長い歳月をかけて溢れ出た湧水がつくる滝です。夏になると、冷たい湧水と周囲の気温との温度差によって滝の周りに霧が生じ、コケに覆われた溶岩の表面が霧の中に浮かんだような、幻想的な景観をつくり出しています。

おすすめ  
POINT

**鳥海山が育む水の恵みを  
堪能しよう**

鳥海山の山体崩壊側にあるにかほ市は伏流水が各地で確認できます。溶岩を伏流した水は冷たくてミネラル豊富。水を汲んだり飲んだりできる場所もあるので、のどを潤しながらサイクリングを楽しみましょう！

距離・累積標高差

走行距離：約22.9km  
走行時間：約1時間40分(休憩・観光時間は含まず)

上り坂もE-BIKEならら〜くら〜♪

サイクリングコース トイレ フォトスポット 温泉