



## 島原半島100km

P100km＝ペニンシュラ(半島)部門

# 2018年度版(全面改訂版) コース図ハンドブック

大会参加者は歩行者です。交通規則を遵守して  
走行してください。

大会途中体調不良の方は勇気を持ってリタイヤ  
してください、

収容班連絡先携帯電話番号

090-8415-6499

収容班隊長 古賀

リタイヤした時にはリタイヤした場所を特定するために  
地図番号と身近なバス停を教えてください。

大会本部 090-5089-8934 (阿部)

リタイヤするときはこのコースマップの○数字の番号でお知らせください。

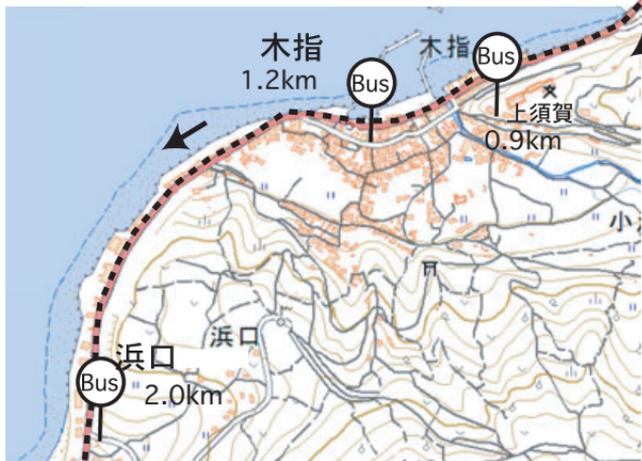
**73**  
**小浜温泉**  
**小浜スタート**  
**南本町公民館**  
**待機休憩施設**

スタート開始

- 2 日午後 21 時
- 2 日午後 22 時
- 2 日午後 23 時
- 3 日午前 00 時
- 3 日午前 01 時
- 3 日午前 02 時

スタート地点

小浜アリーナ駐車場



**74**  
**雲仙市木指**



**74** -2  
**雲仙市菜切**

75

雲仙市  
小浜町 飛子  
南串山町白頭

(はくとう)

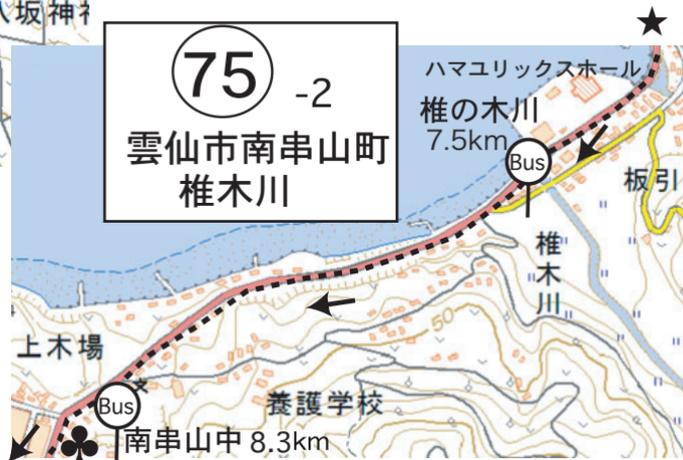
小浜リスタートからここまでの  
8km は全くの平たん路で、  
眠気に注意をして下さい。



