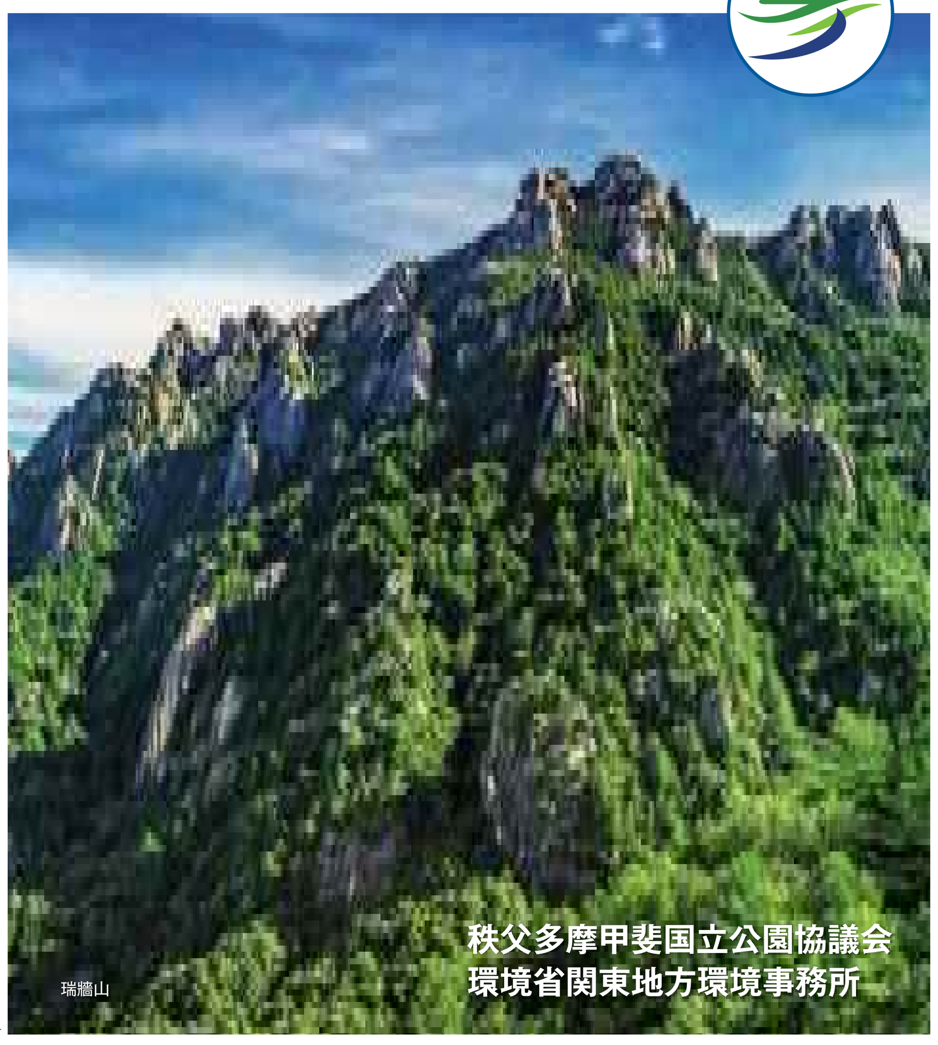
森林美と渓谷美であふれる　首都圏に最も近い森と渓谷の山岳公園

秩父多摩甲斐国立公園

Chichibu-Tama-Kai National Park



瑞牆山

秩父多摩甲斐国立公園協議会
環境省関東地方環境事務所

秩父多摩甲斐国立公園カントリーコード

＊「カントリーコード」とは、利用に当たってのマナー向上を目指して策定されたルール集です。

―国立公園を大切に利用するために―

「ゆっくり静かに自然を楽しむ」
自然や風景の素晴らしいところです。目的地にただ急ぐのではなく、行程には余裕をもって、ゆっくり自然を楽しみます。

「計画や準備は万全にする」
本公園は初春まで積雪凍結があり、冬季は早く陽が落ちます。生命や身体の安全のためには登山の経験者に相談したり、目的地やルートの情報を必ず確認します。

