南アルプス国立公園

National Parks of Japan

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

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（かいこま）・鳳凰（ほうおう）山系、白峰（しらね）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（せんじょうがたけ）や荒川三山などで見られるカール（圏谷（けんこく））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。これらが高く評価され、2012年に南アルプス国立公園とその隣接地域が南アルプスユネスコエコパークに登録されました。

［指定年月日］昭和39年6月1日　［関係都道府県］山梨県、長野県、静岡県　［面積］35,752ha

地形　地質　景観　植生

── 地形・地質 ──

南アルプスは100万年ほど前から東西方向の圧縮を受けて急速に隆起した非火山性の山々で構成された構造山地で、大きな山容が特徴です。
南アルプスは、現在でも隆起が続いており、その速度は年間3～4㎜で、日本最速の隆起速度です。また、世界と比較しても、その隆起速度はトップレベルです。
氷河の作用によって形成されたカール（圏谷（けんこく））が特徴的な地域でもあり、地面の凍結・融解作用によってできた構造土などの周氷河地形も見られます。
山地が急激に隆起すると、稜線部や山腹斜面などが崩壊しやすくなります。そのうえ南アルプス地域特有の湿潤で雨の多い気候の影響を受けて、谷は深く浸食されます。その結果、V字谷や線状凹地、崩壊地などが多く見られます。

間ノ岳の山体と南面の谷

小仙丈沢カール

荒川前岳の大崩壊地

赤石岳のV字谷

── 景観・植生 ──

南アルプスの森は、気候や地質の影響で森林限界の標高が高く（2,700m程度）、高所まで森林に覆われています。また、標高800m以下の丘陵帯から高山帯まで森林の垂直分布が明瞭に表れています。
おおよそ標高1,600m付近までの山地にはブナをはじめとした広葉樹林が、標高2,700m付近までの亜高山帯にはシラビソなどからなる針葉樹林が、それ以上の高山帯ではハイマツ帯やお花畑が広がっています。また、高山帯と亜高山帯の境目付近にはダケカンバ林が発達します。

三峰岳から見た野呂川源流部

荒川前岳・中岳のお花畑

高山帯・亜高山帯のダケカンバ

亜高山帯のシラビソ

取り組み

── ニホンジカ対策 ──

南アルプスでは、平成10年ごろから稜線付近に現れるニホンジカが増加し、高山帯を彩るお花畑をはじめとする植生への食害が深刻化しています。この問題に対し、行政機関や地権者による南アルプス自然環境保全活用連携協議会において対策方針を策定し、国立公園の生態系を保全するため、様々な事業を実施しています。モニタリング調査やニホンジカの捕獲、防鹿柵の設置によるお花畑の保護、裸地化した場所への土壌流出防止などの対策を行っています。

── 希少動植物保護の取り組み ──

キタダケソウとライチョウは種の保存法に基づいて保護増殖事業計画が策定されています。

| キタダケソウ
盗掘や踏み荒らしを防ぐためのパトロールや生育状況調査を行っています。

| ライチョウ
白峰三山の個体数の減少が著しいため、北岳周辺でヒナと母鳥のケージ保護、捕食者対策、なわばり数や生息状況調査を行っています。

防鹿柵設置のようす

ケージで保護されるライチョウ親子のようす

連絡先一覧

南アルプス自然保護官事務所
〒400-0293 山梨県南アルプス市芦安芦倉518
南アルプス市芦安支所2F
| TEL | 055-280-6055　| FAX | 055-280-6056

関東地方環境事務所
〒330-9270 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 | 048-600-0816　| FAX | 048-600-0517
| URL | http://kanto.env.go.jp/

南アルプス国立公園ホームページ
http://www.env.go.jp/park/minamialps/

アクティブ・レンジャー日記［関東地区］
http://kanto.env.go.jp/blog/

環境省　発行者：環境省　発行年：2021年
南アルプス国立公園 MINAMI-ALPS NATIONAL PARK

※1 表紙の写真：間ノ岳
※2 見どころ案内マップは、指定区域の概要を示すために作成したものであり、誤差があることを考慮した上でご利用ください。

植物　動物

── 高山のお花畑 ──

南アルプスには、氷河時代に分布を広げ、その後温暖になっていく過程で、気温の低い高山に残った生物（氷河時代の遺存種（いぞんしゅ））が見られます。植物では、キタダケソウ、チョウノスケソウ、タカネマンテマ、ムカゴユキノシタなど、高山に生きる一部の種がこの「氷河時代の遺存種（いぞんしゅ）」です。その他、タカネビランジや、キタダケキンポウゲ、サンプクリンドウなど、南アルプスやその周辺地域にのみ分布している固有種も多く見られます。

