

支笏洞爷国立公园

Shikotsu-Toya National Park

日本の国立公园 6

支笏洞爷国立公园

盛开在国立公园的花

岩袋 (樽前草)
Pentstemon frutescens



画 二桥爱次郎

标准的日本名称是“岩袋”，但因在樽前山上分布众多而被称为“樽前草”的别名广泛地众所周知。该草花喜欢火山的沙砾地，并且在羊蹄山也较多分布。花的长度大约为2.5厘米，在花瓣上长着稀疏的白色毛。

●支笏湖自然保护官事务所

〒060-0280 北海道千岁市支笏湖温泉
TEL: 0123-25-2350 FAX: 0123-25-2351

●洞爷湖自然保护官事务所

〒049-5602 北海道虻田郡洞爷湖町字泉 23-3
TEL: 0142-76-4877 FAX: 0142-76-4876

●支笏湖来访者中心

〒066-0281 北海道千岁市支笏湖温泉
TEL: 0123-25-2404
<http://www15.ocn.ne.jp/~sikutovc/>

●洞爷湖来访者中心

〒049-5721 北海道虻田郡洞爷湖町洞爷湖温泉 142-5
TEL: 0142-75-2555
<http://www.toyako-vc.jp>

●洞爷财田自然体验房屋

〒049-5813 北海道虻田郡洞爷湖町财田 2-2
TEL: 0142-82-5999
<http://www18.ocn.ne.jp/~toya/>

活火山与宁静、碧绿的湖



火山生成了湖，养育着森林， 创造了雄伟壮观的风景

日本是具有许多火山的国家。

大约在 29 个国立公园中的一半以上的地域都有火山。

尤其在日本的北海道和九州中发生过巨大喷发的火山较多。

支笏洞爷国立公园的主要魅力包括，由火山爆发而形成的清澈的湖，环绕湖四周的森林，以及现在还继续活动传达地球鼓动的火山景观。

在各地喷涌的丰富的温泉也是伴随火山活动而形成的。

支笏洞爷是在战后的 1949 年被指定为国立公园。

该国立公园距离札幌市和新千岁机场较近，交通便利。



支笏洞爷国立公园的面貌

火山活动的博物馆

尼塞克安努布里山

羊蹄山 作为独立顶峰的羊蹄山以其姿态端正而给人深刻印象。因为距离火山喷发的时期较短，很少有山体及火山口因侵蚀而变形。羊蹄山的喷出物广泛地分布在东部，可以认为以前曾发生过频繁的喷发活动，但是直到历史时代再没有喷火的记录。

羊蹄山

支笏湖与周边的三座山 支笏湖的面积为 77.3 平方公里，是在日本排于第 8 位的沼泽湖。支笏破火山口在距今大约为 4 万年以前因发生的巨大喷火而形成。在喷火时大量的浮石和火山灰从火山降下，并且火碎流到达札幌市以及羊蹄山附近。

从湖畔上可眺望到的给人印象深刻的三座山为风不死岳・惠庭岳・樽前山，这三座山是支笏破火山口形成之后开始活动的。大约在 9,000 年之前形成的樽前山上，尤其显眼的熔岩圆顶丘是 1909 年的喷火而形成。近年的 1978 年也曾发生过小规模喷火。



洞爷湖 洞爷湖的面积为 70.7 平方公里，几乎是圆形，是仅次于支笏湖、排在日本第 9 位的湖。大约为 11 万年以前因巨大的喷火而形成，直径为 8~11 公里的破火山口湖，那时喷出的火碎流流进太平洋和日本海，并在周边创造了广阔的台地。湖中间的中岛是在洞爷火山口形成之后的大约 5 万年以前开始的火山活动而形成。它由 7 个密集的熔岩圆顶丘来构成。南侧的有珠山是再次之后的大约 2 万年之前开始活动的。

洞爷湖

有珠山

昭和新山

中岛

火山创造了自然

当把包括已经停止火山活动的北海道火山绘在地图上，许多有火山的地域会象带状般连在一起。从千岛列岛到日本的东北部贯通的火山带是因太平洋板块深插入海沟且岩浆自深处上升而形成的。

北海道位于两个弓形列岛（千岛弧和东北日本弧）的接触点，支笏洞爷国立公园位于两个火山带大转弯的地

方。该国立公园的有珠山以及樽前山的活动现今也很活跃，并且正影响着大地地貌的变化。另外在过去的火山活动中形成的支笏湖、洞爷湖、俱多乐湖等三个破火山口湖及其丰富的温泉也分别创造了其特有的景观，使该国立公园拥有更加变化多端、生机盎然风景。



俱多乐湖与登别 另一个破火山口湖叫俱多乐湖也是由几万年以前的火山活动而形成的。该湖与支笏・洞爷两个湖相比较小，直径为 2 公里左右。另外登别的地狱谷和大汤沼是大约 1 万年以前由日和山的喷火活动而形成的。

有珠山是在出现了洞爷破火山口之后,大约在1.5~2万年之前形成的火山。在7000~8000年以前因山顶部发生大崩溃而形成的岩石流流进了喷火湾。随后经过漫长的休眠期,在1663年再次开始了喷发活动。迄今为止已记录过8次以上的喷火,在被指定为国立公园之后的1977年和2000年它2次喷火过。

2000年,在有珠山的西部山麓中曾发生喷火,并且在与接近温泉镇的金比罗山等地方出现了新的火山口。热水自金比罗山喷出来变成泥流并直冲到温泉镇,导致公路被破坏而不能通行。另外因隆起达70米的地面的地壳变动,使房屋、道路、铁路遭到多次破坏。喷火之后设置的游步道上可看到现在仍然冒水蒸气的火口以及当

时被破坏了的公路及房屋的遗迹。这表明有珠山是日本火山中最活跃的火山之一。

不会说谎的山

历史时期的有珠山的喷火有,其预兆的地震和地缝的发生,并且爆炸性喷火后的熔岩圆顶丘的出现等规律性的现象。因此研究人员把有珠山称为“不会说谎的山”。直到今天,在有珠山的周边,还积极开展着以预测喷火为目的的观测火山活动及其研究并制作着预测灾害的地图以采取避难对策。在2000年喷火之前发表的紧急火山喷发信息,就使1万6千名的当地居民在早期避难中起到了作用,以致没出现死伤者。