「土地所有者や管理者の善意を尊重する」
国立公園内は国・公有地だけではなく、私有地もたくさんあります。登山道や公共施設も善意により借地させていただいている場所もあります。土地所有者や管理者が困るような行為はつつしみます。

「駐車場でのアイドリングをしない」
アイドリングによる排気ガスはきれいな空気を汚します。駐車場での無駄なアイドリングはしません。

「ゴミは絶対捨てずに、すべて持ち帰る」
少しでもゴミが落ちていると大変目立ちますし、野生動物にも影響を与えます。ゴミはすべて自宅まで持ち帰るとともに、ゴミになるものは最初から持っていかない工夫をします。

「登山道や遊歩道からはずれて歩かない」
写真撮影などで道からはずれると、転落や迷う恐れがあります。また、植生を傷めることにもなるので、登山道や遊歩道からはずれないよう歩きます。

「動植物はとらない」
自然の中で生きる多様な野生動植物は、生態系の重要な構成員です。生態系を保全するため野生動植物を大切にします。

「山火事をおこさない」
山林火災はいったん発生すると消火作業も困難で多くの森林が焼失してしまいます。たき火やたばこの吸い殻の投げ捨ては絶対しません。

「キャンプはキャンプ場でおこなう」
身体の安全や生態系の保全のためにキャンプ場でキャンプを楽しみます。

「トイレなど公共施設をきれいに使う」
トイレや避難小屋などの公共施設は、一人が汚すと後から使う人達が不快です。一人ひとりが気をつけて、汚さず、壊さずに使います。

秩父多摩甲斐国立公園についての問い合わせ先

東京都環境局自然環境部緑環境課　〒163-8001　東京都新宿区西新宿2-8-1　03-5388-3508
埼玉県環境部みどり自然課　〒330-9301　埼玉県さいたま市浦和区高砂3-15-1　048-830-3156
山梨県環境・エネルギー部自然共生推進課　〒400-8501　山梨県甲府市丸の内1-6-1　055-223-1522
長野県環境部自然保護課　〒380-8570　長野県長野市大字南長野字幅下692-2　026-235-7178
環境省奥多摩自然保護官事務所　〒198-0212　東京都西多摩郡奥多摩町氷川171-1　0428-83-2157

第4版　第1刷　令和6年10月発行

◆自然公園法（昭和32年6月1日　法律第161号）

[illegible]

秩父多摩甲斐国立公園

Chichibu-Tama-Kai National Park

指　定　昭和25年7月10日
再検討　平成12年8月10日
点　検　平成20年2月18日
第2次点検　令和5年3月

○地種区分別面積（各都県別）

	特別保護地区	特別地域 第１種	特別地域 第２種	特別地域 第３種	普通地域	合　計
東京都	148	2,539	4,934	7,343	20,334	35,298ha
埼玉県	1,698	2,797	3,564	4, 652	21,700	34,411ha
山梨県	1,666	3,557	9,371	9,858	22,382	46,834ha
長野県	279	273	61	3,747	5,356	9,716ha
計	3,791	9,166	17,930	25,600	69,772	126,259ha

1.はじめに

秩父多摩甲斐国立公園は、東京・埼玉・山梨・長野の1都3県にまたがり、関東平野の西方に横たわる奥秩父主稜を中心として、東は御岳山、西は瑞牆山までの約70km、北は両神山、南は大菩薩嶺までの約40kmの広大な山岳公園です。

日本の国立公園は、ほとんどが火山地域ですが、この公園は2,000m級の山々が連なるにもかかわらず火山のないことが大きな特長です。この中心となる奥秩父山系主稜線を分水嶺として、降水は荒川や多摩川、笛吹川（富士川）、千曲川（信濃川）等に分かれ、それぞれ東京湾、駿河湾、日本海に注ぐ源流部となっています。

