

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 ドルフィンスイム (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)

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、溪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)



1. 利尻礼文サロベツ

面積：24,166ha

2つの島と湿原からなる日本最北の国立公園。海上にそびえる利尻岳、礼文島の断崖の高山植物群落、サロベツ原野の湿原と砂丘林など、多様な景観が楽しめる。

2. 知床

面積：38,636ha

知床半島に残された原生自然の公園。ヒグマ、オオウシ、トドなど多様な野生動物が生息する。海域は冬には流氷で閉ざされる。平成17年7月に世界自然遺産に登録された。

3. 阿寒

面積：90,481ha

森と湖と火山の公園。マリモで知られる阿寒湖を始め、3つのカルデラ湖と周囲を囲む針葉樹林が美しい景観を誇る。鳥類が多く生息。温泉が各所に湧出。

4. 釧路湿原

面積：28,788ha

日本最大の湿原。約200種の植物が生育しタンチョウやイトウ等の希少動物も生息する。湿原を蛇行する釧路川は、カヌーツアーが盛ん。

5. 大雪山

面積：226,764ha

北海道の屋根、大雪の山々からなる日本最大の国立公園。2000mを越える山上には湿原や高山植物群落が発達し、秋の紅葉が見事。

6. 支笏洞爺

面積：99,473ha

洞爺湖、支笏湖2つのカルデラ湖と、羊蹄山、有珠山などの活火山からなる公園。定山溪、登別など有名な温泉地もあり、多彩な利用が楽しめる。

7. 十和田八幡平

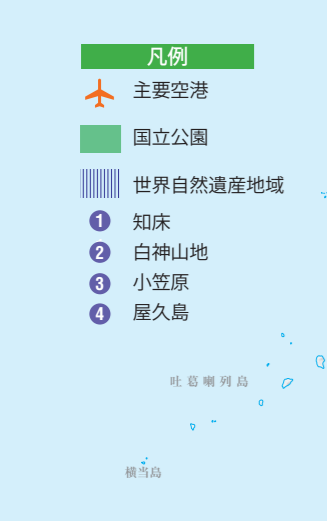
面積：85,551ha

日本を代表する溪流美の十和田湖・奥入瀬、広葉樹の樹海や高山植物群落の八幡平等の地域からなる。古くからの湯治場も点在する。

8. 三陸復興

面積：28,537ha

青森県の蕪島から宮城県の牡鹿半島までの約250kmにわたる公園。北部の海岸は豪大な大断崖がつづき、南部は優美に入り組んだリアス海岸。ウミネコ、オオミズナギドリなど海鳥の繁殖地にもなっている。東日本大震災により被災した三陸地域の復興に貢献するために、2013年5月24日に再編成された。



(地図制作：WINDCITY)

9. 磐梯朝日

面積：186,389ha

山岳信仰で名高い出羽三山を始め、朝日・飯豊連峰、磐梯山と湖沼群など、山と森と湖が美しい。ブナ林が多く、カモシカ、ツキノフグマの生息地でもある。

10. 日光

面積：114,908ha

日光東照宮の歴史的建築、山上の避暑地中禅寺湖畔など多様な表情を合わせ持つ公園。首都圏に近くアクセスしやすい。

11. 尾瀬

面積：37,200ha

尾瀬ヶ原や田代山山頂に代表される湿原景観、燧ヶ岳や会津駒ヶ岳に代表されるオオシラビソやブナ、タケカンバといった森林景観がみられる。

12. 上信越高原

面積：148,194ha

関東の分水嶺に連なる山と高原の公園。大岩壁で知られる谷川岳や活発な火山活動の浅間山の他、志賀高原に代表される高原などが特徴である。スキー場や温泉が多く、レジャーや保養に多くの人が訪れる。

13. 秩父多摩甲斐

面積：126,259ha

古い地層の山が多く、ブナ、コメツガ、シラビソなどの自然林が見られる。首都圏平野部に流れる川の源流域にあたり、豊かな森林と渓谷は都会の人々の憩いの場となっている。

14. 小笠原

面積：6,629ha

東京の南方約1000kmに浮かぶ亜熱帯の海洋島。父島、母島など大小30余の島から成り、海域にはザトウクジラが訪れる。オガサワラオオコウモリを始め固有の動植物が多く、平成23年6月に世界自然遺産に登録された。

