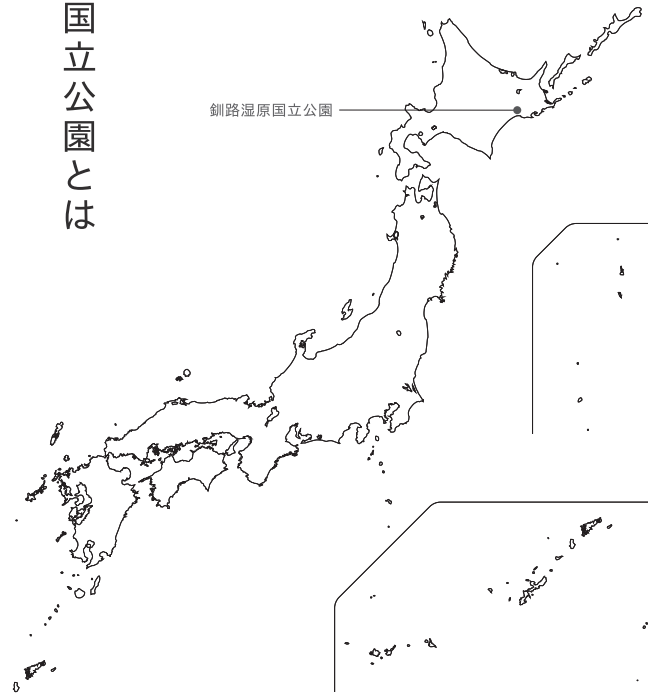


# 釧路湿原 国立公園

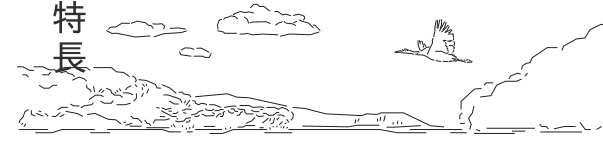


## 国立公園とは



国立公園は、日本を代表する自然の風景地として、自然公園法に基づいて国が指定するものです。北は北海道から南は沖縄、小笠原諸島まで34の国立公園が指定されており、年間3億人以上が利用しています。国立公園内は、自然の絶景だけではなく、野生の動植物、歴史文化などの魅力の宝庫です。日本の国立公園は、森林、農地、集落など多様な環境が含まれていることが特長です。ほとんど手つかずの自然が残されているところがある一方で、自然と人の暮らしが織りなす地域の歴史や文化にふれることができます。是非、実際に国立公園を訪れ、四季折々に変化する日本の美しい自然を満喫してください。

## 特長



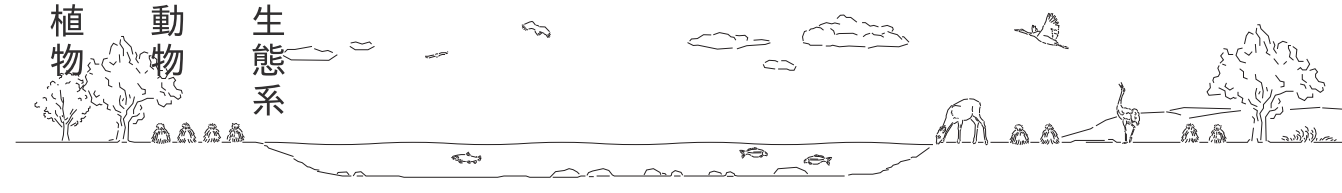
### 日本最大の湿原と壮大な蛇行河川、それを育む森

釧路湿原国立公園は、北海道東部を流れる釧路川とその支流を抱く日本最大の釧路湿原及び湿原を取り囲む丘陵地からなります。手つかずの広大な水平的景観はこの地の何よりの魅力です。また、国の特別天然記念物のタンチョウをはじめ多くの動植物の貴重な生息地となっています。釧路湿原は、開拓が困難なため役に立たない土地と考えられてきましたが、戦後の食料不足による農地開発や市街地開発及び丘陵地伐採などにより、湿原面積の減少や乾燥化が進みました。それに対し地元の研究者や自然保護団体が、湿原の価値を見直すための運動を続けた結果、その価値が国際的に認められ、昭和55年に日本で最初のラムサール条約登録湿地となり、7年後には国立公園に指定されました。湿原を中心とする初の国立公園の誕生は、かつて「不毛の大地」と呼ばれた湿原の自然環境に対する価値が、地域の活動を通して見出された結果、日本の国立公園史に新たな歴史を刻んだ出来事といえます。