有珠山 现在也继续活跃的活火山

洞爷湖周边的生态博物馆 与火山共存的市镇

位于有珠山下的洞爷湖温泉和壮瞥温泉是在1910年的喷火之后,发现了喷涌温泉直至发展成今天的市镇。随后经历的三次喷火使人们承受着它带来的灾害。

在2000年喷火之后,洞爷湖町进行了疏散泥流的流路工程的整修和搬迁学校等,并推进了抗灾害城镇的建设。同时与伊达市、壮瞥町、丰浦町合成为一体,把灾害的遗迹活用在旅游事业,推进历史和科学的学习以及加深对火山的理解的活动。并且把全体地域作为生态博物馆、加以整修,正继续开展振兴地域有益的活动。

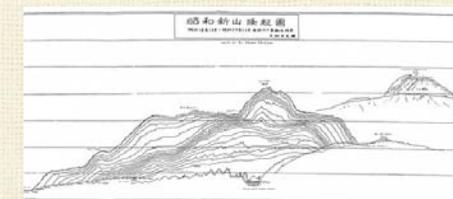
象洞爷湖温泉地域那样人口规模大并与频繁活动的火山邻近在一起的市镇,在世界上也是罕见的。住在洞爷湖温泉的居民一边享受着火山创造的美丽的风景和温泉带来的恩惠,一边积极地面对着火山的存在而生活。这真正的是能被誉为“与火山共存”的地方。



有珠山喷火(2000年)

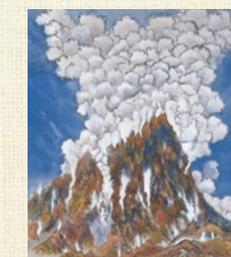
专栏

昭和新山与三松正夫的新山隆起图



在第二次世界大战的1943年12月,有珠山开始发生了强大的地震活动,在1944~1945年中,在山体东边的土地

开始隆起,创造出了海拔为407米(当时)的有珠山的寄生火山·昭和新山。当地邮电局局长三松正夫(1888~1977年)观测了600多天的地貌变化并且留下了详细的记录。特别是他用独特的方法从定点开始记录了每天地盘隆起和熔岩圆顶丘形成状况,该图在1948年的国际火山会议上发表,并因为在世界上是第一次记录了火山成长的过程而出名,被称为“三松正夫的新山隆起图”。



三松正夫画



昭和新山(1954年)

喷火的有珠山与洞爷湖温泉市镇(1977年)

水的网络

能看见 20 米水底

支笏湖是这个公园的一个中心部分。在日本的湖沼中它具有值得夸耀的最高级的透明度，支笏湖是被森林环绕的湖并以其碧波荡漾的水质吸引着游客。

支笏湖的水清澈、透明的原因是水中的浮游生物很少，另外自然性高的森林又环绕着湖岸，从而导致湖水混浊的流入和降下的土沙较少。在 1960 年代平均透明度为

15~25 米，近几年来稍微下降，推算的平均为 15~20 米，但是在 2002 年 5 月的测点中有一个地方记录为 30.7 米。因此，在日本也是为数极少的淡水潜水点之一。为了保持“蓝色的支笏湖的水质”，在支笏湖温泉地区铺设了把自住宿的房子等的下水排在湖外部的公共下水道设施。



原始林环抱着的奥克坦贝湖



喷出公园的涌泉

羊蹄山的泉水

由许多缝隙的熔岩堆积起来的火山，雨和雪易渗入地中并变成为地下水，在山麓喷涌出来。在羊蹄山的山麓有超过 10 个地方的泉水被众所周知，其中位于东北山麓的「羊蹄喷出来的泉水」是据说其涌水量 1 日达 8 万吨，并且被选为日本的名水 100 之一。羊蹄山的泉水作为长年地下水流，其溶化成各种各样的成分而成为优质的矿泉水。因此从远方带着容器来打取矿泉水的人也很多。



支笏湖的水中散步



支笏湖的红大马哈鱼

最北方的不冻湖

支笏湖的水很深，最大水深为 360 米，平均水深为 265 米，按水深在日本的湖沼中是排在第二，第一名是秋田县的田泽湖。因为水深水量多，可以与日本最大的琵琶湖（平均水深 41.2 米）相比美，按面积来比大约占琵琶湖的 12%，而按水量来比大约占琵琶湖的 75%（其水量也在日本排于第二）。因对流的影响表层的水温难以下降，所以通常在冬季最冷的三九天湖水也不结冰。实在不愧为日本最北方的不冻湖。

引入和增殖红大马哈鱼

红大马哈鱼是红鲑鱼的陆封型，原产于北海道东部的阿寒湖和其摩克普湖。在 1894 年从阿寒湖引入支笏湖并养殖成功，之后在洞爷湖，十和田湖等北海道及日本本州的许多湖沼里也进行了移植。而且因为第二次世界大战之前在支笏湖的鱼身体小型化为理由，也曾经从千岛的择捉岛移植了红鲑鱼的受精卵。现在因为夏季解除了钓鱼的禁令，许多钓鱼人的到来使湖面热闹非凡。

专栏

连接支笏湖 ~ 千岁川和乌托乃伊湖的水的网络

唯一的从支笏湖流出去的河川是千岁川，该河从千岁市内向北流动，与石狩川汇合流入日本海。在上流有被森林环绕的清澈的河水，其中鲑鱼逆水而上游。在这里有农林水产省的鲑鳟鱼孵化场，该场现在也使用着利用水车装置来捕获鲑鱼的“印第安水车”。

一般认为曾流入太平洋的石狩川，在 4 万年前因支笏火山的大喷火时候被火碎流堵塞，因此流路转向于北。现在支笏火山口东部的山麓一带正成为泉水地带，以该地带为水源的美美川向南流并经过乌托乃伊湖流入太平洋。