15. 富士箱根伊豆

面積：121,695ha

湖や樹海に囲まれてそびえ、世界文化遺産に登録されている富士山、火山群と火口原と湖を持つ箱根、山々と海岸の自然が楽しめる伊豆半島。南方の海には、各々の個性を持つ伊豆七島が連なる。

16. 中部山岳

面積：174,323ha

日本を代表する山岳公園。白馬岳、立山、槍ヶ岳など3000m級の急峻な高峰が連なる。上高地や立山は、夏季、雄大な山岳景観を求めて多くの人々が訪れる。

17. 妙高戸隠連山

面積：39,772ha

妙高山、飯縄山などの火山と戸隠山、雨飾山などの非火山が連なり、多様な山々が密集した公園。堰止湖である野尻湖はナウマン象の化石発掘でも有名。天の岩戸伝説の戸隠神社など文化的にも興味深い。

18. 白山

面積：49,900ha

信仰の山白山とその山麓からなる公園。高山植物の宝庫として、植物研究の歴史も古い。ブナを主とした広葉樹林が広がり、カモシカなどの哺乳類や猛禽類が生息。

19. 南アルプス

面積：35,752ha

3000m級の山々が連なる山岳公園。長いアプローチをいとわない登山者の公園である。高標高まで針葉樹の厚い森林に覆われ、山頂にはハイマツや高山植物の群落も見られる。

20. 伊勢志摩

面積：55,544ha

出入りの多い海岸線が優美な景観を作る志摩半島と日本古来の信仰や伝統のシンボル伊勢神宮からなる。神宮の奥山は神宮林として保護され、シイ、スギ、アカマツの自然林が広がる。

21. 吉野熊野

面積：61,406ha

紀伊半島中央の山岳地帯とそこを貫く熊野川の渓谷、及び海岸からなる公園。桜と史跡の吉野山、修験道の道場大峯山脈、熊野三山が高名い。全域が濃密な森林に覆われている。

22. 山陰海岸

面積：8,783ha

近畿・中国地方の日本海沿岸約75kmの海岸公園。洞門、洞窟など変化に富んだ海岸と透明な海の景色が美しい。砂漠のような景観の鳥取砂丘には、独特の植物も見られる。

23. 瀬戸内海

面積：66,934ha

約3000の島々から成る瀬戸内海に広がる公園。穏やかな海に重なりあうように島々が浮かぶ。白砂青松の浜辺、段々畑や伝統的集落など人の生活と自然が一体となった風景が特徴。

24. 大山隠岐

面積：35,353ha

中国地方の最高峰大山、高原に牧野が広がる蒜山、大小180の島々が集まった隠岐諸島、出雲大社がある島根半島、草原が広がる三瓶山一帯からなる。

25. 足摺宇和海

面積：11,345ha

四国西南部の海の公園。複雑な海岸線と島々が生み出す北部(宇和海)の繊細な風景と、断崖が続く南部(足摺地域)の豪壮な景観が対照的。黒潮に洗われ、サンゴなど海中景観も豊か。

26. 西海

面積：24,646ha

九州北西部の島々からなる海の公園。平戸島から九十九島へ連なる200を超える島々が多島海を形成し、夕景が美しい。東シナ海に浮かぶ五島列島も250以上の島々からなる。

27. 雲仙天草

面積：28,279ha

島原半島中央の雲仙地域は1990年の火山活動で有名な普賢岳や温泉で知られる避暑地。その南に広がる天草諸島は大小120の島々からなる景勝地である。

28. 阿蘇くじゅう

面積：72,678ha

火山と草原の公園。巨大なカルデラ地形を成す阿蘇とドーム型火山が連なる九重。斜面に広がる草原は、野焼きや放牧等によって人々が維持してきたもの。動植物の固有種も多い。