【指定年月日】昭和62年7月31日 【関係都道府県】北海道 【面積】28,789ha



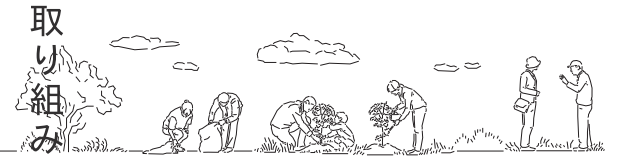
## 植物 動物 生態系



広大な面積をもち、その大部分に人の手が入ることなく保たれた釧路湿原には、多様な生物がすんでいます。湿原では、水との関わり方により特徴的な植生が存在します。釧路湿原の約80%には、周辺からの流入水で潤され地表面に水が見えるヨシ・スゲ湿原（低層湿原）及びハンノキを主体とした植生が広がります。また、泥炭の堆積により地下水より地表面が高く、雨水のみによって潤されるミスゴケ湿原（高層湿原）では、ワスゲやガンコウランなどの寒地性・高山性の植物が生育し、湖沼群ではヒヤネムロコウホネなどの水草が見られるなど、湿原とその周辺部では700種以上の植物が見られます。



## 取り組み



### 釧路湿原自然再生事業

釧路湿原では、湿原面積の減少や乾燥化などが進んでいることから、平成15年に施行された自然再生推進法を受け、同年11月に「釧路湿原自然再生協議会」が立ち上がり、住民、関係団体や行政機関などが連携して、蛇行した河川の復元や人工の森を自然の森に戻す取り組み、利用されていない農地を湿原に戻す取り組みなど釧路湿原の保全・再生に向けた取組を進めているところです。

### パークボランティア活動

釧路湿原国立公園では、「パークボランティア」が公園内の清掃や、自然観察イベントの運営、学校の湿原学習サポート、外来生物の防除など、釧路湿原の保全や理解を深める活動を積極的に行っています。また、独自に「釧路湿原国立公園ボランティア・レンジャーの会」を設立し、会員間の連絡調整や会報紙の発行、釧路湿原自然再生協議会への参加など、親睦を深めながら多くの活動に取り組んでいます。



## 連絡先一覧

北海道地方環境事務所  
釧路自然環境事務所  
〒085-8639 北海道釧路市幸町10-3 釧路地方合同庁舎4F  
| TEL | 0154-32-7500 | FAX | 0154-32-7575

釧路湿原自然保護官事務所  
〒084-0922 北海道釧路市北斗2-2101  
| TEL | 0154-56-2345 | FAX | 0154-56-2267