千岁内别的涌泉



多种多样的森林



扩展在支笏湖畔的混交林

支笏破火山口外轮山的森林

蔚郁的森林覆盖着环抱支笏湖的山地。森林林相是自湖岸的低地由鱼鳞云杉·榎松等针叶树和大叶栎·春榆等阔叶树构成的混交林为主，向上则为针叶树林。

在早期结束喷火的风不死山上被鱼鳞云杉·榎松等浓绿树种所覆盖，在从17世纪后半叶起到现在仍继续进行喷火活动的樽前山里，森林只分布在海拔大约600米以下的地方。

早春的林床植物

在北海道漫长的冬天，但冬去春来之际，不待积雪融化各种植物便一齐萌芽。被称为“春天植物”的草在树叶长出来之前会在明亮的林内一个接一个地开花、结种，当树叶长出来林内变暗的时期便消失。在英语称之为“Spring Ephemeral”，是短暂的春天的事物的意思。

在成长期间短的春天植物中，从萌芽到开花之间的周期长的植物较多。例如日本猪牙是8年，白花延龄草则是十几年。

美笛的大树林

支笏湖周边的森林在1954年因台风遭受很大的损害。但是在西岸的美笛周边现在也有许多春榆、桂树、大叶栎、华东楸、刺楸等阔叶大树。被称为“巨树的森林”。



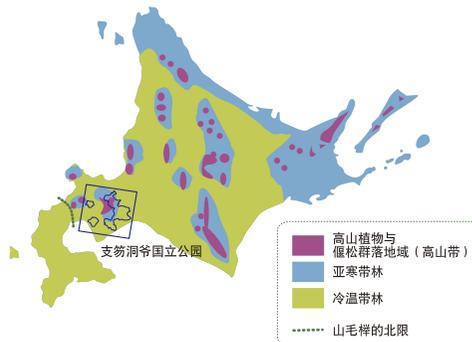
- 1 虾夷延胡索
- 2 日本猪牙
- 3 白花延龄草
- 4 二轮草
- 5 延龄草
- 6 福寿草



南北森林交叉的北海道

在北海道到南部的渡岛半岛为止，能够看见在日本本州以南分布的山毛榉林。在此向北则没有山毛榉林，但在低部广泛地分布着，春榆、华东楸、桂树、桦树类等与本州山地共通的许多阔叶树，与在本州中没有的鱼鳞云杉、榎松等的针叶树生长的混交林。这是因为按气候来说北海道位于冷温带和亚寒带的境界里，所以两个气候带的森林植物混交在一起。象这样的森林结构与本州的森林不同，但与北美洲的东岸及沿海州的森林相似。

北海道的森林类型



苔藓的洞门

位于风不死山的西山麓。从樽前山流出的火山岩的裂缝被侵蚀而形成的狭窄而干涸的山谷，其最深处大约10米、宽为3米、延长大约400米。在两侧的岩壁上浓密地生长着虾藓（日本种）、棕叶藓等30种的苔藓。这是因为温度、湿度、以及日照条件等正适合苔藓的生长，并且形成现状用了漫长的时间。因为有崩溃的危险所以不让进山谷，但是从入口的观览台可以参观。

专栏

由有珠山喷火而引起的自然破坏和再生



樽前山(上)和风不死岳(下)的植被火山活动很早就停止的风不死岳森林一直覆盖到山顶

火山的喷火很大程度地影响了周边的森林。在有的火山灰和浮石堆积以及卷入了火碎流的地方树木枯死。在火山口附近随地温增高而使灾害也变得加大。植被的恢复必须要等到地温的下降直至长出草和苔藓之后。迁移后的森林再形成需要漫长的时间。当一方面与火山口有距离且另一方面受到喷出物较少之时，植物便会自动发芽，并且森林在比较短时间内恢复到原来就近的状态。

现今在樽前山以及有珠山的周边，能够看见因受喷火的影响程度不同而存在于恢复途中的各阶段森林。

棕熊是日本最大的陆生动物



支笏洞爷国立公园的面貌

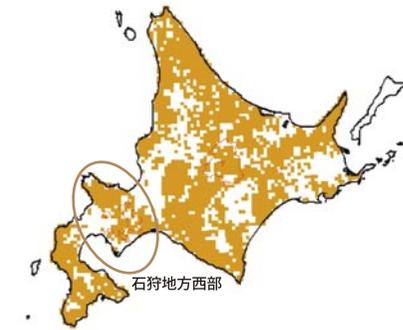
与野生动物共存

野生动物的宝贵的栖息地



裹着冬衣的狐狸

北海道棕熊的分布 (2000~2002年)



出典：環境省哺乳類分布調査

- 1 长尾林鸮
- 2 黄眉黄鹌
- 3 黑啄木鸟
- 4 黑头蜡嘴雀
- 5 赤腹鸫



住在森林中的鸟群

在拥有广阔自然林的支笏湖周边，森林性鸟类繁多，在新绿鲜明的初夏，森林中回响着爽快的鸟叫声。在冬季气候严寒的北海道，栖息在森林中的大多数是夏季候鸟。留鸟中主要的有大斑啄木鸟和黑啄木鸟等啄木鸟类；大山雀和褐头山雀等山雀类；花尾榛鸡等。至于夏季候鸟种类较多，如乌灰鸫、赤腹鸫、黄眉黄鹌、日本树莺、灰头鹀、中杜鹃等。

国立公园作为保存生物多样性的地方正担负着重要职责。在这个被丰富森林覆盖的公园，以棕熊为主栖息着虾夷鹿（梅花鹿）、狐狸、雪兔、松鼠、飞鼠、还有蝙蝠及鼠类等许多哺乳类动物。在这些动物中，特别棕熊和虾夷鹿是在考虑与人类关系中的重要动物。

棕熊是日本最大的陆栖动物，在日本它只在北海道栖息。棕熊以前广阔

地分布在整个北海道地域，但因开发而使其栖息地缩小和分化。特别是以这个公园为中心栖息在石狩地方西部的棕熊面临着灭绝的可能性。另外近年来由于虾夷鹿的个体数增加导致损害农林业以及发生交通事故等问题，还影响了国立公园的植被。为此北海道制定虾夷鹿的保护管理计划，并且正根据科学知识来推进管理。