P 部門では白頭バス停に臨時エイド  
を設置する場合があります。



75 -2  
雲仙市南串山町  
椎木川



ここからゆるやかな  
丘のぼり

76

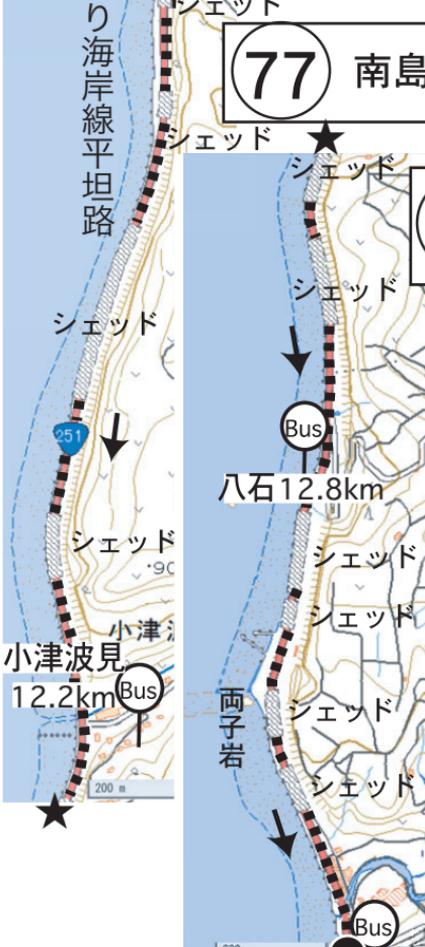
雲仙市

南串山町市街



77

南島原市 加津佐町・小津波見



78

南島原市 加津佐町・津波見



79

南島原市 加津佐町・串崎



**80**  
南島原市  
加津佐町・串

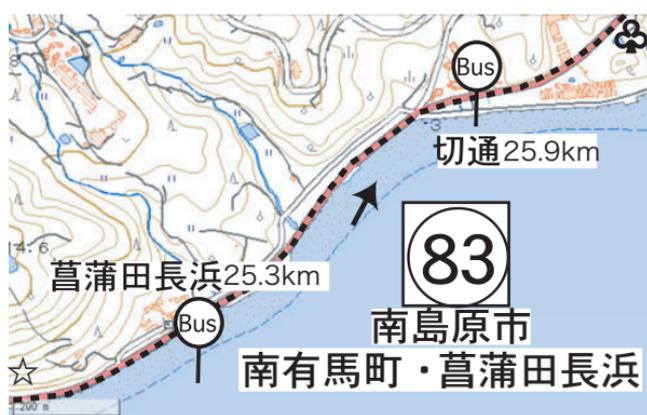


**80**-2 南島原市  
加津佐町市街

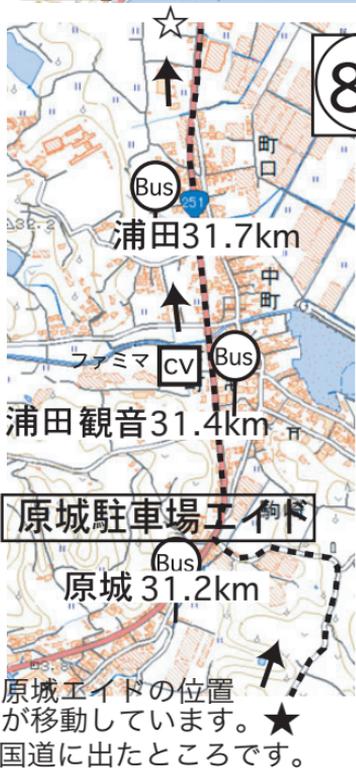


**80**-3  
南島原市  
加津佐町・女島





吉川小学校付近の小さなコンビニは深夜営業していません。あと少しで原城のエイドです。





88

南島原市  
有家町・須川

88-2

南島原市  
有家町・中須川



89

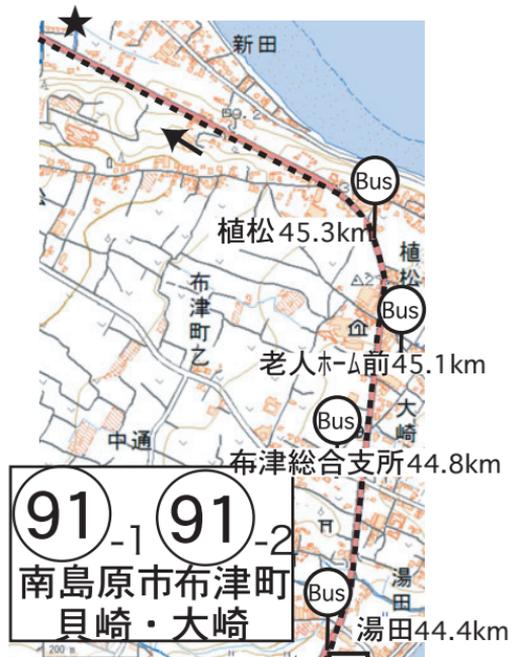
南島原市  
有家町・蒲河



90

南島原市  
布津町・堂崎

地図の上方は常に  
北の方角になります。



**91-1 91-2**  
南島原市布津町  
貝崎・大崎



**92 93**  
南島原市深江町  
潮入崎・市場

布津、深江町にはコンビニ  
が適度に営業しています。

布津町に入るところから小さな  
アップダウンがあります。

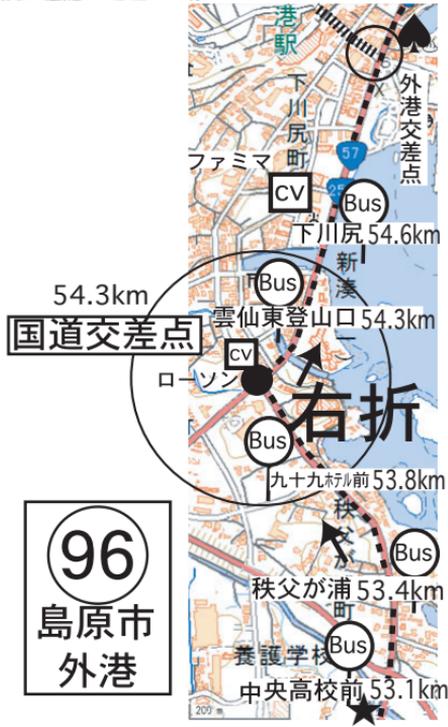
94 95  
