

雄阿寒岳 太郎湖・次郎湖

トレイルマップ



阿寒摩周国立公園

雄阿寒岳プロフィール

雄阿寒岳は、阿寒湖の東部に位置する標高1,370mの山です。手付かずの原生林を見渡す壮大な景色が素晴らしい、阿寒摩周国立公園を象徴する山の1つでもあります。山頂からは、阿寒カルデラやカルデラに点在する湖を一望することができます。

かつて阿寒カルデラには大きな湖が1つありました。約1万年前から幾度にもわたる噴火により、雄阿寒岳が形成され、これにより湖は複数に分かれました。その中でも大きいものが阿寒湖、パンケトー、パンケトーです。

アイヌの人々は、雄阿寒岳を「男の山」という意味を込めて、「ピンネシリ」と呼んでいました。これに対して雌阿寒岳を「マチネシリ(女の山)」と呼んでいました。雄阿寒岳は成層火山特有の美しい円錐形をしており、その雄姿は阿寒湖や阿寒湖温泉町、また阿寒横断道路の双岳台からも間近に眺めることができます。

雄阿寒岳の山頂に続く登山道は、雌阿寒岳の登山道に比べると難易度が高く、登山経験が豊富な体力に自信のある方にお勧めのコースです。



アクセス



●雄阿寒岳登山口
[自動車の場合]
阿寒湖畔エコミュージアムセンター→国道240号線を釧路方面(5分)→滝口
駐車場 雄阿寒岳登山口駐車場・・・約10台
滝見橋横駐車場・・・乗用車20台、大型2台
[阿寒バス 阿寒線の場合]
阿寒湖温泉→雄阿寒岳登山口(滝口)

雄阿寒岳登山コース



登山口の滝口から太郎湖、次郎湖の2つの湖を通って歩みを進めます。

4合目付近までは日本でも数少ない針広混交林の原生林の中を登ります。樹齢を重ねた木々の数々や倒木更新など自然の力強さを感じることができます。

5合目直下は急登が続きますが、それを乗り越えるとハイマツを中心とした高山帯の景観が広がります。ここから先は比較的緩やかな登山となり、ところどころ阿寒湖と雌阿寒岳の景観を楽しむことができます。

山頂付近はミネズオウやイワウメなどの高山植物の花畑が見られ、北東方面には眼下に阿寒湖の一部とパンケトー、パンケトー、それらを取り囲む見事な森林の先には天候が良ければ遠く屈斜路湖の一部を見ることができます。

歩行距離	片道 約6.7km	標高差	950m
所要時間	[上り] 3時間20分 [下り] 2時間20分 [合計] 5時間40分		

グレード 3 1日かかると本格的登山とロングハイク 天候に注意! 装備は万全ですか?

1	登山口(滝口)	10分↓	10分↑	
2	太郎湖	5分↓	5分↑	
3	次郎湖	50分↓	35分↑	
4	2合目	70分↓	50分↑	
5	5合目	45分↓	30分↑	
6	気象観測所跡地	20分↓	10分↑	
7	頂上			

トレイル利用にあたって

自然の中での活動は自己管理、自己責任が原則です。

自然の中には思わぬ危険や事故のリスクがあることを十分理解し、事前準備や体調管理等をしっかりとした上で、何かあった場合には自己責任という認識を持って、利用しましょう。悪天候時には落石、倒木、落枝、土砂崩れなどが起こる可能性が高まるため、中止を含めて行動について慎重に判断してください。

- 自分の体力や体調、装備にあったレベルのコースを選んで歩きましょう。
- 山の天候は変わりやすいので、事前に十分な情報を収集しましょう。また、雨具などの装備を忘れないようにしましょう。
- 北海道の山は標高1,000m以下でも急激に気温が下がることがありますので、夏でも防寒着を忘れないようにしましょう。
- 登山道や散策路の途中には水場がありませんので、水は必ず登山前に用意しましょう。
- 登山道にはトイレがありません。入山前にトイレを済ませるとともに、長時間の行程に不安がある場合には携帯トイレを持参しましょう。なお、携帯トイレ用ブースはありません。
- 登山口にある登山者名簿に必ず記入しましょう。
- 登山道から外れないように歩きましょう。
- 全てのゴミは持ち帰りましょう。
- 野生動物に近づいたり、餌を与えないようにしましょう。
- 林道を車両で通行する場合は、車高の高い4WDが推奨されます。なお、林道は季節や道路状況に応じて閉鎖されている場合があります。

危険な動物等について

ヒグマ: クマ鈴やクマスプレーを携行しましょう。ヒグマに出会わないことが大切です。ヒグマは人間を避ける傾向がありますので、音をたてるなどして自分の存在を知らせましょう。