荒川前岳南東斜面のお花畑と赤石岳
南アルプスの稜線部では、雄大な山々を背景に美しいお花畑を見ることが出来ます。

── 高山帯に生育する植物 ──

| キタダケソウ
6月中旬から7月上旬の雪解けすぐに、白い花をつけます。世界でも北岳の山頂部にのみ生育する固有種です。

| タカネビランジ
南アルプス固有種で高山の岩場などに生育しています。花はピンク色のタイプと白色のタイプがあり、7月から8月に開花します。

| タカネマンテマ
国内では南アルプスの稜線部にのみ生育し、8月頃に開花します。がくの部分が大きく膨らんでいるのが特徴です。

| チョウノスケソウ
7月から8月に白い花をつける落葉小低木です。国内では南アルプスが分布の南限となっています。

── 林床の植物 ──

南アルプスの森は、様々な林相が見られ、その林床を注意深く見ていると、可憐な花々を見つけることができます。

キタダケソウ

タカネビランジ

チョウノスケソウ

タカネマンテマ

ニリンソウ

ミヤマオダマキ

── 南アルプスに生息する動物 ──

南アルプスの動物相は、山深く原生的な森林が残されているため、哺乳類は種類数も個体数も多く、ツキノワグマ、ニホンカモシカ、ホンドギツネ、ニホンザル、ホンドオコジョなど30種以上が確認されています。一方、鳥類でこの公園を代表するのは国指定の特別天然記念物であるライチョウです。高山帯に棲み、光岳（てかりだけ）が分布の南限となっています。また、自然の豊かさを反映して昆虫類も豊富であり、高山性のチョウ類も生息しています。

| ライチョウ（国指定特別天然記念物）
日本では高山帯に生息しており、夏は褐色、冬は白色と、季節により羽毛の色が変化します。ハイマツの下などに巣をつくり、植物の芽や実などを食べます。夏は保護色のため目立ちませんが、登山道沿いでも見かけることがあります。

| クモマツマキチョウ
中部地方の高山の一部にしか生息していない希少な蝶です。オスは白とオレンジ、メスは白と灰色の羽で春から夏にかけて見られます。

| ホンドオコジョ
山岳地帯に生息する、肉食の小型哺乳類

ライチョウ（夏毛）

クモマツマキチョウ（メス）

ホンドオコジョ

文化

南アルプスの山々は人里離れた奥深い自然地域ですが、古くから信仰の対象となっており、人々との関わりがありました。

── 子授け地蔵伝説 ──

子授けのために地蔵ヶ岳（鳳凰三山（ほうおうさんざん））に登拝した夫婦が奉られている地蔵一体を持ち帰り、願いが叶うと二体にしてお礼の登拝をするといいます。

── 御嶽（おんたけ）を拝む道 ──

その昔、長野県大鹿村から小渋川を詰め、大聖寺平（だいしょうじだいら）まで登る道は、遥か木曽の御嶽山（おんたけさん）を拝むために開かれたものといわれています。

── 駒ヶ岳信仰 ──

甲斐駒ヶ岳（東駒ヶ岳）は、1800年代の江戸後期に、現在の北杜市側の黒戸尾根から開山されました。麓の駒ヶ岳神社を拠点に駒ヶ岳講が盛んに行われ、現在でも駒ヶ岳神社では白装束の講者たちが般若心経を唱えて参拝したあと山頂を目指す、講中登山が引き継がれています。

地蔵ヶ岳・子授け地蔵

甲斐駒ヶ岳・黒戸尾根

大聖寺平

甲斐駒ヶ岳頂上付近（駒ヶ岳神社本社）

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
- 動物を獲らないでください
- 歩行中禁煙
- たき火は指定の場所で行いましょう
- 記念看板の設置や岩などへの落書きはしないようにしましょう
- ペットの持ち込みはご遠慮ください
- 登山道をはずれての歩行や写真撮影は行わないようにしましょう
- 先の尖ったストックは危険です。使う場所を考え、ゴムキャップの利用などを心がけましょう
- 山小屋、避難小屋などの施設はみんなできれいに大切に使いましょう