南島原市 深江町  
瀬野・安徳



みずなし本陣深江  
関門新設午前 08:20



湧水コース  
湧水コース分岐点  
本コース



96  
島原市  
外港



99

島原市・折橋町

左折



辰元口交差点  
眉山ロード入口  
60.9km

100

島原市・南千本木  
眉山ロード

千本木湧水 無人エイド 62.7km

エイドの隣が湧水池です。  
名水が飲めます。

幸田水産 64.0km

Toi  
このトイレまで  
コースから 800m

垂木台地森林公園

登山急坂

101

島原市・垂木台  
平成新山展望園地CP

間違えて右折  
ここがピークしないように  
ネイチャーセンター入口 65.2km

平成新山展望園地CPエイド

66km

関門時間 11:20

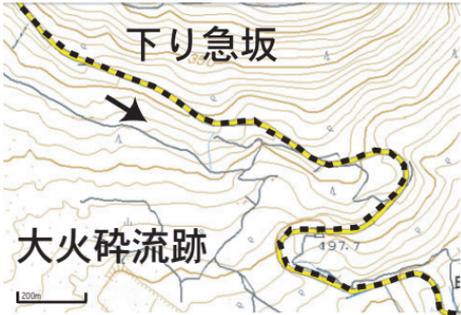
下り急坂

ここにはトイレがありません。





101-2  
眉山ロード・北上木場



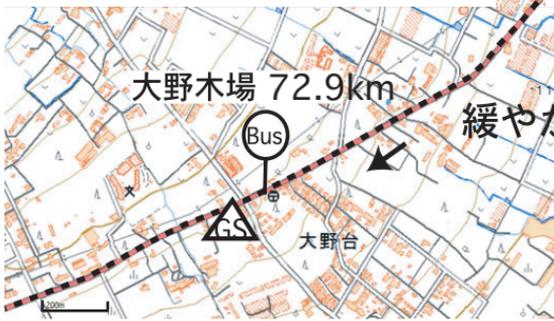
無人エイド  
水無川大橋エイド  
70.5km

102  
島原市  
水無川



水無大橋拡大図

Bus  
記念碑前 71.5km



大野木場 72.9km

緩やかな上り

103  
南島原市・深江町  
大野木場



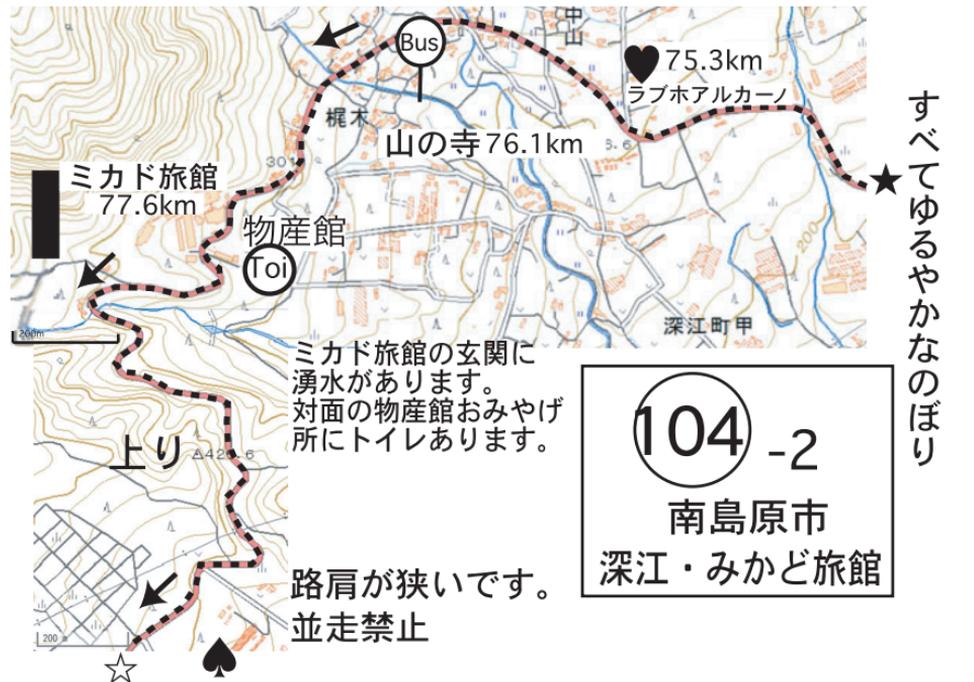
雲仙温泉手前仁田峠までの13kmののぼりがはじまります

走れない坂ではないのでゆっくりでも走りましょう。



**104**

南島原市  