本公園の地形的特色は、山岳と渓谷にあり、山嶺部一帯によく繁茂した原生針葉樹林と清冽な滝と釜が散在し、これらを結ぶ山道は苔に深く覆われ、各所に峠路を作っています。また、山頂は展望がよく、富士山、八ヶ岳、南アルプス等の雄大な眺めが広がっており、これらがおりなす景観は、この公園独特のものです。

首都圏に最も接近した位置にあるこの公園は、手軽に訪れることができ、軽登山・ハイキング・キャンプ・魚釣りなど家族連れで楽しむことができるほか、2,000m級の山岳地帯では、数日かけての原生林の秘境の縦走など、アルプス的山岳とはまた違った登山を楽しむことができます。

各地域は、長い歴史を背景とする文化の多様性も高く、山間部や麓の居住地では、古くから人々を楽しませてきた民俗芸能が保存・伝承され、金峰山や両神山、三峯神社、武蔵御嶽神社などの山岳・神社信仰にまつわる多様な文化が、今もなお息づいています。

本公園の豊かな自然環境や持続可能な利活用の取組は、国際的にも評価され、令和元年６月に「甲武信ユネスコエコパーク」として、公園の大部分が登録されています。

奥秩父主稜線（三宝山から）

2. 地形・地質・植物

本公園は関東山地の南部に広がり、山梨・長野県境の付近に位置する最高峰の北奥仙丈岳（2,601m）をはじめとして、2,000m以上の高峰が20数座、1,500m以上の山峰が80余り位置し、日本国内では、南・北・中央の日本アルプスや八ヶ岳に次ぐ高山地帯となっています。

公園内の山稜は定高性があり、遠目にはスカイラインがそろって見えます。しかしながら、荒川、多摩川、笛吹川（富士川）、千曲川（信濃川）およびその支流によって刻まれた河谷は発達がよく、急峻な地形をなしています。地質は主として堆積岩類および深成岩（花崗岩類）からなり、それぞれ公園内の風景の基盤を形づくっています。公園の北～北東部には秩父帯（古生代～中生代）の堆積岩類が分布し、ここにはチャートや石灰岩が多く挟まれます。チャートで構成される山は岩稜であることが多く、石灰岩の分布域には鍾乳洞のような独特の景観や石灰岩地に特徴的な植物も見られます。また公園の中部～南東部には砂岩や泥岩の仲間を主体とした四万十帯（中生代）の堆積岩類が分布します。その一方で、公園の南西部～西部には広く新生代の花崗岩類が貫入しています。花崗岩類の分布地域には瑞牆山のような岩峰が見られると同時に、山域としては相対的になだらかな山容を示しています。

本公園では、山麓の暖温帯の植生が、冷温帯の植生を経て、山頂にかけては亜高山帯の植生へと移り変わり、本州中部の太平洋側の代表的な植生の垂直分布が明瞭に見られます。特に公園内の核心部である特別保護地区・特別地域は、自然度の高い植生が多くを占め、学術的に貴重な群落も数多く含まれています。公園内において相対的に標高の高い西部から主稜線上にかけては、コメツガやトウヒ、オオシラビソなど亜高山性針葉樹林が広く分布し、林床のコケ類やシダ類と相まって深山特有の雰囲気が訪れた人々を魅了します。東部には二次林・植林地も見られるものの、ブナ・ミズナラにカバノキ類、カエデ類などを加えた、四季の移り変わりが美しい落葉広葉樹林が広がり、急峻な地形で見られるツガが景観にアクセントを添えます。これらの森林にツツジ・シャクナゲ類が彩りを与え、美しく苔むした林床と豊かな渓畔林の中を走る水の流れが合わさり、本公園を特徴づける奥深く静かな情景となっています。さらに公園内はほぼ森林限界以下であるものの、稜線上には風衝草原やハイマツを主とする高山低木群落も一部に見られます。

これら地形・地質・植物を基盤として、本公園の山岳や渓谷の風景は変化に富んだものになっています。

金峰山（五丈岩）

雲取山

3.指定植物

指定植物は、風致の重要な構成要素である植物や希少な植物を環境大臣が指定したもので、自然公園法によって採取又は損傷が規制されています。秩父多摩甲斐国立公園の中で、自然の姿を観察しましょう。