29. 霧島錦江湾

面積：36,586ha

霧島地域は20以上の火山が集まり、火口湖、噴気現象が見られる他、温泉が楽しめる。錦江湾地域は始良カルデラとその南縁に位置する桜島や、亜熱帯植物が多く生育する佐多岬、複成火山の開聞岳がある指宿地区からなり、火山活動を起源とする景観が特色の公園。

30. 屋久島

面積：24,566ha

平成5年12月に世界自然遺産に登録され、海岸から九州最高峰の宮之浦岳(1,936m)までの植生の垂直分布や、ヤクスギを含む原生的な天然林で知られる。

31. 慶良間諸島

面積：3,520ha

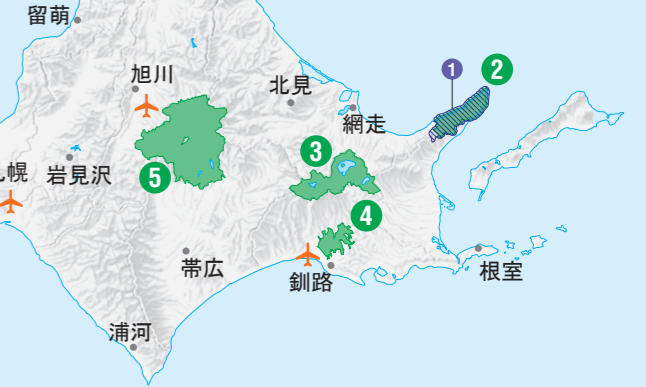
那覇市の西方、40kmにある、大小30あまりの島々と数多くの岩礁からなる。ケラムブルーと呼ばれる透明度の高い海、遠浅の白い砂浜、多様なサンゴなど豊かな生態系がみられる。ザトウクジラが子どもを産み、育む海でもあり、海域7kmを公園区域としたはじめての例である。

32. 西表石垣

面積：40,654ha

西表島、石垣島とその間にはさまれたサンゴ礁の海と島々からなる。90%が亜熱帯林に覆われた西表島は、イリオモテヤマネコなど希少な野生動物も多い。石垣島白保海域公園地区のアオサンゴ大群集は北半球最大規模。

32 Parks



国立公園の仕組み

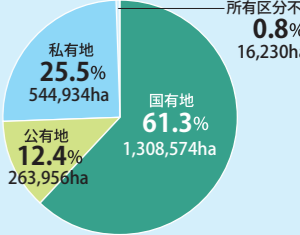
国立公園は、日本を代表する自然の風景を守り伝えていくための制度です。公園内では、法律に基づいて自然環境に影響を与える行為の規制が行われるとともに、歩道やビジターセンターなどの利用施設の整備や荒廃した自然環境の再生事業が実施されています。

現在、全国で32地域が指定され、合計面積は213万ヘクタール(陸域)、国土面積の5.6%を占めています。国立公園の指定・管理は環境省の所管で、全国の国立公園でレンジャーと呼ばれる職員が管理に携わっています。

日本の国立公園内には、国有地だけでなく、公有地、民有地も含まれていて、農林業などに利用されているところも少なくありません。また、国有地も大半は国有林であり、公園専用の土地は限られています。このため関係府政機関、地方自治体、住民、NGO等とのパートナーシップが重視されています(各国立公園の面積は陸域の面積)。

国立公園ホームページ URL http://www.env.go.jp/park/

国立公園の土地所有区分


^[1] 面積：24,166ha

^[2] 面積：38,636ha

^[3] 面積：90,481ha

^[4] 面積：226,764ha

^[5] 面積：85,551ha

^[6] 面積：28,537ha

^[7] 面積：186,389ha

^[8] 面積：121,695ha

^[9] 面積：61,406ha

^[10] 面積：24,646ha

^[11] 面積：3,520ha

^[12] 面積：40,654ha

^[13] 編集協力：(財)国立公園協会 デザイン：(株)アートポスト



〒100-8975 東京都千代田区霞が関 1-2-2 中央合同庁舎 5 号館
環境省ホームページ <http://www.env.go.jp/>
国立公園ホームページ <http://www.env.go.jp/park>
© Ministry of the Environment

この冊子は再生紙を使用しています。

表紙：春・河口湖畔からの富士
裏表紙：秋・紅葉の大雪山
(写真：森田敏隆)