深江運動場



**104** -2

南島原市  
深江・みかど旅館

ミカド旅館の玄関に湧水があります。対面の物産館おみやげ所にトイレあります。

路肩が狭いです。並走禁止



**105**

南島原市・有家町  
俵石展望所

国道389号線 池の原ミヤマキリシマ群落

雲仙ゴルフ場 仁田峠循環道路

ゆるやかな下り

(特) ゴルフ場前 仁田峠方面に行かないこと。

85.1km

三叉路左折

仁田峠入口 84.9km

道路最高点740m

ここがピーク

雲仙市

矢岳

宝原橋

257.4km

国道57号線

106

雲仙市

矢岳・仁田峠入口

107

雲仙温泉

大叫喚地獄CP

別所口 86.4km

島鉄雲仙 86.5km

温泉神社の鳥居の少し先から左折

地獄遊歩道へ

地獄地帯

関門時間 15:00

雲仙おやまの情報館エイド

大叫喚地獄CP

87.3km

九州自然歩道

ここからトレール道

約700m

小地獄温泉

小地獄

小地獄温泉

国道57号線

BUS

BUS

BUS

小地獄入口 88.7km

合流

ゆるやかな下り

一切経の滝

小地獄温泉

小地獄温泉

小地獄温泉

小地獄温泉

札の原 89.1km

ひたすらのぼり

道路公園エイド

83.5km

国道57号線

道路狭小につき走行注意

雲仙温泉チェックポイントは雲仙エイドではなく地獄遊歩道内の大叫喚地獄の柵に設置してあります。パンチはし終えてもエイドの通過関門に間に合わない恐れがあります。従ってエイドの制限関門以内に到達するには、この雲仙エイドに到達する10分前の14:50を目安にパンチし終えてください。