釧路湿原国立公園サイト  
<http://www.env.go.jp/park/kushiro/index.html>



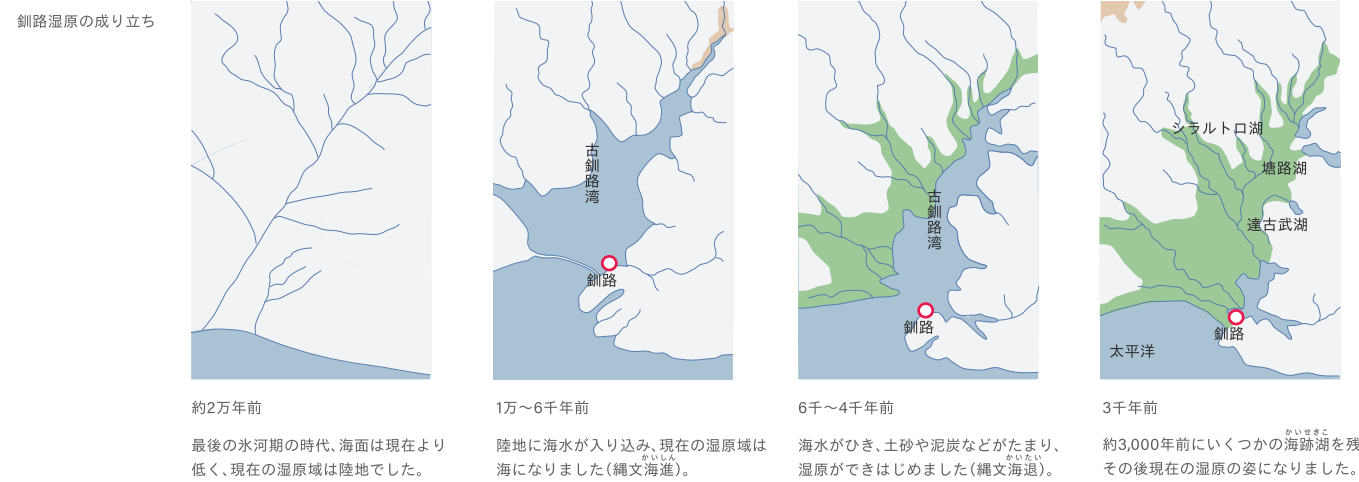
【写真提供：釧路市・標茶町郷土館・斉藤松雄・佐々木誠治・佐藤光則】

## 地形 地質 景観



釧路湿原は、太平洋の海岸線から最深部では約40km内陸に入り込んだ形を見せていますが、この広大な土地は、太古の時代には海だったのです。海が後退して湿原へと変わる過程で多くの湖沼が点在したことは下の図のとおりですが、この名残が、現在も湿原の東側に見られるシラルトロ湖及び達古武湖

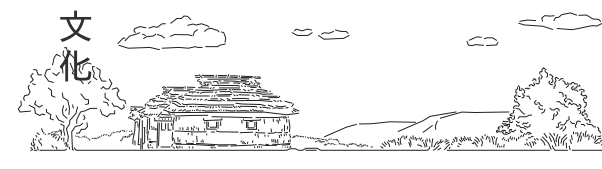
です。これらの湖沼は、海が後退した後も水を蓄えたまま残った湖であることから、「海跡湖」と呼ばれています。また、湿原は丘陵・台地に囲まれています。これはかつて海だった時代の海食崖と推測されており、釧路湿原の地形の特徴のひとつになっています。



釧路湿原の東側に湖沼が集まっているのは、地殻運動によるものといわれています。釧路湿原一帯では、東側の地盤が沈下し、西側では隆起する傾向があるため、低くなった東側に水が溜まって湖沼ができたのです。釧路川が同様に湿原の東側を流れているのも、湿原の地盤の“西高東低”傾向によるものです。釧路湿原国立公園は、国内の他地域では既に喪失してしまっている平野部の原始的な自然環境が保存されており、自然性の高い広大な水平的景観は、我が国では他に類例のない特異な景観となっています。



## 文化



釧路湿原のまわりの丘陵地には、旧石器時代からアイヌ文化時代にかけて約400ヶ所の遺跡が分布しています。シラルトロ湖、塘路湖及び達古武湖や釧路川に沿った東側台地に多くみられ、交通や食糧確保など生活条件に恵まれていたためと考えられます。また釧路湿原周辺では、塘路元村地区に先住民族であるアイヌ民族が暮らした大規模なコタン(集落)があったことが、江戸時代後期の文献などで紹介されています。彼らは、血縁が寄り添ってコタンを形成し、豊かな自然の中で狩りや漁を営んでいました。川や湖で鮭や鱒、ワカサギなどを捕り、野や山ではエゾシカやヒグマなどの狩りをしていたほか、ギョウジャニンニクやオオウバユリ、ヒシの実なども採取していました。塘路湖の特産物であるヒシの実は、採取が容易でかつ収穫量が安定しており、天日に干すと貯蔵もきいたので、冬の保存食としても用いられました。塘路湖沿岸では、昭和50年代まで、住民がヒシの恵みに感謝する「ベカンベカムイノミ(ヒシの実祭り)」という祭りが行われていました。



