

**波瀬駅**  
サイクリングコース  
波瀬駅コースB  
はぜ



森公園から県道569号を蓮ダムに向かう景色は川の景色もさることながら、山々の景色も趣があります。木場公園を通り直進すると、蓮ダムを見上げる吊り橋は隠れた名所です。体力に余裕があれば、急坂ですが蓮ダムに向かい展望台に登られてみてはいかがでしょうか。波瀬植物園は自然の地形を活かした日本庭園が美しくお薦めです。



健脚向けには加杖坂峠を経由する周回コースもおおすすめです。



**蓮(はちす)ダム**  
洪水調整、流水機能維持、水道用水の供給、発電などの多機能ダム



かはだ  
**香肌で川遊び**

赤桶沈下橋スタート  
姿見の池スタート  
ウマバシ礫石スタート  
野々口沈下橋スタート

鮎釣り場 中流区域  
あまご釣り場 上流区域  
鮎釣り場 上流区域

**三重県一のカーヌー・ゲレンデ、櫛田川**

中央構造線に沿って流れる櫛田川上流部は、香肌峡県立自然公園として、その渓谷美を誇っています。中でも、赤桶から宮前までは「香肌長瀬(かはだながとろ)」と呼ばれ、そのすばらしさを感じるにはカーヌーでの川下りがおおすすめです。地域の大切な宝・櫛田川の香肌峡をカーヌーでお楽しみください。

**カーヌーを楽しむための注意事項**

●カーヌー前

**ライフジャケット(PFD)を着用** 川を安全に楽しむには、ライフジャケットやヘルメット、ウェアなどの装備はもちろんのこと、その装備を正しく使用する知識や経験が必要です。

**天候などを事前にチェック**

川を下る際は、必ず事前に下見を行ってください。水量によって川の様子は大きく変化します。その場で雨が降ってなくても、上流部に降った雨で川が増水することもあります。河川の水位や上流部の降水量、蓮ダムの放流量はwebで知ることができます。



国土交通省 [川の防災情報](#) 検索  
国土交通省蓮ダム [はちすWEB](#) 検索

●川を楽しむルール

川にゴミを捨てる行為は法律違反となり、川で遊ぶことができなくなります。私有地への無断駐車を避けて駐車してください。

●川を楽しむマナー

水辺にはカーヌー乗り以外にも川を楽しむひとがいます。互いに気持ちよく過ごせるようにしてください。



●お問い合わせ

地元精通した仲間たちが自然体験プログラムを行っています。お気軽にご相談下さい。初心者向けのカーヌー体験会などを行っています。詳しくは、WEBサイトをご覧ください。

特定非営利活動法人 **i sierra** (アイシエラ)



お問い合わせ番号  
**080-3630-4396**  
npo.i.sierra@gmail.com