新湯ホテル裏から自然歩道へ

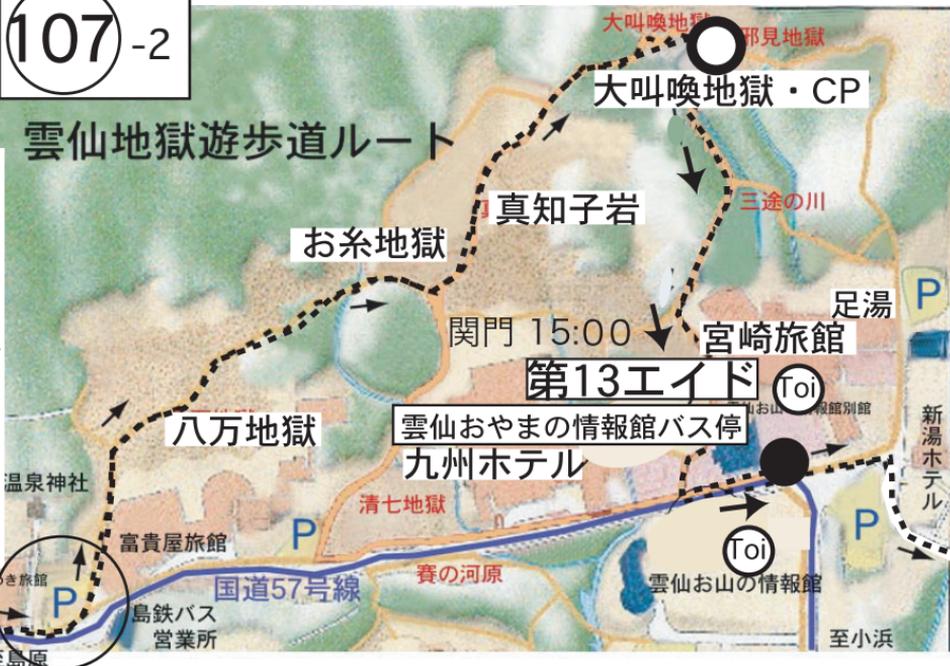
108

雲仙小地獄  
札の原

107-2

## 雲仙地獄遊歩道ルート

鳥居の先おみやげ屋さんから左折

いづき旅館  
至島原

雲仙温泉チェックポイントは雲仙エイドではなく地獄遊歩道内の大叫喚地獄の柵に設置してあります。パンチはし終えてもエイドの通過関門に間に合わない恐れがあります。従ってエイドの制限関門以内に到達するには、この雲仙エイドに到達する10分前の14:50を目安にパンチし終えてください。

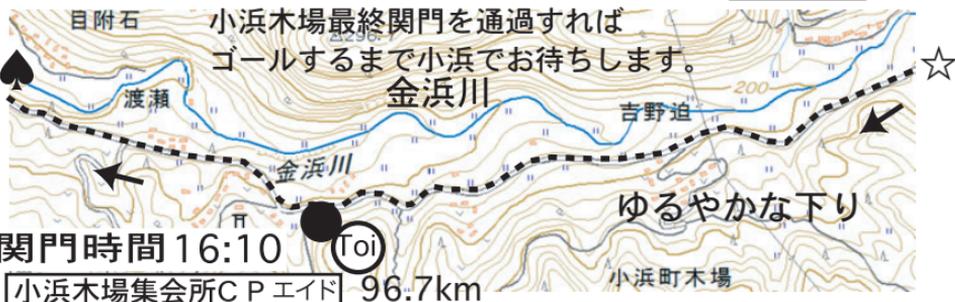
雲仙エイドの安全な通過完走目安は午後14:40分前後。これ以降に通過しても次の最終小浜木場CP(関門午後16時10分)には間に合わない恐れがあります。この時間が完走の分かれ目となるでしょう。

109

南島原市・塔の坂

小地獄温泉の側道から国道 57 号線へ出てしばらくすると大きな三叉路 国道 387 号口之津・諏訪の池方面へ左折。みちなりに進み、塔の坂バス停（無人エイド）から林道に右折。