## 国立公園の利用上のマナー

多くの方に楽しく利用していただくために、国立公園内では自然を大切にすることを心がけ、次のことを守ってください。

- ゴミを捨てないでください
- 花や植物を採らないでください
- 野生動物に餌を与えないでください
- 歩行中禁煙
- たき火は指定の場所で行いましょう

動植物の保護やヤチマコ®に落ちる危険があることから、遊歩道から外れないで歩きましょう。  
※湿原内の壺型の池

カヌーでの川下りでは、動植物の保護のため、決められた発着場所以外での上陸は極力控えましょう。

タンチョウなどの野生動物を脅かさないよう配慮しましょう。



01 釧路市湿原展望台

A3



湿原の「ヤチボウズ」をモチーフにした外観の展望・展示施設です。屋上からは湿原のほか、釧路市街や太平洋まで眺めることができ、サテライト展望台へ続く遊歩道も併設しています。  
※展望・展示施設は有料

02 温根内木道

A3



釧路湿原では唯一湿原内を歩ける木道が整備されています。景色を見ながら歩けるだけでなく、季節の花々や湿原植生の変化、野鳥などを間近で観察することができます。

03 ホーストレッキング

A2



北海道の和種馬「どさんこ」による乗馬ツアーが体験できます。どさんこは体高が低く気性も穏やかで、さらに前を行く馬を忠実に追うよう調教されているので、安心して騎乗することができます。

04 キラコタン岬

B2



釧路湿原がかつて海だった頃に、岬であったことが名前の由来です。釧路湿原の最深部に位置し、眼下には湿原の原風景が広がります。先端部には徒歩でしか行くことができず、駐車場から往復約5kmの散策になります。

※キラコタン岬先端部は国の天然記念物区域に指定されているため、立ち入りには許可が必要です。詳しくは鶴居村教育委員会 (TEL.0154-64-2050) までお問い合わせ下さい。

05 コッタロ湿原展望台

B2



釧路湿原を横断する道道1060号沿いに位置し、高台まで階段を登ると眼前に豊かな湧き水に支えられる広大な湿原が広がります。双眼鏡を使えばタンチョウが見られることもあります。

06 細岡展望台

B3



釧路湿原の東側に位置する展望台で、「大観望」の別名のとおり、釧路川の大きな蛇行と釧路湿原の広がり、阿寒の山々など大パノラマが広がります。展望台から眺める美しい夕日はおすすめです。

07 夢ヶ丘展望台

B3



達古武オートキャンプ場の裏から続く約2.3kmの達古武歩道ではヤチボウズの群生地や湧き水などが観察でき、急坂を上りきった展望台からは蛇行する釧路川やJR釧路本線が望めます。

08 カヌーツアー

B3



ダムのない釧路川は、全国のカヌーイストにとって憧れのツーリングコースです。中でも塘路湖から細岡の区間は、流れもゆるやかで、ガイド付きのツアーも盛んに行われています。

09 くしろ湿原ノロッコ号 / SL冬の湿原号

B3



湿原内を釧路川に沿って走るJR釧路本線では、夏期は見どころになると通常よりゆっくり走る「くしろ湿原ノロッコ号」、冬期は蒸気機関車が牽引する「SL冬の湿原号」が運行されます。

※運行状況等は変更になる場合があります。詳しくはJR釧路駅0154-24-3176 (5:30-22:30) へお問い合わせ下さい。

10 サルルン展望台

B2



散策路は樹林が多く、山歩きの雰囲気を楽しめます。展望台からは、塘路湖など大小の湖沼群が見られ、他の展望台とはひと味違った「湿原と湖沼」の景観を眺めることができます。

11 塘路湖畔歩道

B2



塘路湖畔を眺めながら散策できる約600mの歩道です。塘路湖の歴史や周辺で観察できる野鳥の解説版のほかベンチや休憩所もあり、ゆっくりと湖畔の散策を楽しむことができます。

12 ワカサギ釣り

C2



冬季には、湿原周辺の湖沼は厚さ数十cmの氷に覆われます。そうした厳しい寒さの中、塘路湖では、氷に穴を開けワカサギ釣りを楽しむ人々で賑わいを見せます。

Information 施設案内

**温根内ビジターセンター**  
〒085-1145  
北海道阿寒郡鶴岡村温根内  
TEL | 0154-65-2323  
【開館時間】4～10月/9:00～17:00  
11月～3月/9:00～16:00  
【休館日】火曜日、年末年始  
湿原を散策できる温根内木道の起点となる施設。旬の自然情報やヤチボウズの断面標本(実物)などを展示。

