

南アルプス国立公園

海底の記憶が刻まれた高峰群
深い森に抱かれ、
今なお隆起し続ける重厚な山岳地

南アルプスは、甲斐駒・鳳凰山系、自峰山系、赤石山系の3つの山系から構成され、日本で2番目に高い北岳(3,193m)をはじめ、3,000m級の高峰を十座以上有し、大井川、天竜川、富士川の源流部となっています。日本アルプスの中でも最も南に位置し、夏に雨が多く、冬の雪は少ない山域です。大量の雨が引き起こす河川浸食作用によって、深く切れ込んだV字谷が数多くみられ、また積雪量が少ないことから、森林限界の標高が高く、稜線付近まで森に覆われているという特徴が見られます。日本で氷河

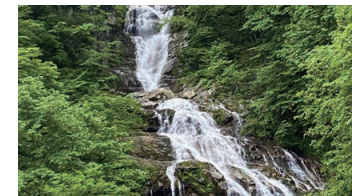
が存在した痕跡のある最も南の場所で、高山帯には2万年前頃に造られた氷河地形・周氷河地形が現存しています。仙丈ヶ岳や荒川三山などで見られるカール(圏谷)もその一つです。氷河時代に分布を広げ、今なお高山帯で生きているライチョウ、キタダケソウ、チョウノスケソウや高山蝶などの動植物も見られます。また、古くから山岳信仰の対象でもあり、自然環境のみならず、文化の継承にとっても重要な地域です。

指定	1964年6月1日
面積	35,752 ha
	山梨県・長野県・静岡県

水のある風景を楽しむ



南精進ヶ滝

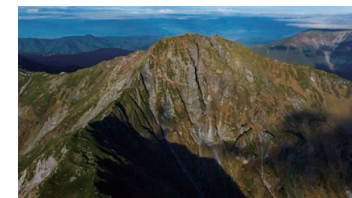


北精進ヶ滝

山や植物を楽しむ

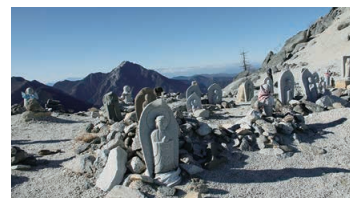


甲斐駒ヶ岳



北岳

文化・くらしにふれる



地藏ヶ岳の地藏

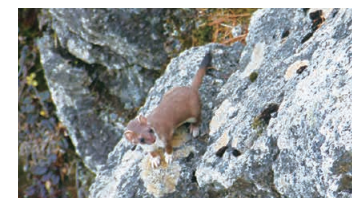


甲斐駒ヶ岳頂上付近(駒ヶ岳神社本社)

生き物に出会う



ライチョウ



ホンドオコジョ

Itinerary

海底の記憶が刻まれた高峰群

- 深い森に抱かれ、
今なお隆起し続ける重厚な山岳地 -



日本で2番目に高い北岳を含む、3000m級の高峰を10以上も擁する高峰群。日本アルプスの南に位置し、夏は雨が多く冬は雪が少ないため、森林限界の標高が比較的高く、山頂付近も緑豊か。雨による浸食作用が生んだV字谷が多く存在します。

webサイトへ



Day 1

南アルプスの麓を巡る日。
地元食材を体験したのち、
富士川の水源地では、
日本三大急流の一つである
富士川の始まりを見学

- 9:30 ● 出発(関東エリアを想定)
 レンタカー(伊那市へ)
- 12:00 ● 全国学校給食甲子園で
特別賞を受賞した長谷中学校の
「甲子園定食」をランチに
- 13:00 ●  レンタカー(富士川へ)
- 15:00 ● 富士川の水源地を観察
- 16:00 ●  レンタカー(伊那市へ移動)
- 18:00 ● 伊那市の旅館にて宿泊

Day 2

3000m級の山々が連なる
南アルプスに挑戦する旅。
雄大な自然の中、
登山道中では高山植物の
観察を楽しむ

- 6:00 ● 出発
 レンタカー(伊那市へ)
- 7:20 ● 戸台パーク
 バス(北沢峠へ)
- 8:10 ● 北沢峠着・登山開始
- 12:00 ● 仙丈ヶ岳山頂到着
- 13:30 ● 馬の背ヒュッテで休憩・昼食
- 16:00 ● 北沢峠着・休憩
 バス(戸台パークへ)
- 16:45 ● 戸台パーク
 レンタカー(伊那市へ移動)
- 17:45 ● 伊那市新山の山小屋に宿泊

Day 3

山小屋周辺の散歩で、
高山植物や野鳥観察などを楽しみ、
最後は地元名物の
ソースカツ丼で旅を締めくくる

- 9:30 ● 山小屋周辺の森を散歩
- 10:30 ●  レンタカー(駒ヶ根へ)
- 12:00 ● 昼食(ソースカツ丼)
- 13:00 ● 解散(関東エリアを想定)
 レンタカー(帰路)

お問い合わせ

関東地方環境事務所
 location 〒330-9720 埼玉県さいたま市中央区新都心1番地1
 さいたま新都心合同庁舎1号館6階
 TEL 048-600-0516
 MAIL REO-KANTO@env.go.jp

南アルプス自然保護官事務所
 location 〒400-0241 山梨県南アルプス市芦安芦倉518
 南アルプス市芦安支所2階
 TEL 055-280-6055
 MAIL RO-MINAMIALPS@env.go.jp

静岡事務所
 location 〒420-8602 静岡県静岡市葵区追手町5-1
 静岡市静岡庁舎新館13階
 TEL 055-280-6055
 MAIL

伊那自然保護官事務所
 location 〒396-0402 長野県伊那市長谷溝口1204-1
 伊那市長谷有線テレビジョン放送施設内
 TEL 0265-98-9320
 MAIL RO-INA@env.go.jp