

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。

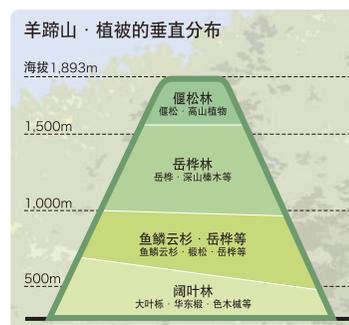


山顶的花地

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，请走游步道和栈道。
- ❗ 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。



深山宁环

奥罗夫勒山（1231米）

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”，它是阿伊努族语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。