[illegible]

トガクシデンダ
コガネシダ
●シシガシラ科
コモチシダ
●メシダ科
テバコワラビ
ミヤコイヌワラビ
ミヤマメシダ
イワイヌワラビ
カラフトミヤマシダ
イッポンワラビ
ミドリワラビ
キタノミヤマシダ

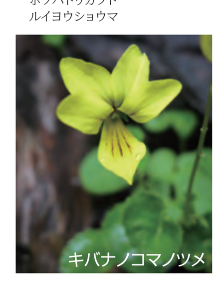
クルマユリ

キバナノアツモリソウ
ツチアケビ
ハクサンチドリ
アオチドリ
イチヨウラン
セッコク
ハコネラン
コイチヨウラン
エゾスズラン
カキラン
トラキチラン
カモメラン
マツラン

●アヤメ科
ヒオウギ
ノハナショウブ
ヒメシャガ
●ワスレグサ科
ユウスゲ
ゼンテイカ
●ヒガンバナ科
ステゴビル
シロウマアサツキ
ミヤマラッキョウ
ヤマラッキョウ
ギョウジャニンニク

レンゲショウマ

[illegible]



キバナノコマノツメ

アワモリショウマ
ハナネコノメ
ツルネコノメソウ
チシマネコノメソウ
ボタンネコノメソウ
イワボタン
コチャルメルソウ
ヤワタソウ
ジンジソウ
ウラベニダイモンジソウ
ダイモンジソウ
ウチワダイモンジソウ
クロクモソウ

マルミノウルシ
シナノタイゲキ
●ヤナギ科
コマイワヤナギ
チチブヤナギ
シライヤナギ
●スミレ科
キバナノコマノツメ
ウスバスミレ
ヒメミヤマスミレ
ヒゴスミレ
エゾノアオイスミレ
サクラスミレ

アカバナヒメイワカガミ

コケモモ

コメツツジ
チョウジコメツツジ
ハコネコメツツジ
トウゴクミツバツツジ
イワツツジ
クロマメノキ
コケモモ
ガンコウラン
●アカネ科
エゾノヨツバムグラ
ハナムグラ

[illegible]

ツガザクラ
キバナシャクナゲ
ハクサンシャクナゲ
アズマシャクナゲ
ミツバツツジ
ヒカゲツツジ
ダイセンミツバツツジ
レンゲツツジ
キレンゲツツジ
ウラジロヨウラク
アカヤシオ
シロヤシオ

シライワコゴメグサ
タチコゴメグサ
ヤマウツボ
ケヤマウツボ
タカネママコナ
ミヤマママコナ
ハンカイシオガマ
ヨツバシオガマ
シオガマギク
トモエシオガマ
ヒキヨモギ

カタクリ

[illegible]

シモバシラ
テンニンソウ
ムシャリンドウ
キセワタ
マネキグサ
ヤマジソ
ナツノタムラソウ
ミゾコウジュ
イブキジャコウソウ
●ハエドクソウ科
オオバミゾホオズキ
●ハマウツボ科
ヒメコゴメグサ

アカイシコウゾリナ
アキノハハコグサ
コウシュウヒゴタイ
タンザワヒゴタイ
ミヤコアザミ
アサマヒゴタイ
ヒメヒゴタイ
タカオヒゴタイ
セイタカトウヒレン
タカネヒゴタイ
ヤハズヒゴタイ
キクアザミ
ミヤマアキノキリンソウ

ミツバツツジ

全636種（令和2年度改定）

4. 動物・その他

本公園は、山麓部の暖温帯から主稜山頂部の亜高山帯に至る森林にうっそうと被われており、いろいろな山地性・森林性の動物相が豊富な地域となっています。

哺乳類は、ツキノワグマ、ニホンカモシカ、ニホンジカ、イノシシ、ニホンザルの大型獣５種をはじめヤマネ、オコジョ、コウモリ類を含む、本州に生息する代表的な種がほぼ生息しています。