塔の坂の無人エイドを見落とさないように！ まっすぐ行くと諏訪の池方面に出てしまいます。



関門時間 16:10 (Toi) 小浜木場集会所CPエイド 96.7km



**111**

雲仙市・木場C P  
グリーンロード

関門時間17:00  
南本町公民館  
103km

**112**

小浜温泉  
ゴール  
南本町公民館

お疲れさまでした。  
小浜温泉は高温です。ゴール後入浴する際は、  
最初はシャワーなどで体を馴らしましょう。  
いきなり湯船に入るのは危険です。

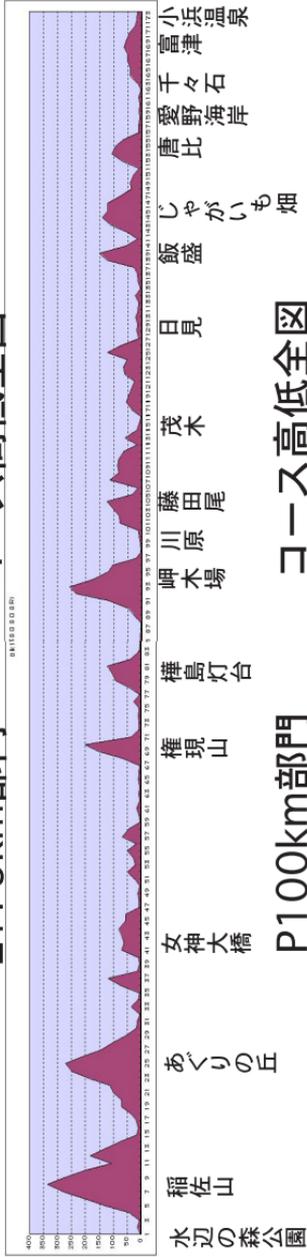


国道57号線  
左折  
脇道に入る 273km  
左折  
国道T字 99.5km  
国道57号に一旦出る