虾夷鼯鼠

外来生物的影响

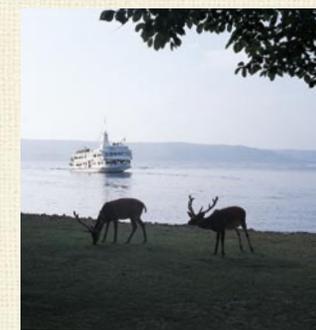
以宠物和食用为目的进口的原产国外的动物，因跑掉或扔掉而野生化的例子多。在支笏洞爷国立公园周边，原产于美国的浣熊正扩展着栖息范围，在损害农作物和影响生态系统的平衡方面成为了问题。另外对原有日本蟹种群产生威胁的原产于美国的美国蟹，最近在洞爷湖及支笏湖发现了。与此在2006年根据外来生物法，这两种物种的野外移动或放生是被禁止了。现在捕获野生动物个体等等的各种措施正在推进当中。



被捕获的浣熊

专栏

洞爷湖中岛的虾夷鹿

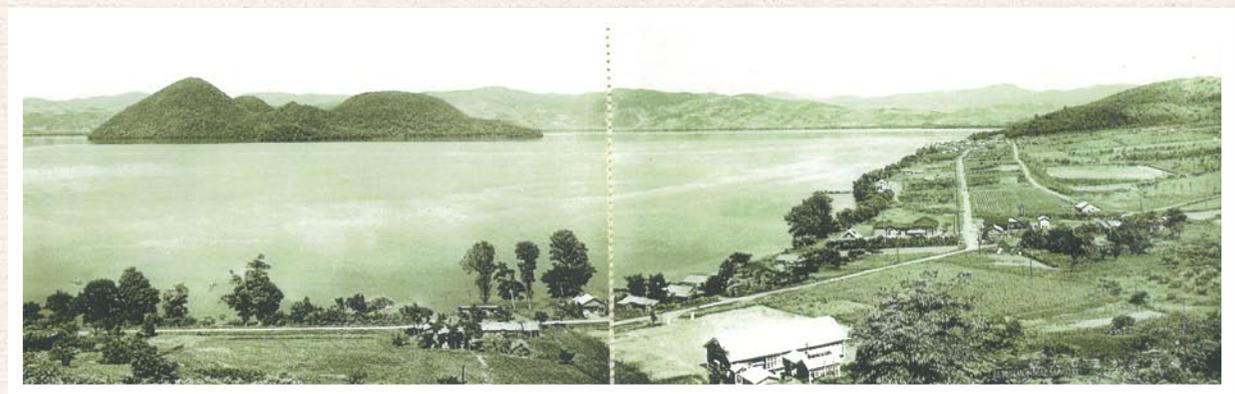


位于洞爷湖中央的中岛，由于在1957年引进的3头虾夷鹿逐渐繁殖而使被荒废的森林面积逐年增加。现在中岛的植被中鹿不吃的植物占优势。鹿的个数有时增加到将近300头，并且发生了因缺乏饲料而大量死亡的事件。现在推算虾夷鹿的个数大概为150~200头，在考虑生态系统的平衡中成为宝贵的实例。

在与周围隔离了10公里的中岛里很容易掌握虾夷鹿的个体数和植被的变化。成功地利用这种环境，关于掌握鹿的密度和植被的变化以及鹿生活所需要的植物的量及如何保护、管理鹿等基础的研究现正在推进当中。

开发的历史

支笏洞爷国立公园的周边是很早以前阿伊努族生活过的地方。在江户时代的中期，松前藩进入了北海道南部，在支笏湖周边的千岁、有珠、虻田等地方，设置了与阿伊努族交易的据点。在明治政府时代诞生的19世纪后半叶，北海道开发也正式开始了。在这一点上使北海道走上了与本州以南相差很大的发展道路。



昭和初期的洞爷湖畔的风景

松浦武四郎纪念馆 提供(图、照片)

专栏 ①

松浦武四郎发现支笏

松浦武四郎(1818~1888年)在踏勘支笏湖，并且给留下了最初记录。松浦武四郎是一位江户时代末期在北海道以及萨哈林的调查中非常活跃的探险家。在1857~1858年作为幕府的“东西方虾夷山川调查御用”，他详细调查了北海道内陆部的状况，并且给后人留下了大量的记录。在“夕张日志”上记录了，他在1857年从千岁沿着千岁川在山中非常辛苦地行走，最后到达支笏湖畔的状况。

明治政府成立以后松浦武四郎被任命为开发判官，并且从事着选定北海道的名称以及国名、郡名的工作。



19世纪中叶，松浦武四郎作成的东西方山川地理取调图(部分)中央是支笏湖

洞爷湖畔开发的历史

这个地方的开发是从沿海岸的平地开始的。在1886年，统治全道的北海道厅在札幌被设置，为此使通过洞爷湖的连接函馆和札幌的交通变得繁荣，并且在1887年，有76名居民从香川县迁入到现在的财田地区，随后湖岸的人口逐渐增加。

洞爷湖畔旅游事业的发展起来是因为，在大正时代初期此地发现了温泉，后在大正末期通过这个地方连接函馆和札幌的国铁室兰本线和千岁线被开通。在1929年，从虻田(现JR洞爷)车站到洞爷湖的铁道(在第二次世界大战之中废止)开通，并且相继出现了大饭店和高尔夫球场等。尽管在战前成为指定国立公园的候补对象，但阿寒和大雪山却先被指定为国立公园。在战后因为离札幌近而且被评价为有良好的利用性，在1949年，它有幸指定为国立公园。从1955年到1973年，凭借经济高速增长长期的观光旅游高潮共同发展，从而洞爷湖畔终于发展成为观光旅游地。



洞爷湖畔 珍古岛附近(1954年)