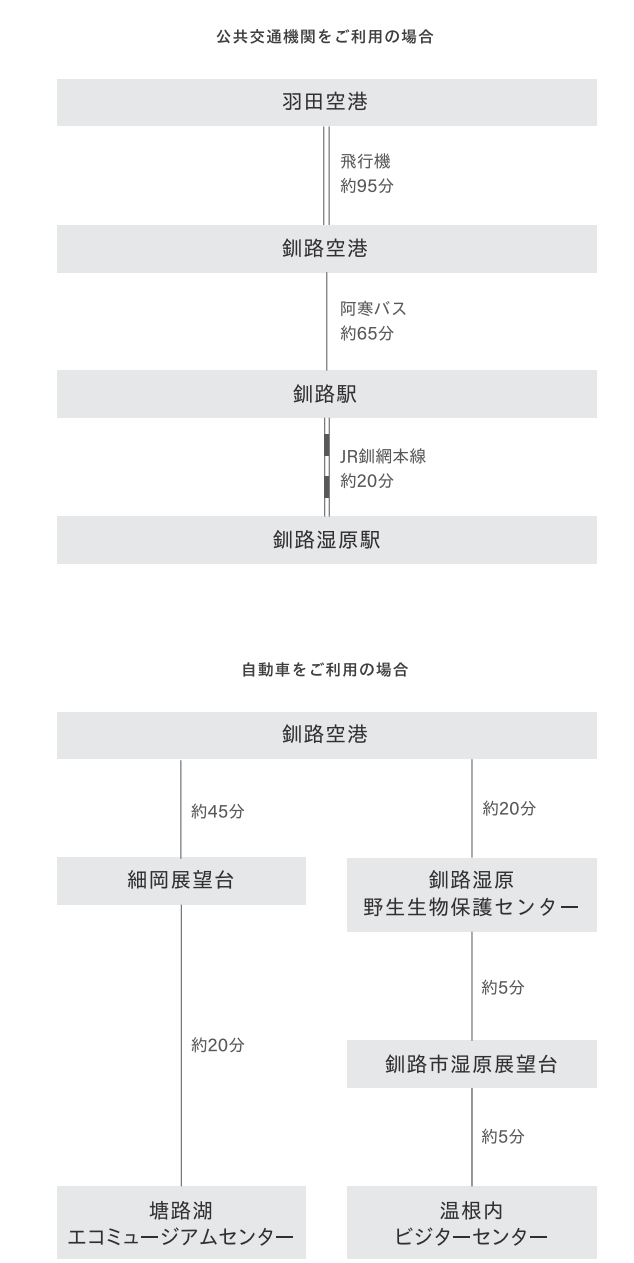
**塘路湖 エコミュージアムセンター 「あるごと」**  
〒088-2261  
北海道川上郡標茶町塘路原野  
TEL | 0154-487-3003  
【開館時間】4月～10月/9:00～17:00  
11月～3月/10:00～16:00  
【休館日】水曜日、年末年始  
湖畔を散策できる塘路湖畔歩道の起点となる施設。湿原の生命線となる「水」をテーマにジオラマやパネルを展示。

**シラルトロ自然情報館**  
〒088-2266  
北海道川上郡標茶町茅沼  
TEL | 0154-487-2121 (憩の家かや沼)  
【開館時間】5月～10月/9:00～日没  
【休館日】11月～4月  
釧路湿原の自然再生事業についてのパネルやシラルトロ湖で見られる動物標本の展示。

