冬、白一色の世界のなかで。

噴煙を上げる雪の大雪山
（大雪山国立公園）(1)

アオモリトドマツの霧氷
（十和田八幡平国立公園）(2)

雲仙妙見岳の霧氷（雲仙天草国立公園）(3)

冬の使者オオワシ（知床国立公園）(4)
押し寄せる流氷、国後島を望む（知床国立公園）(5)

COLUMN
季節を告げる渡り鳥

日本人は古くから、渡り鳥の渡来によって季節の訪れを敏感に感じとってきました。晩秋になるとマガモやハクチョウが北方から渡ってきて日本で冬を過ごし、春になると北に帰っていきます。ツバメやサシバなどのような、初夏に南から渡ってきて夏の日本で子育てをする鳥たちやシギ・チドリ類のように春と秋、渡りの途中で日本を通過する鳥たちもあります。国立公園はこうした渡り鳥など野生動物の生息地としても大変重要な役割を担っています。

屈斜路湖上のオオハクチョウ（阿寒国立公園）
（写真：森田敏隆）

春

やわらかな陽射し、草花の芽吹き

吉野山の春を彩るヤマザクラ
（吉野熊野国立公園）（1）

湿原のミズバショウ（尾瀬国立公園）(2)
ミヤマキリシマと九重連山（阿蘇くじゅう国立公園）(3)

隠岐の島海霧の岬（大山隠岐国立公園）(4)

COLUMN
サクラ前線

3月下旬、九州・四国の南部でサクラが開花すると、人々は、日本各地の開花予想日を結んだ「サクラ前線」の動きに関心を寄せます。この前線は、日本列島を約1ヵ月半かけてゆっくりと北上していきます。いっせいに花開くその華やかさを心待ちにし、数日後には散り始めるそのはかなさや散り方の美しさにもまた、魅了されるのです。

夏

海・山の輝き、生命の謳歌

多島海の夏（瀬戸内海国立公園）（1）
北アルプス白馬岳山頂付近に広がる花の絨毯（中部山岳国立公園）（2）

湿原を下る釧路川（釧路湿原国立公園）（3）

サンゴの海に浮かぶ八重山の島々
（西表石垣国立公園）（4）

朝日連峰主稜線のお花畑（磐梯朝日国立公園）(5)

（写真：1）高橋毅　2, 3, 4）森田敏隆　5）佐竹伸一）

COLUMN

天上の楽園「お花畑」

夏は登山のシーズン。中部以北の山々では、お花畑との出会いは登山の楽しみの一つです。山道をひたすら登っていくと、やがて森林が消え目の前に色とりどりの高山植物がカーペットのように広がるお花畑が出現します。低温、強風、長い積雪など高山の厳しい環境条件に適応しつつ生きている高山植物は、ほとんどが夏の限られた期間に、いっせいに花を咲かせます。過酷な自然の中でたくましく生きている可憐な姿は、登山者の記憶に刻みこまれる光景です。

コマクサ

秋

清流の冴え、野や森の彩り

紅葉の池塘から望む旭岳（大雪山国立公園）(1)

瀬戸内の秋の夕暮れ
（瀬戸内海国立公園）(2)

「草もみじ」とカラマツ林（日光国立公園）(3)

紅葉と竜頭（りゅうず）の滝（日光国立公園）(4)

COLUMN
紅葉を求めて

落葉広葉樹林が多くしかも樹種が豊富な日本は、紅葉が最も美しい国と言われています。カエデ、カツラ、ナナカマドなど、さまざまな落葉樹が微妙に変化する紅や黄の色に染まり、秋の山肌を埋め尽くしていきます。紅葉の鮮やかさは、寒暖の差や水条件などによって左右され、同じ場所でも年によって変わります。1000年も前から日本人は紅葉を求めて野山に出かけてきました。十和田湖・奥入瀬渓流や奥日光などでは、秋の紅葉の頃が一年でもっともにぎわうシーズンです。

（写真：1, 3, 4）森田敏隆　2) 高橋毅）

日本の美しい自然を体験しよう

国立公園内には日本を代表する山々があり、海があります。また、ほとんど手つかずの自然が残されているエリアがある一方で、人里に近く比較的行きやすい場所に、美しく繊細な自然を楽しめる場が多いのも、日本の国立公園の特色です。山を目指すもよし、森や川に分け入って野生体験に浸るもよし、風景に出会い、自然観察を楽しむもよし。ビジターセンターなどで提供している情報サービスや自然ガイドのサービスをうまく使って日本の自然を満喫してください。

1
2 3
4

1 湿原トレッキング（尾瀬国立公園）
2 イルカとダイビング（小笠原国立公園）
3 バードウォッチング（上信越高原国立公園）
4 シーカヤック（西表石垣国立公園）

国立公園利用の案内役 ビジターセンター

国立公園を訪れる人々に、自然のしくみや特徴を紹介し、その公園をよりよく理解し、楽しんでもらうための施設がビジターセンターです。ビデオ映像、解説パネル、ジオラマなどでその公園の自然を紹介するほか、今が見ごろの花、クマの出没などリアルタイムの自然情報や、おすすめの散策コースなどの情報提供を行っています。誰でも利用できる無料の施設ですので、是非ご利用下さい。

上高地ビジターセンター（中部山岳国立公園）

（写真：1）森田敏隆　2）小笠原ホエールウオッチング協会　3）NPO 法人信越トレイルクラブ　4）L .B. カヤックステーション）

温泉を楽しむ

日本は火山の国であり、到る所に温泉があります。社寺参詣などを兼ねて各地域の歴史文化を訪ね、自然を楽しみながらの温泉浴は、日本の庶民の伝統的な楽しみでした。このため古くからの温泉地には、豊かな自然と文化が見られます。火山を中心にした国立公園も多いことから、公園の中にも様々なタイプの温泉があります。雪を見ながらの温泉、渓流や海を見ながらの温泉、などなど。泉質で行き先を選ぶ人もいます。地方ごとに特色のある「食」も楽しみの一つです。

1	2
	3
4	5

1 白い湯で名高い乳頭温泉の露天風呂（十和田八幡平国立公園）
2 国後島を眺める海中温泉・セセキ温泉（知床国立公園）
3 紅葉に囲まれる湯の宿（十和田八幡平国立公園）
4 雲仙温泉の噴気（雲仙天草国立公園）
5 温泉に入る地獄谷野猿公苑のサル（上信越高原国立公園）

（写真：1, 3）仙北市　2）羅臼町　4）雲仙観光協会 5）森田敏隆）