信号右折

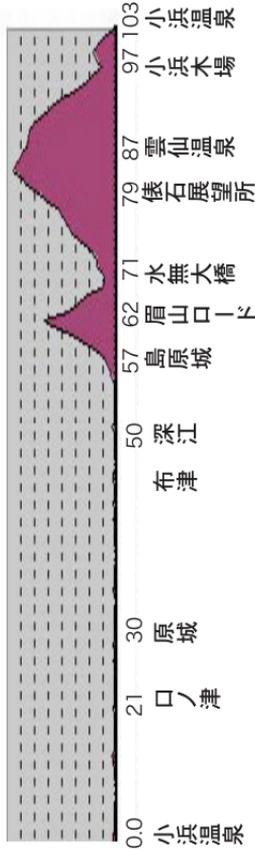
# L173km部門

# コース高低全図



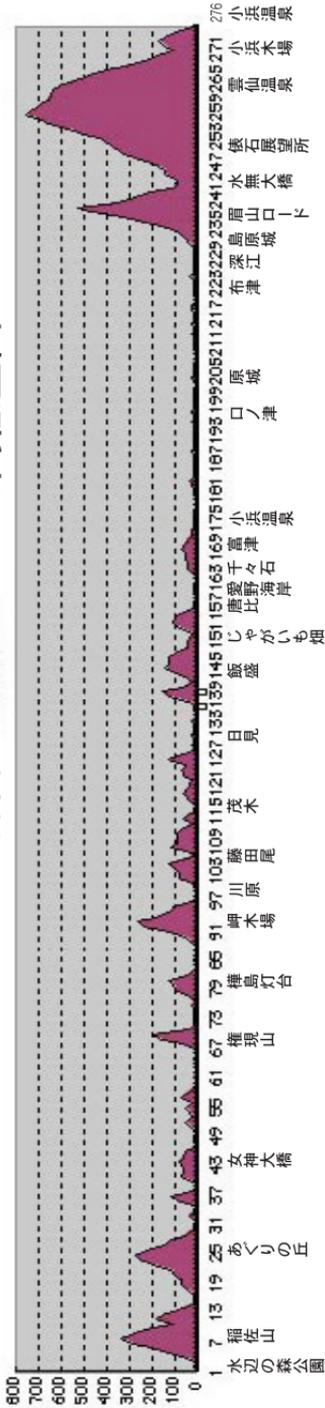
# P100km部門

# コース高低全図

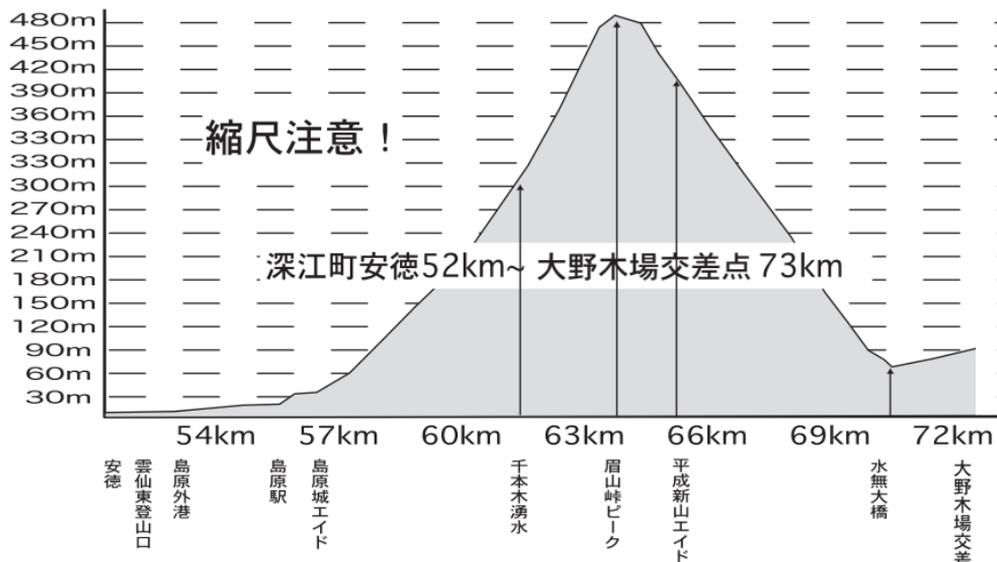
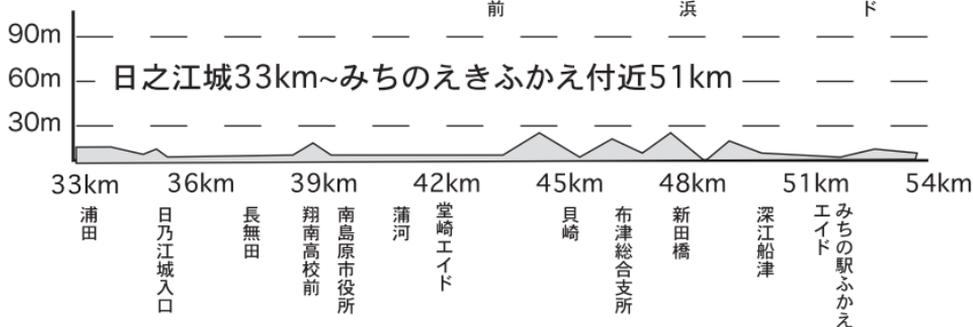
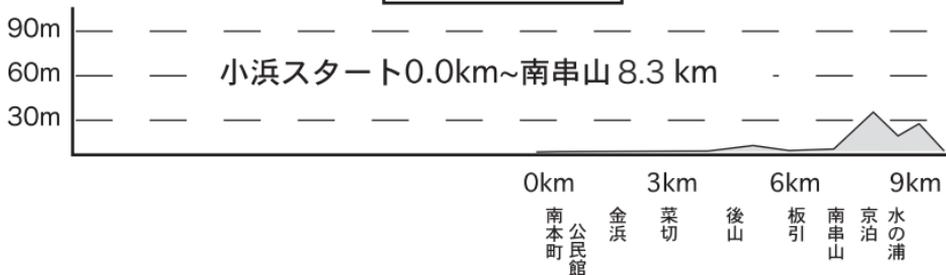


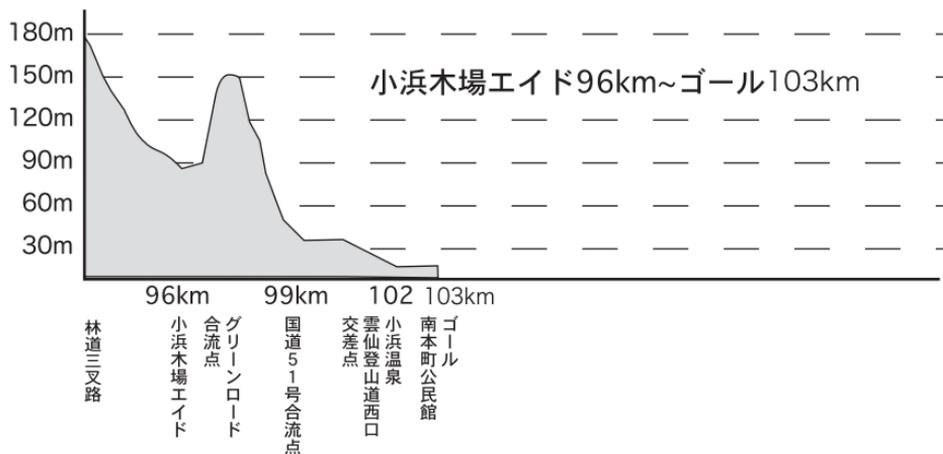
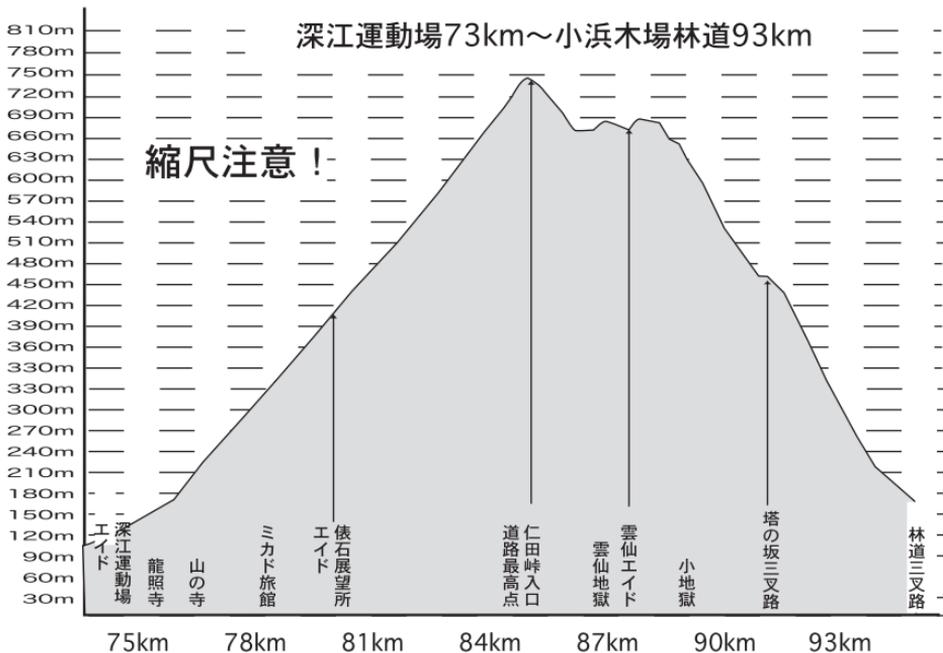
# W273km部門