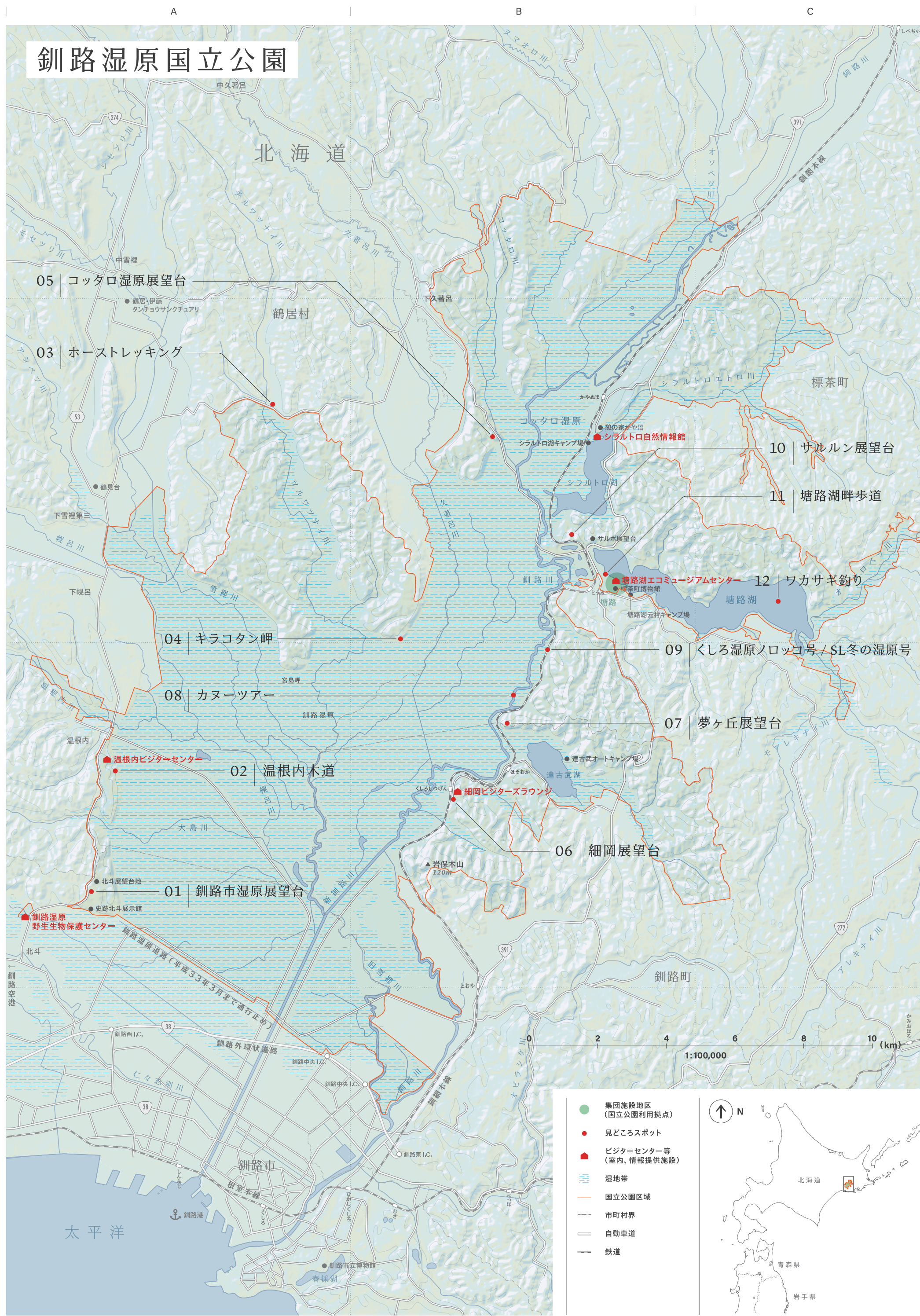
**釧路湿原 野生生物保護センター**  
〒084-0922  
北海道釧路市北斗2-2101  
TEL | 0154-56-2345  
【開館時間】10:00～17:00  
【休館日】11月1日～4月下旬の土・日・祝日、年末年始  
湿原や道東に生息する生物に関する展示や、一時的に保護されているシマフクロウのモニタリング映像を見ることができ。

※開館時間などについて詳しくは各施設にお問い合わせください。

Access 交通アクセス



※アクセスルートは一例です。各区間の所要時間は目安です。詳しくは各交通機関の窓口・ホームページなどでご確認ください。



※詳細な区域確認等に当たっては、担当の環境省自然保護官事務所等にお問い合わせください。