专栏 ②

惠庭山奥林匹克运动会场遗址的自然恢复

由于在1972年举行了札幌冬季奥运会，惠庭山成为滑雪滑降比赛的会场。关于为路线设定而决定采伐国立公园的树木在当时就有了争议，但当确定以比赛以后撤除设施并且植树恢复到原来的状态为条件时便同意了采伐，建设了全长超过2公里的男女路线以及架空索道等建筑物。比赛结束之后立刻开始了恢复原状的工作，在不晚于1974年实施了撤除设施及在陡斜面植树等的治山工程。另外随后也长时间进行了保育树木的工作。现在路线的痕迹已相当淡化，但是后来栽植的树木与周边的树林相比还是比较小。

国立公园和森林·矿山开发



过去在美笛金山的专用铁道(1936年至1951年之间运行)

虽然在支笏湖周边有残存的自然性很高的森林，但是在被指定为国立公园之前，曾有过进行开发矿山产业活动的历史。当在国土狭窄的日本，推进指定国立公园的制度之际，它与矿业及发电等产业的调整成为了较大的课题，这样的情况而且较多。日本的国立公园制度是从创建当初开始，便一边调整着与各种各样的产业关系一边修整过来的。

王子制纸股份有限公司不仅在苦小牧建设工厂，并且在1908年从苦小牧到支笏湖畔建设铁道(山线)，又在千岁川建成了发电站及采伐了支笏湖周边的森林。另外矿山开发也比较繁荣，象在公园区的内外有若干个矿山如支笏湖畔的美笛金山、登别市的幌别矿山等，而且当公园被指定后还有部分矿山正工作着。现在公园里面的矿山全部被废止，而当时被建设了的



被指定为千岁市文化财的山线铁桥

铁路桥正作为产业遗物成为公园景观的一部分。

北海道新闻社提供



札幌冬季奥林匹克运动会当时的惠庭岳的滑降路线



欢迎到 支笏洞爷国立公园

当您来到国立公园的时候，请首先顺路去来访者中心。通过介绍当地自然和历史的展览以及工作人员的指引解说，可以得到如何享受公园的最新信息。在这里也举办着各种各样的自然体验活动以及节目。

在支笏洞爷国立公园中，作为环境省的设施，在支笏湖湖畔上有支笏湖来访者中心、在洞爷湖湖畔上有洞爷湖来访者中心和财田体验自然房屋，都整修好了。作为学习公园的自然的设施，还有火山科学馆和洞爷湖森林博物馆等。另外在公园以外国际湿地条约登录的湿地乌托乃伊湖也有野生鸟畜保护中心。

洞爷财田体验自然房屋

洞爷财田体验自然房屋位于洞爷湖北岸的财田地区，它展览着洞爷湖周边的自然和动物的信息。在用地里有生态池并可以进行水生生物的观察及环境整修等的活动，而且还有工艺教室、行走拉力赛等许多活动，通过这些活动可以体验自然。另外在湖畔拥有1.5公里的散步道。



〒049-5813 北海道虻田郡
洞爷湖町财田 2-2
tel 0142-82-5999
<http://www18.ocn.ne.jp/~toya/>

洞爷湖来访者中心

洞爷湖来访者中心位于有珠山山麓的洞爷湖温泉。在2007年开馆，馆里展览介绍着其周边的动植物和有珠山的火山活动，并正成为自然体验的信息基地。在此并设火山科学馆展览有珠山的喷火资料。在建筑物的南面由于喷火而遭受灾害的设施被作为灾害遗物保存下来。



〒049-5721 北海道虻田郡
洞爷湖町洞爷湖温泉 142-5
tel 0142-75-2555
<http://www.toyako-vc.jp>

火山科学馆

是有珠山的喷火和防灾为主题的博物馆。它与来访者中心和通道连在一起。并利用三维的多重景象以及小房间体验来能体验一下2000年的喷火。这里还展览着遭受灾害了的汽车和铁轨道。入馆要收费。



支笏湖来访者中心

支笏湖来访者中心位于支笏湖温泉的南面并接近千岁川的湖畔。该中心有支笏湖形成过程及周边自然的相关展览和介绍。还有配导游的去邻接的野鸟森林自然探胜道的旅行和夜晚的幻灯片放映会等。



〒066-0281 千岁市支笏湖温泉
tel 0123-25-2404
<http://www15.ocn.ne.jp/~sikutuv/>

支笏湖野鸟的森林

在支笏湖温泉的南面千岁河右岸的湖畔一带拥有大约为100公顷的作为野鸟的森林，它配备有观察鸟类的人行道及解说牌。植被主要是阔叶树，其中也有混交的常绿针叶树，在四季都能看到许多啄木鸟类和山雀类等森林性鸟类以及湖上的鸭类。在支笏湖来访者中心可以获得野鸟的最新信息。



日本树蛙



享受自然的活动



登山·徒步游



晚秋的羊蹄山（由真狩一侧）



羊蹄山（1893米）

是不管从哪个方向看都是一座引人注目的秀丽的独立山峰。随着慢慢地登高，可以从容欣赏随之而展开的眺望风景，还有高山的花儿们的迎接。山顶上有3个火山口。因为是高山在登山时需要有充分的装备和心理准备。在真狩登山口，环境省把那儿作为登山者的基地正在进行着登山中心的建设。该中心完成之后，那儿将提供有关于国立公园和羊蹄山的自然介绍、以及登山的注意事项和安全情报，并设有厕所和淋浴。在山麓有很多的泉水。

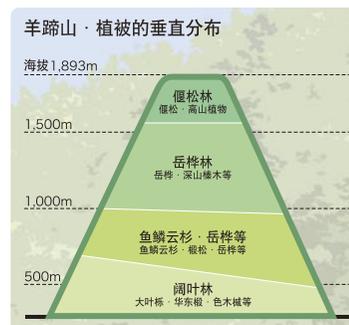


山顶的花地

垂直分布的羊蹄山植被

因为羊蹄山是独立山峰，所以随着海拔高度的变化其植物变化的状况非常显而易见。从山麓到海拔为650米的地方分布着春榆、大叶栎、色木槭等阔叶林带；海拔为1,000米的地方分布着鱼鳞云杉、椴松与岳桦混交的针阔混交林带。从海拔为1,000米到1,600米附近是岳桦林带，再上部则出现偃松。超过海拔为1,600米的地方成为高山带。