ツキノワグマやニホンジカは、山地全域に生息し、ニホンカモシカは唐松尾山、破風山、甲武信ヶ岳から金峰山へ連なる主稜の森林が主要な生息地であるといわれています。サルの生息地は点在的に見られ、中津川、両神山、大洞谷、大菩薩北麓、野猿谷、大洞山南谷、日原などが知られています。

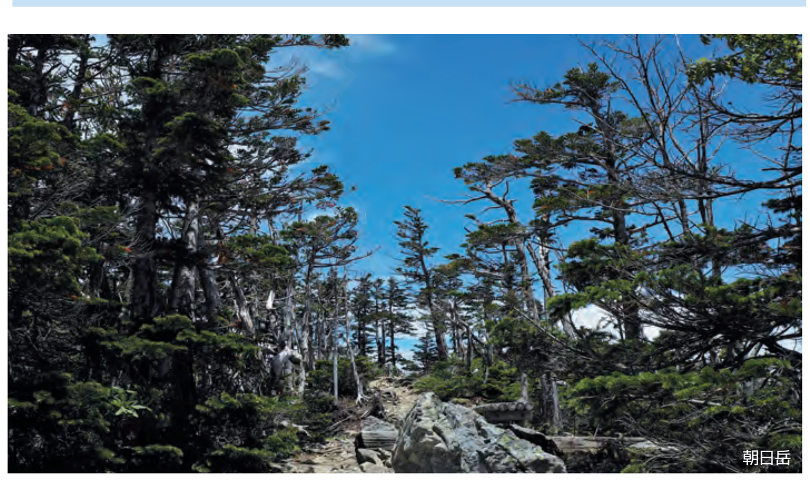
鳥類は特別保護地区・特別地域で繁殖する山地性の種類が多く、初夏には様々な野鳥のさえずりを堪能できます。梓山、川端下辺りのホトトギス、カッコウは有名で、甲武信ヶ岳、金峰山などの高峰ではホシガラス、イワヒバリといった亜高山性の鳥類が見られます。

昆虫類はカミキリムシ類やトンボ類など、様々な森林昆虫や水生昆虫が見られます。ガ類、セミ類も多く、チョウ類では、アゲハチョウ科をはじめとして、シロチョウ、タテハチョウ（従前のマダラチョウ科、ジャノメチョウ科を含む）、シジミチョウやセセリチョウの諸科に属する種類が多く見られます。

また、渓流にはイワナ、ヤマメに代表される魚類も多く、山麓部ではアユやニジマスが放流されています。清流が多いことから両生類では、ヒガシヒダサンショウウオ、ハコネサンショウウオ、ナガレタゴガエルが生息しており、6～7月頃にはカジカガエルの美しい声が聞こえてきます。