01 鋸岳（のこぎりだけ） C1

最も北に位置し、その名の通り、鋸のような荒々しい山容です。高難度の山として知られており、渡渉や岩稜歩きなど高い技術と長時間歩ける体力が必要です。

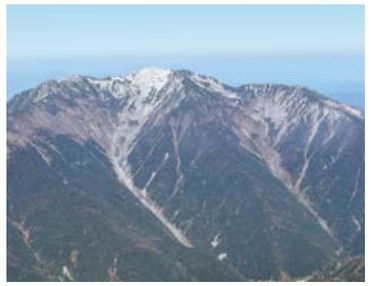
[標高] 2,685m

02 甲斐駒ヶ岳（東駒ヶ岳） C1

[標高] 2,967m

山全体が花崗岩で覆われ、白く優美な山容が特徴的で遠くからでもよく目立ちます。黒戸尾根ルートには祠など山岳信仰の跡が随所に見られます。

03 仙丈ヶ岳（せんじょうがだけ） C2



[標高] 3,033m

なだらかで優雅な姿から「南アルプスの女王」と呼ばれています。スプーンで削ったように丸みを帯びたカール（圏谷）が特徴的です。

04-06 鳳凰三山（ほうおうさんざん） 薬師岳・観音岳・地蔵ヶ岳 D2

薬師岳、観音岳、地蔵ヶ岳から成る山塊です。地蔵ヶ岳にある高さ約20mの大石柱は「オベリスク」と呼ばれており、鳳凰三山のシンボル的存在です。

[標高] 薬師岳2,780m　観音岳2,841m　地蔵ヶ岳2,764m

07 北岳 C2

[標高] 3,193m

富士山に次ぐ日本高峰第2位の高峰で、キタダケソウをはじめ、多くの高山植物が生育しています。東斜面に「バットレス」と呼ばれる約600mの岩壁があります。

08 間ノ岳（あいのだけ） C3

大井川の源流に位置し、どっしりとした山容が特徴的です。「細沢カール」などの氷河地形や山地全体の急速隆起と山腹斜面の急速浸食によってできた多重山稜が見られます。

[標高] 3,190m

09 農鳥岳 C3

山頂が西農鳥岳と農鳥岳の双耳峰になっています。残雪の時期には山腹に鳥の雪形が出現し、麓で暮らす人々は農事暦の目安にしたことから、この名がついたと言われています。

[標高] 3,026m

10 広河内岳（ひろごうちだけ） C1

広河内岳から南は「白峰南嶺（しらねなんれい）」と呼ばれています。比較的登山者が少なく、静かな山歩きを楽しむことができます。

[標高] 2,895m

11 笹山（黒河内岳）（くろごうちだけ） C3

山頂が南峰と北峰に分かれており、前後に北部と富士山、横目に南部と360度、存分に南アルプスを感じることができます。

[標高] 2,733m

12 塩見岳 C3

山頂は西峰と東峰に分かれており、標高は東峰の高さです。南アルプス山域の中心に位置し、山頂からは北部、南部を一望できます。

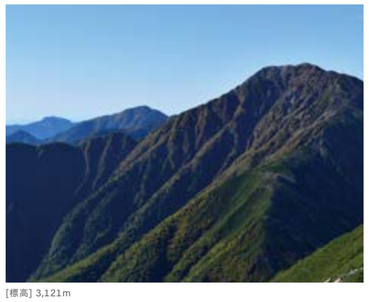
[標高] 3,052m

13-15 荒川三山 東岳（悪沢岳）・中岳・前岳 C4

明瞭な氷河地形が残る日本最南限の場所で複数のカールが存在し、南アルプス最大級のお花畑があります。前岳の大崩壊地はダイナミックな変動地形が見られます。

[標高] 東岳（悪沢岳）3,141m　中岳 3,084m　前岳 3,068m

16 赤石岳 C5



[標高] 3,121m

三方に尾根を張り出したどっしりとした山容で、国内で最高地点の一等三角点が設置されています。赤石山脈という名称はこの山から転用されています。

17 聖岳（ひじりだけ） C5

日本最南限の3,000m峰です。山頂からの景色は雄大で、南アルプスの奥深さを感じられます。「創畑（あそばたけ）」にはお花畑が広がっています。

[標高] 3,013m

18-19 上河内岳・茶臼岳（かみこうちだけ・ちゃうすだけ） B5 B6

上河内岳、茶臼岳周辺では地面が凍結融解繰り返して大小の多角形状の「亀甲状土（構造土）」や大きな線状凹凸で二重稜線などの周氷河地形が見られます。

[標高] 上河内岳 2,803m、茶臼岳 2,604m

20 光岳（てかりだけ） B6

ハイマツとライチョウの分布の世界的南限になっています。山頂を下った先には石灰岩から成る約50mの「光岩」があります。

[標高] 2,592m

Information 施設案内

野呂川広河原インフォメーションセンター C2

〒400-0241
山梨県南アルプス市芦安芦倉野呂川入1685
[TEL] 055-288-2125
マイカー規制バスチケット売り場があります。2階は登山道情報や天気予報が確認できるほか、南アルプス国立公園についての展示があります。
[開館期間] 6月中旬～11月初旬

南アルプス自然ふれあいセンター C5

〒428-0505
静岡県静岡市葵区田代1301-2
[TEL] 0547-46-4717
静岡県井川田代の椹島ロッヂに併設されています。登山情報や天気予報を確認できます。