羊蹄山的高山植物如岩梅、岩桔梗、岩袋、蝦夷桐椴、黄花石楠花等大约有260种。尽管是独立峰，它植物种类却较多。



利用公园的规则和规范

为了把宝贵的自然原封不动地传给后代，在国立公园不得损伤和不得污染自然，有必要制定利用公园的规则和行为规范。下面举个主要例子，无论是哪个条例养成习惯的话都是很简单的。

- ❗ 为了保护植物，请走步道和栈道。
- ❗ 请把垃圾带回家，不许扔掉。
- ❗ 请不许摘取植物和带走石头。只许照像。
- ❗ 请不要给野生动物投喂食物。另外不许追赶和强行靠近野生动物。

有珠山（733米）



到有珠山山顶有架空索道，如果从山顶站出发，在火口盘层了望台以及南侧的外轮路线上行走的话，能看到过去喷火的遗迹和植物的恢复等状况。如果知道在1977年的喷火之前这里还放牧过牛马的话，一定会感慨今天这样的变化。



奥罗夫勒山（1231米）



深山宁环

位于洞爷湖和登别温泉中间的奥罗富勒山尽管海拔比较低，但是却因为生长着许多高山植物而众所周知。登山入口位于公路的旧道进入后的奥罗富勒山岭。中途有白根葵的群落，另外在七月这里会成为拥有几十个种的岩须、稚儿草、深山宁寰等的花地。



惠庭岳（1320米）



东面山麓的婆罗匹乃伊有登山入口。在林内没法看远。但是出棱线后能够看到破火山口的外轮山。由于山顶附近依然有崩溃的危险8合目以上禁止通行（十合目是整个山的全等分）。



糊空木



纹别岳（866米）



纹别岳位于支笏湖温泉北面。沿着供管理使用的狭窄车道前进。不仅从山顶可以看到支笏湖，而且可以眺望出色的千岁市方面辽阔的平原风景。



白根葵



樽前山（1041米）



樽前山是还正在喷烟的火山。从车道的终点到山顶不到1小时。在熔岩圆顶丘前的东山能看到仿佛就在眼前的大喷火口盘层和熔岩圆顶丘。能够看见白玉之木、江畔杜鹃，岩袋等植物。绕着外轮山能走一圈，但是因为危险火山口的进入是被禁止的。



湖上的探访

从船上观看相比从陆地上观看的风景有些不同而且感觉非常新鲜。支笏湖游艇是从4月到11月初期间进行航运。另外还有用来探访水中景观为目的的水中游览船。在洞爷湖游艇通年定期航运，并且夏天能在中岛登陆。



在支笏湖和洞爷湖的野营地周边，享受与自然一体感的独木舟的利用也在增加。



游览船（支笏湖莫拉普附近）

享受自然的景点

在围绕着公园的道路沿线，能够尽情享受其湖水和森林的各种各样的表情。

支笏湖区域

斐罗匹乃伊的支笏湖瞭望台：位于把支笏湖与札幌市相连的453号公路的支笏湖北岸。是支笏湖和樽前山的瞭望台。



奥克兰贝湖瞭望台

奥科唐佩湖瞭望台：位于从453号公路分离且通往美笛的公路上。是惠庭山西面安静的奥科唐佩湖的瞭望处。

美笛山岭：位于支笏湖西面的276号公路的瞭望台，可以看到在林海前面的支笏湖的姿态。



美笛岭瞭望台

定山溪区域

丰平峡水坝瞭望台：如果从水坝处的瞭望台观看下游的丰平峡的话觉得特别的精彩。

中山山岭：位于洞爷湖和札幌相连的230号公路上，能眺望羊蹄山及定山溪水周边的连绵群山。

洞爷湖区域

观湖台：位于洞爷湖北岸的公路附近的瞭望台，能眺望洞爷湖与有珠山、昭和新山。

奥罗夫勒山岭（旧路）：海拔为930米并且能越过树林眺望洞爷湖、羊蹄山及喷火湾。



丰平峡大坝瞭望台

钓鱼

俗称红大马哈鱼在北海道被称为“其普”，它是阿伊努语族的卡帕切普的促音化。该鱼引入支笏湖的经过请看11页，现今在支笏湖垂钓红大马哈鱼非常有人气。但是为了保护支笏湖的安静环境和水生植物，如想带进动力船需要申请许可。



钓其普

雪上的自然观察

如果穿雪鞋子（在雪地上行走时套在鞋上的东西）或者越过乡村滑雪的话，一边紧跟着动物的足迹，一边观察野鸟在雪地上自由行走就能享受冬天的自然。支笏湖来访者中心正在举行穿着雪鞋子徒步旅行的活动，在民间也有公司正在洞爷湖·有珠山周边以及羊蹄山麓进行向导旅游。

滑雪休养地·尼塞克

在羊蹄山的西北部的尼塞克峰峦和更北边的小樽周边海岸合并起来被指定为固定公园。尼塞克安努普利作为主峰，其他海拔大约为1,000-1,300米的群山绵延于东西方延长线上。因此在北海道也是作为积雪量比较多的地域，并细竹原平缓的地形以及气温低、雪质量好，所以成为了评价极高的滑雪场。