ダニ・アブ: 長袖、長ズボンを着用し、肌を露出しないようにしましょう。虫除けも忘れず。スズメバチ: 黒い服は避けるようにしましょう。もし威嚇されたら、白いタオルで頭と首を覆い、姿勢を低くし、ゆっくりと後ずさりしてその場を立ち去りましょう。

※キタキツネの糞便を介したエキノコックスの感染を防ぐために川等の生水を摂取しないようにしましょう。

グレーディングについて

グレード 1 散策	グレード 2 軽登山	グレード 3 日帰登山・ロングハイク
・1時間程度で気軽に自然散策を楽しみたい方 ・ハイキングの経験がほとんどない方	・半日程度で登山を楽しみたい方 ・多少の登山経験がある方	・1日程度で本格的に登山を楽しみたい方 ・1日程度のロングハイクを楽しみたい方 ・登山・ロングハイクの経験がある方
帽子・歩きやすい服装・運動靴		
リュック・ゴミ袋・水筒・地図・雨具		
—	行動食・防寒具	行動食・防寒具・コンパス ヘッドランプ・携帯トイレ

このグレーディングは阿寒摩周国立公園内のトレイルに限定し適用されるものです。

【発行】環境省 阿寒摩周国立公園管理事務所 2020.10

お問い合わせ

阿寒湖畔エコミュージアムセンター

北海道釧路市阿寒町阿寒湖温泉1丁目1番1号

Tel:(0154)67-4100

http://business4.pala.or.jp/akan-eco/index.html



マップの位置づけ

本マップは、阿寒摩周国立公園内で一般的に歩くことが可能なトレイルを環境省が紹介するものです。各トレイルの土地所有者、管理者はそれぞれ異なり、すべてを環境省が所有、管理するものではありません。各機関においても自己管理、自己責任を前提として利用者のために共用しており、登山中に起きた事故については一切責任を負いません。

※アイヌ紋様デザインは一般社団法人阿寒アイヌコンサルの認証を受けています。

見どころ 太郎湖



滝口の対岸の水門から流れ出る川沿いに雄阿寒岳登山道を約0.6km進むと右手に「太郎湖」があります。太郎湖は阿寒湖の湖水が流れ込んでおり、コイなどの淡水魚が棲んでいます。ここは今から約6千年前に雄阿寒岳の第2回目以降の噴火による現在の阿寒湖生成に伴いつくられたと考えられます。

見どころ 次郎湖



次郎湖は太郎湖から雄阿寒岳登山道を0.3km進むと左下に見えます。次郎湖は太郎湖に比べ周辺がうっそうとした針広混交林に囲まれているため、とても静かです。また、ここは流出河川などがなく、地下で太郎湖や阿寒湖とつながっていると考えられています。滝口から次郎湖付近にかけて6月中旬から7月下旬にはゴゼンタチバナやエゾオオサクラソウ、ツバメオモト、オオバナノエンレイソウ、ミヤマハンショウヅルなどの花が見られます。

見どころ 滝口



阿寒湖畔エコミュージアムセンターから国道240号線を約3.0km釧路市方面に向かった場所にある庭園のような景観を楽しむことができる、阿寒湖を代表する景勝地です。雄阿寒岳の登山口にもなっています。また、ここは阿寒湖の東南端にあたる入り江に接した地点で、阿寒湖で唯一の流出河口となっており、ここから流れ出した水が太郎湖の水と合流して阿寒川へ流れ出ている様子が滝のようであることから、このあたりは「滝口」と呼ばれるようになったとされています。春にはエゾムラサキツツジ、夏にはハクサンジャクナゲ、秋には紅葉が映え、観光遊覧船のコースにもなっています。初冬の頃にはオオハクチョウも飛来し、自然豊かな観光スポットとなっています。

見どころ 滝見橋



滝口から国道240号線を釧路方面に向かってすぐ。橋の上からは、木々の間に、阿寒湖から流れる透き通った水がどつどつとした岩の間を勢いよく落ちていくさまを見ることができます。木々が錦色に染まる紅葉シーズンは特におすすめです。

雄阿寒岳コース

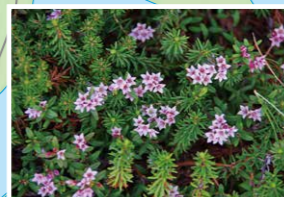
周辺の植物



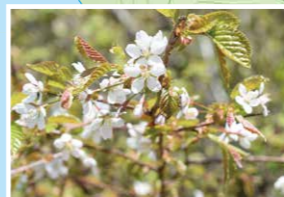
ミネズオウ
(開花時期 6月~8月)



イワウメ
(開花時期 6月~8月)



ガンコウラン
(開花時期 6月~7月)



ミネザクラ
(開花時期 6月~7月)