# コース高低全図



# P 部門高低図





MEMO

# CP(チェックポイント)&エイド配置図



# 100kmP部門 スタート

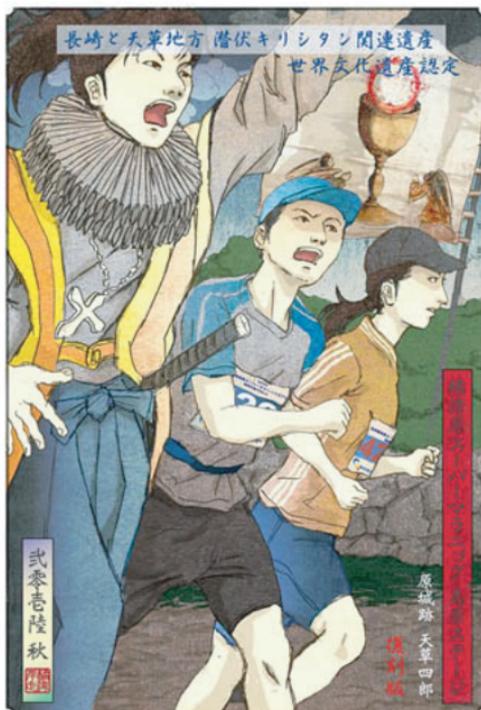
( )はU45km部門の距離数

	00.0km	・ 公立病院前駐車場
1A(第1エイド)	13.9km	・ 津波見バス停(両子岩)
2A(第2エイド)	CP 21.4km	・ 口之津FT
	CP 30.2km	・ 天草四郎像付近
3A(第3エイド)	30.4km	・ 原城趾正門前
	関門	午前 5 時 20 分 ←
4A(第4エイド)	41.0km	・ 堂崎駅付近
5A(第5エイド)	51.2km	・ みちの駅ふかえ付近
注意！ 関門新設	関門	午前 8 時 20 分 ←
6A(第6エイド)	CP 57.8(0.0)km	・ 島原城森岳公民館
	関門	午前10時00分 ←
7A(第7エイド)	62.5(4.7)km	・ 眉山ロード千本木湧水
8A(第8エイド)	CP 66.0(8.2)km	・ 平成新山展望園地
	関門	午前11時20分 ←
9A(第9エイド)	70.5(12.7)km	・ 水無大橋付近
10A(第10エイド)	74.2(17.4)km	・ 深江運動場 <small>(町民グラウンド)</small>
	関門	午後12時40分 ←
11A(第11エイド)	79.8(22.0)km	・ 俵石展望所
	関門	午後2時00分 ←
12A(第12エイド)	83.5(25.7)km	・ 国道57号道路公園
	CP 87.0(29.2)km	・ 大叫喚地獄
13A(第13エイド)	87.3(29.5)km	・ 雲仙温泉エイド
	関門	午後3時00分 ←
14A(第14エイド)	92.0(34.2)km	・ 塔ノ坂三叉路
15A(第15エイド)	CP 96.7(38.9)km	・ 小浜木場集会所
	関門	午後4時10分 ←
ゴール	103.0(45.2)km	・ 小浜南本町公民館

関門に通過できなかったランナーは収容します。

7A・9A・12A・14Aの各エイドは無人エイドの予定です。

武零壺八秋橘湾岸走



原城趾復刻版

め も