近年来也被海外所周知，特别是季节与日本相反且时差不大的来自澳大利亚的滑雪游客正在增加。在山麓有许多温泉，游客正把这些温泉作为基地而登山。



尼塞克东山滑雪场

公园里面的野营地

野营是和自然切身接触的良好手段。在公园的重要地段都有修整着的野营地。

支笏湖区域

莫拉普：是公园中最有历史的野营地。为支笏湖湖畔第一大野营地，并且设备也很完善。

美笛：在林子里面且可以把车直接开进帐篷位置的房车式野营地。

斐罗匹乃伊和奥潭：两个都是位于支笏湖北岸寂静的站点。

洞爷湖·区域

财田：邻接自然体验房屋。并可以提供一部分汽车野营地。

仲洞爷、流之上：都在面对湖东岸的林子里。

月浦（洞爷绿色营地）：修整着的汽车野营地。



莫拉普野营地



壮瞥川的游玩（财田野营地附近）

羊蹄山区域

真狩登山入口、半月湖：一直主要被作为登山者基地使用，但是作为野营地本身其利用也正在增加。



斐罗匹乃伊野营地

定山溪区域

定山溪自然村：位于丰平峡温泉的深处，是面向市民的自然体验据点。也进行自然观察等活动。



在日本有许多温泉，但是其分布大概和火山的分布一致。这是因为大多数的温泉是因渗入地中的雨水被火山的地下岩浆的加热影响而形成。另外也有少数的与火山没有联系的温泉。

根据地下水的分布以及岩石成分的不同，作为温泉溶入的物质也有所不同，并且有单纯泉水（含有成分少）、氯化物泉水、硫磺泉水、酸性泉水等许多泉质。当然温泉浴的功能也不尽相同。

享受温泉 温泉是火山的恩惠



大汤沼川的天然洗脚温泉（登别温泉）

地狱谷的喷气（登别温泉）



专栏

温泉的效用

根据温泉里面含有的成分有疗养和预防疾病的效果以及从日常生活中解放出来且置身于自然环境里的那种精神上的诸多效果，使得喜欢全身浸泡在澡盆里面享受慢慢地变暖和的日本人被称为“爱好盆浴的民族”。而且温泉利用的历史也很悠久，在公元8世纪就完成的日本最古老的历史书《古事记》里面就已经有关于温泉的记述。

另外温泉不仅用于温泉浴，而且在各方面也被利用起来。作为直接热源可以进行动物的饲养和植物的栽培，还可以利用温泉热水泵导出热能铺设暖气设施。在壮瞥町农家正利用温泉在大型温室里栽培西红柿。

主要温泉和景点向导



定山溪温泉

碳酸氢盐泉、硫酸盐泉 支笏湖温泉

是支笏湖畔的唯一村落。因为被指定公园以后进行了计划性地整修，所以正呈现出设施与树林融合在一起的景致。这里是在1974年靠钻孔打眼而喷涌出了的温泉，其水质是碳酸氢盐泉水。离支笏湖野鸟的森林（请看19页）较近。架于附近的千岁川上的红色铁路桥曾经是苦小牧的王子造纸公司专用铁道（山线）的铁路桥。是留在北海道的最古老的铁路桥。而且除了这些，支笏湖北面还有九驹温泉和伊藤温泉，泉水水质同样是碳酸氢盐泉水、硫酸盐泉水。



伊藤温泉

各种各样的泉 登别温泉

日本的代表温泉地之一。阿伊努族以前就知道此温泉，在江户时代末期在函馆执勤的官吏也利用此温泉治疗。登别温泉拥有1日超过1万吨的热水量和硫磺泉水、硫化氢泉水、含铁泉水等多达11种的不同的泉水水质，能享受各种各

样的泉水。为此这里发展成从近代医学的观点来进行各种各样温泉疗养的研究的场所。

在温泉镇的附近，现在也有激烈喷出火山气体和热水的地狱谷以及大汤沼。沿着大汤沼有长条椅，可享受天然的洗脚温泉。

氯化物泉、碳酸氢盐泉 洞爷湖温泉

在明治时代末期因有珠山喷火而温泉喷涌，这里发展成为湖畔的温泉镇。它是积极推进着与有珠山共生的乡镇建设（请看8-9页）。泉水水质是氯化物泉水、碳酸氢盐泉水。十几个地方有洗手温泉、洗脚温泉的设备。另外，如果在西山火山口以及金比罗火山口的游步道行走的话，眼前可以观察到在2000年喷火灾害的痕迹。



氯化物泉 定山溪温泉

是形成温泉镇规模的大温泉，拥有充足的热水量并且是氯化物泉水。在1866



九驹温泉

洞爷湖温泉的洗脚温泉

年冈山的和尚一定山发现了该温泉。它位于札幌市的郊外，很早以前便作为市民休闲的地方而被亲近。从温泉的高处沿着丰平川有2.5公里的游步道。



硫磺泉 北汤泽温泉

是在洞爷湖的东部、面临长流川的温泉，泉水水质是硫磺泉。从温泉沿着溪流有游步道，是可以聆听着温水的潺潺溪流声而能赤脚步行的洗脚温泉。另外附近也有滑雪场。

含有镉的硫酸盐泉 卡鲁鲁斯温泉

是位于登别北部、离登别大约为8公里的温泉，水质是硫酸盐泉水。1957年在北海道最初指定了的国民保养温泉地，现在仍保留着温泉治疗场的气氛。之所以称为卡鲁鲁斯，是因为含有镉的泉水水质且相似于捷克的名泉卡鲁鲁斯巴道（现卡鲁鲁斯·乌阿里）。

节日和盛会

昭和新山国际雪合战

把互相扔雪球的单纯游戏变成规则了。每年增加参加组，并且最近正在芬兰举行欧洲冠军赛。（2月下旬）

支笏湖冰涛节

从居民的手工制作节成长为代表千岁市的盛会。在湖畔排列着许多冰像，并且在夜晚把它点燃为灯，酿成幻想的气氛。（从1月下旬到2月中旬）

登别地狱节

是每年一次把地狱谷的地狱锅盖打开，从而出现阎王爷率领的大量的鬼卒。而且是阎王爷的花车和鬼神骄走上温泉市镇而热闹的节。（8月下旬）

国立公园的简要表

日本列岛国土面积有7成被森林所覆盖，拥有从亚寒带到亚热带的多样的自然环境以及动植物。国立公园代表着富饶、美丽的日本自然地域。

从1931年创建制度以来日本的国立公园已经有超过70年的历史了。现在全国从北海道到琉球列岛已指定了29个国立公园，占国土陆地面积的5%。作为代表日本自然环境的国立公园正担负着为了

