

# 조신에쓰 고원 국립공원

산과 고원이 장식하는 레크리에이션 월드

조신에쓰 고원 국립공원은 다니가와다케산 (1,977m), 나에바산(2,145m), 구사쓰시라네산 (2,160m), 아즈마야산(2,354m)부터 아사마산 (2,568m)에 이르는 산악과 공원으로 이루어진 광대한 공원입니다. 대암벽이 우뚝 선 다니가와다케산, 화산인 아사마산 및 구사쓰시라네산 등 일본 백대 명산으로도 손꼽히는 명산이 많이 있으며 변화가 풍부한 산악 경관이 형성되어 있습니다. 이들 산의

중턱부터 산록에 걸쳐 냉랭한 고원이 펼쳐지며 호수와 늪, 습원 등도 많이 볼 수 있습니다. 또한, 화산은 많은 온천을 만들어내어 이 공원의 큰 매력이기도 합니다. 산악은 등산 및 스키장으로, 고원은 여름 보양지로, 나아가 많은 온천지와 함께 다양한 형태로 자연의 매력을 즐길 수 있어서 많은 이용자가 방문하고 있습니다.

지정	1949년 9월 7일
면적	151,053ha 군마현, 니가타현, 나가노현

## 바다나 강, 물이 있는 풍경을 즐긴다



Onuma-Ike Pond



Yonako Falls

## 산이나 식물을 즐긴다



Ichinokurasawa of Mt. Tanigawa



Okushiga Valley Waterfalls

## 문화 및 생활을 경험한다

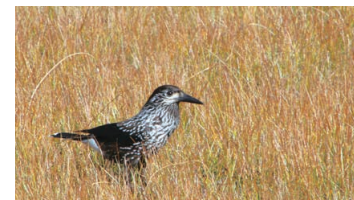


Manza Onsen



Kusatsu Onsen

## 야생 생물을 만난다



Spotted Nutcracker



Japanese Serow

# 일정

## 화산, 온천, 풍요로운 생물의 공원이 만들어내는 유니크한 자연의 모습

활발한 화산활동을 반복해 온 조신에쓰의 산은 웅장한 모습으로 사람들을 매료시키고, 구사쓰, 만자, 시마, 가자와, 야마다, 다니가와 온천을 비롯한 온천의 혜택을 가져왔습니다. 그중에서도 구사쓰 온천은 긴 역사와 함께 자연 용출량이 분당 32,300ℓ 이상을 자랑하는 일본을 대표하는 온천지입니다. 또한, 긴 세월을 거쳐 식물이 자라난 화산암의 대지는 일본원숭이와 일본산양, 많은 야생 조류가 서식하는 다양한 생물이 자라는 장소가 되었습니다. 화산활동이 가져온 역동적인 경관과 온천의 혜택, 그곳에 서식하는 생물들을 산행으로 둘러봅니다.

web site



## Day 1

80종류 이상의 새의 지저귀에 귀 기울이며 화산활동의 역동성을 느낄 수 있는 곳으로

- 10:00 ● 나카카루이자와역  
 전용차량
- 10:20 ● 가루이자와 야조 숲  
 }  
 11:20
- 11:20 ● 중식(구 가루이자와 주변)  
 전용차량
- 13:00 ● 오니오시타시 공원  
 }  
 14:40  
 전용차량
- 15:40 ● 만자 자연 정보관  
 }  
 16:15  
 전용차량
- 16:20 ● 만자 온천, 호텔 도착

## Day 2

구사쓰 온천을 대표하는 '유모미 (온천수를 식히는 전통적인 방법)'를 견학. 시가 고원. 오누마이케 연못을 둘러본다

- 8:30 ●  전용차량
- 9:30 ● 구사쓰의 온천 문화 '유모미 (온천수를 식히는 전통적인 방법)'를 견학  
 }  
 10:00  
 전용차량
- 10:30 ● 시가 고원 가이드 트레킹  
 }  
 15:30  
 가이드의 해설을 들으면서 습원 및 호수와 늪을 돌아보기
-  전용차량
- 16:00 ● 시가 고원, 호텔 (구마노유·호타루 온천·홋포 온천 등)

## Day 3

해발 2,000m의 경치를 즐기고 오후에는 야생 일본원숭이를 관찰

- 9:00 ●  전용차량  
 }  
 12:00 (3대의 곤돌라를 타고 호화로운 공중 산책)
- 12:00 ●  버스
- 13:00 ● 지고쿠다니 야생 원숭이 공원  
 }  
 15:00 일본원숭이의 자연 그대로의 모습을 가까이에서
-  전철(특급 약 45분)
- 나가노역

### 문의

Shin-etsu Nature Conservation Office

TEL 026-231-6570

MAIL NCO-NAGANO@env.go.jp1