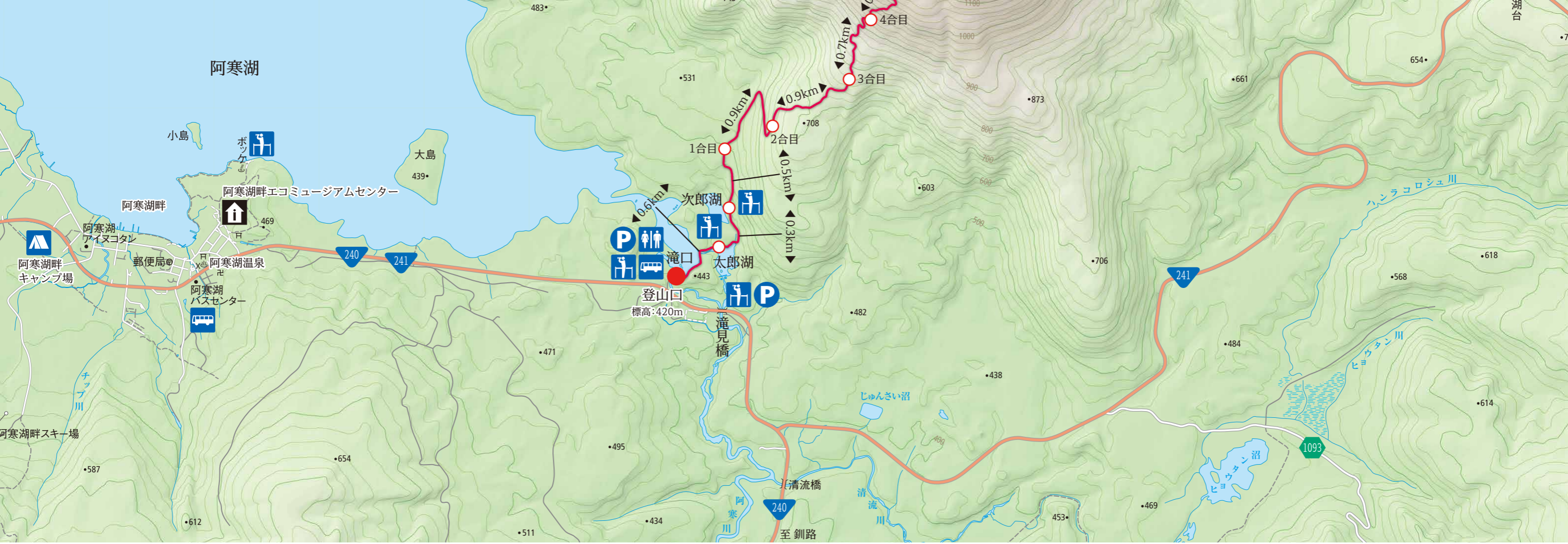
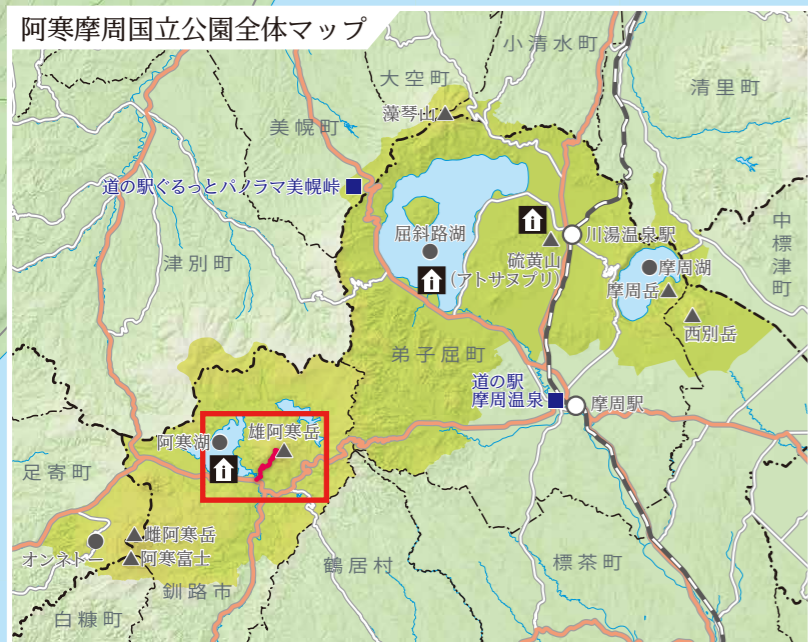
ツバメオモト
(開花時期 5月~6月)



エゾオオサクラソウ
(開花時期 5月~6月)

駐車場	お手洗い	展望地 / 景勝地
バス停	ビジターセンター	高山植物
キャンプ場	登山道	国道
登山口	道道	
距離ポイント		

0 500m 1km



このトレイルマップに掲載されている地図の作成に当たっては、国土地理院の国土基本情報を使用しました。