保全自然环境和生物多样性而设置的日本自然保护地域系统的骨干的作用。

在日本的国立公园不仅有原始森林和湿地草原，也有人与自然的长期关系而形成的农耕地和村落周边的自然以及其中的文化历史景观。其中不仅有在各种各样的休闲和教育活动方面的利用为目的，并重视与地域社会的共存。

日本的国立公园是不论土地所

有者是谁都能被指定。公园里面的国有土地中大多数用于公园以外的其他目的而进行管理。为此各部门的关系人员在一起，一边对产业活动和土地利用进行调整，一边使自然资源的保护和持续性利用同时进行，这成为日本管理国立公园的基本方针。

国立公园的管理是根据带状分化而实施。公园区根据自然环境以及景观的特殊性分成最严格保护的特别保护地区、作为公园主体的特别地域、以及作为缓冲地区的普通地域的三个区域，并且因树木的采伐或者建筑工程等对景观有影响的活动正成为需要申报或者许可的对象。

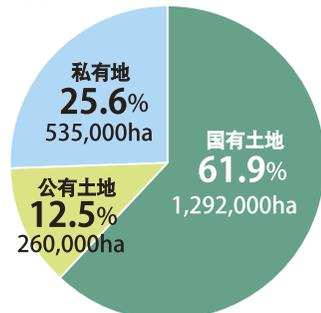
环境省的地方环境办公室在地方公共团体的协助下，实施国立公园的实际管理。各公园设置了自然保护官，并且正参与开发行为的调整，利用设施的整修，普及启发计划以及自然环境的监测等的业务。

日本的国立公园

- | | |
|---------------|-----------------|
| 1 利尻礼文佐吕别国立公园 | 20 吉野熊野国立公园 |
| 2 知床国立公园 | 21 山阴海岸国立公园 |
| 3 阿寒国立公园 | 22 濑户内海国立公园 |
| 4 釧路湿原国立公园 | 23 大山隐岐国立公园 |
| 5 大雪山国立公园 | 24 足摺宇和海国立公园 |
| 6 支笏洞爺国立公园 | 25 西海国立公园 |
| 7 十和田八幡平国立公园 | 26 云仙天草国立公园 |
| 8 陸中海岸国立公园 | 27 阿苏九重(久住)国立公园 |
| 9 磐梯朝日国立公园 | 28 雾岛屋久国立公园 |
| 10 日光国立公园 | 29 西表石垣国立公园 |
| 11 尾濑国立公园 | |
| 12 上信越高原国立公园 | |
| 13 秩父多摩甲斐国立公园 | |
| 14 小笠原国立公园 | |
| 15 富士箱根伊豆国立公园 | |
| 16 中部山岳国立公园 | |
| 17 白山国立公园 | |
| 18 南阿尔卑斯国立公园 | |
| 19 伊势志摩国立公园 | |



●日本国立公园的土地所有类型



北海道的国立公园

1 利尻礼文佐吕别 Rishiri-Rebun-Sarobetsu

指定年:1974.9.20 面积:24,166ha

日本最北方的国立公园。它由海上的孤立顶峰利尻岛和能够看见固有植物的礼文岛以及佐吕别河口展开的广阔的佐吕别湿地草原三个区域组成。其特征是拥有富于变化的景观和动植物。



3 阿寒 Akan

指定年:1934.12.4 面积:90,481ha

是日本最具历史的一个国立公园。椴松·鱼鳞云杉的原始林和由火山活动而形成的大小的湖成为景观的基调。它是让人感到最具有北海道的深奥性的公园。另外还有正在活动中的火山及在各地方喷涌的温泉。



2 知床 Shiretoko

指定年:1964.6.1 面积:38,633ha

从北海道东北部突出的知床半岛的中间部分到先端部的地方被指定为知床国立公园。定住人口几乎没有，是残留下来的陆地和海洋连为一体的原始生态系统，并且是棕熊、虎头海雕、北海狮等大型野生动物的栖息地。它在2005年登记成为世界自然遗产地域。



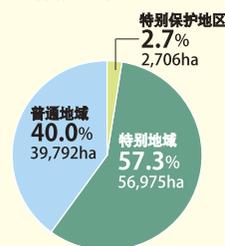
6 支笏洞爷 Shikotsu-Toya

指定年:1949.5.16 面积:99,473ha

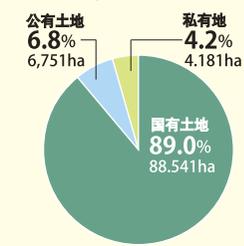
持续活跃着的火山和破火山口湖为景观基调的公园，并且拥有自然性很高的森林。另外因其邻接于札幌大城市圈交通方便，所以作为较近的休闲场所而被许多人所利用。

●来客数:1,462万名(2005年)

●保护划分



●土地所有类型



4 钏路湿原 Kushiro-Shitsugen

指定年:1987.7.31 面积:26,861ha

是1987年指定的较新的国立公园。钏路湿原是以从钏路川流域展开的苔草类的低层湿地草原为主体的日本最大湿地草原。它是有濒临灭绝的野生动物丹顶鹤和远东哲罗鱼等的宝贵的栖息地。1980年成为了日本最初的拉姆萨尔湿地公约的登录湿地。



5 大雪山 Daisetsuzan

指定年:1934.12.4 面积:226,764ha

是拥有22万6千公顷土地在日本最大的国立公园。它由海拔为2000米级的巍峨群山构成成为北海道的屋顶，在山上有着广阔的原始性很高的高山植物大群落。该公园是以棕熊为主的各种各样野生动物的住处。



写真: 阿部 豪 大友 清志 大桥 弘一 (Naturally) 大桥 年治 久保 敬亲 小池 正一 佐々木 幸彦 佐野 胜一 橘 智行 津幡 孝行 滨头 孝一 百武 充 堀川 惠子 森本 夏彦 山田 良造 吉江 和幸 竹迫 次光 支笏湖照片爱好者俱乐部 支笏湖温泉组合 (财) 自然公园财团 (社) 定山溪观光协会 (社) 洞爷湖温泉观光协会 尼塞克町 (社) 登别观光协会 (株) 北海道艺术社 北海道映像记录 (株)