南アルプス市芦安山岳館 D3

〒400－0241
山梨県南アルプス市芦安芦倉字1570
[TEL] 055-288-2125
南アルプス市側のマイカー規制バス乗り場が近くにあります。南アルプスの自然や歴史・文化などの展示があります。

南アルプス長谷ビジターセンター B1

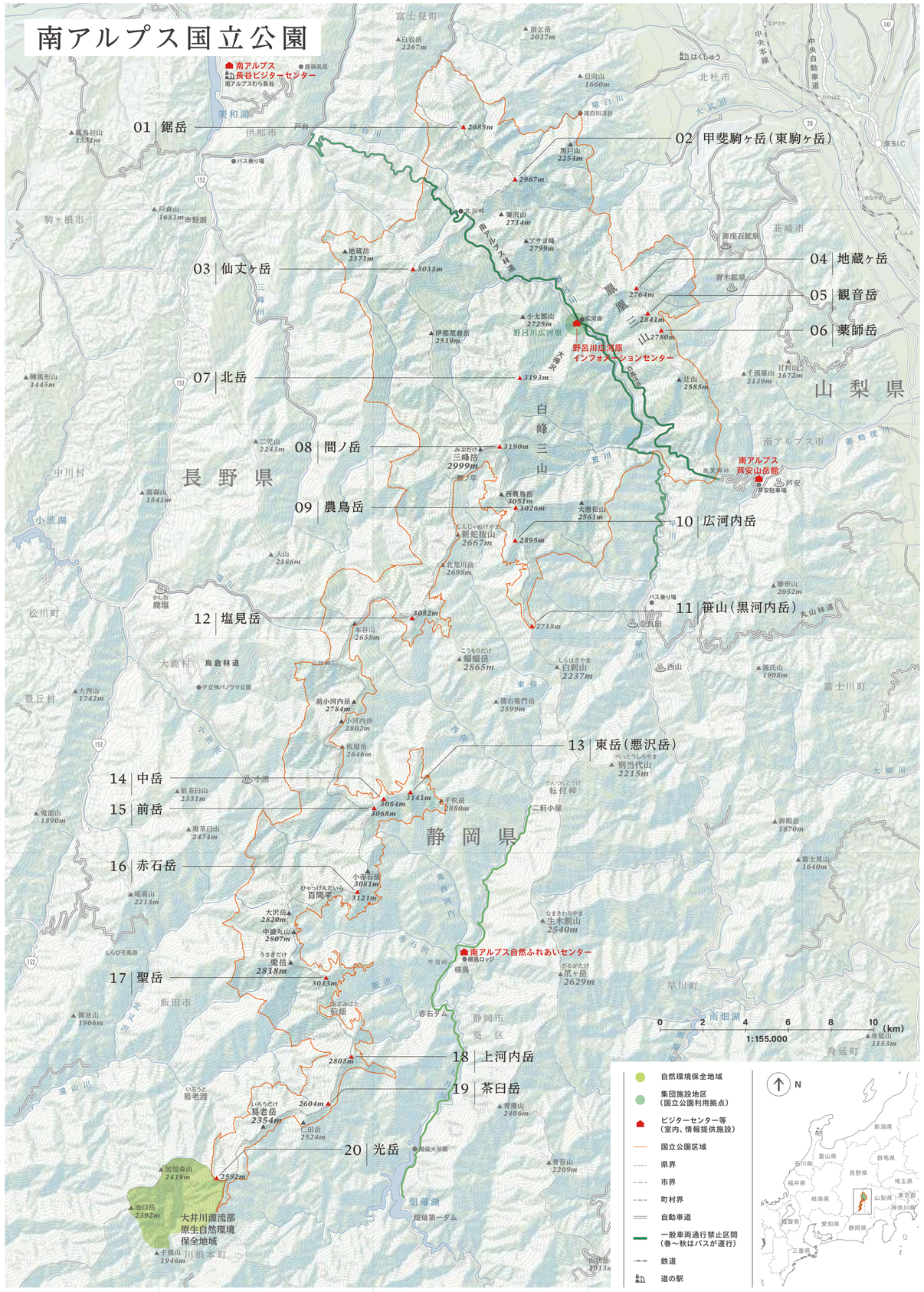
〒396-0401
長野県伊那市長谷非持1400
[TEL] 080-5147-3005
道の駅「南アルプスむら長谷」に隣接し、アウトドアや観光情報を発信しています。

※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

広河原（山梨県側）	北沢峠（長野県側）	椹島（静岡県側）
新宿駅	新宿駅	東京駅
JR 中央線	JR 中央線	JR東海道新幹線
甲府駅	茅野駅	静岡駅
バス 約2時間	JRバス	しずてつ 南アルプス登山線
広河原	仙流荘	畑薙第一ダム
	南アルプス林道バス 約1時間	徒歩 約5時間
	北沢峠	椹島

※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問い合わせて下さい。