主な山

朝日岳（あさひだけ）	6D	常楽院平（じょうらくいんだいら）	4D
石保戸山（いしほどやま）	7G	白石山（しらいしやま）	5H
ウトウの頭（ウトウのかしら）	6J	白岩山（しらいわやま）	6I
大烏山（おおからすやま）	7D	ソッタ頭（ソッタがしら）	8C
大岳山（おおたけさん）	8L	大菩薩嶺（だいぼさつれい）	9G
大山（おおやま）	4E	鷹ノ巣山（たかのすやま）	7J
小川山（おがわやま）	5C	高水山（たかみずさん）	7M
奥千丈岳（おくせんじょうだけ）	6D	太刀岡山（たちおかやま）	8B
御巣鷹山（おすたかやま）	2E	月夜見山（つきよみやま）	8K
御岳山（おんたけさん）	4I	天祖山（てんそざん）	6J
笠取山（かさとりやま）	6G	木賊山（とくさやま）	5E
唐松尾山（からまつおやま）	6G	鶏冠山（とさかやま）	5E
雁坂嶺（かりさかれい）	5F	酉谷山（とりたにやま）	5J
川苔山（かわのりやま）	6L	七ツ石山（ななついしやま）	7I
北奥千丈岳（きたおくせんじょうだけ）	6D	白泰山（はくたいさん）	4G
霧藻ヶ峰（きりもがみね）	5I	八幡山（はちまんやま）	6C
金峰山（きんぷさん・きんぽうさん）	6C	破不（風）山（はふさん）	5F
雲取山（くもとりやま）	6I	東梓（ひがしあずさ）	5E
倉掛山（くらかけやま）	7F	東仙波（ひがしせんば）	6H
黒金山（くろがねやま）	6E	日の出山（ひのでやま）	8M
黒川山（くろかわやま）	8G	飛龍山（ひりゅうさん）	7H
黒富士（くろふじ）	7B	藤尾山（ふじおやま）	7G
鶏冠山（けいかんざん）	8G	棒ノ嶺（ぼうのみね）	6M
剣ガ峰（けんがみね）	7D	三国山（みくにやま）	3E
乾徳山（けんとくさん）	7E	瑞牆山（みずがきやま）	5C
国師ヶ岳（こくしがたけ）	6D	水ヶ森（みずがもり）	8C
御前山（ごぜんやま）	8K	御岳山（みたけさん）	8M
甲武信ヶ岳（こぶしがだけ）	5E	三頭山（みとうさん）	9J
古礼山（これいさん）	6F	竜喰山（りゅうばみやま）	6H
五郎山（ごろうやま）	4E	両神山（りょうかみさん）	2G
三宝山（さんぽうさん）	5E		



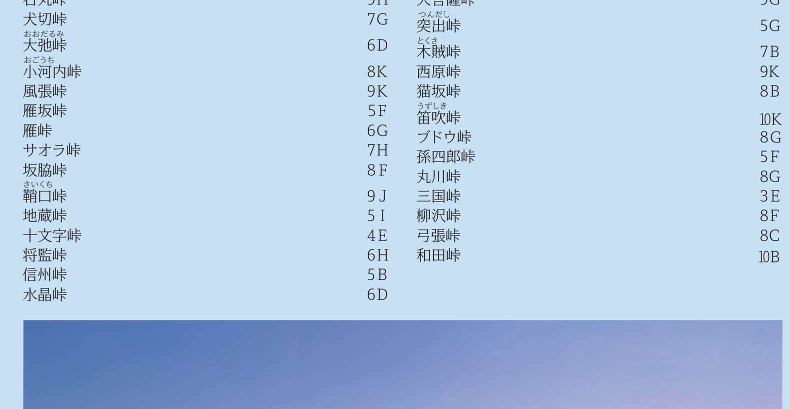
朝日岳

山小屋

一杯水避難小屋	042-521-2947	6K	十文字小屋	090-1031-5352	4E
大弛（おおだるみ）小屋	0553-33-9852	6D	将監（しょうげん）小屋	0553-32-1044	6H
介山荘	090-3147-5424	9G	大日小屋	0551-45-0521	6C
笠取小屋	0553-33-9888	6G	鷹ノ巣山避難小屋	042-521-2947	7J
金山山荘	0551-45-0435	6C	七ツ石小屋	090-8815-1597	7I
樺避難小屋	0494-23-1511	5F	白泰山避難小屋	0494-23-1511	4F
雁坂小屋	0494-55-0456	5F	破風山避難小屋	0494-23-1511	5F
清滝小屋	0494-79-1100	2G	福ちゃん荘	090-3147-9215	9G
霧藻ヶ峰休憩舎	090-7415-2016	5I	富士見平小屋	090-7254-5698	5C
金峰山小屋	0267-99-2030	6C	丸川荘	090-3243-8240	8G
金峰山荘	0267-99-2428	5D	瑞牆山荘	0551-45-0521	6C
雲取山荘	0494-23-3338	6I	みずがき山リーゼンヒュッテ	0551-45-0911	6B
雲取山避難小屋	042-521-2947	6I	三頭山避難小屋	042-521-2947	9J
高原ヒュッテ	0553-20-1400	7E	柳避難小屋	0494-23-1511	4F
御前山避難小屋	042-521-2947	8K	ロッヂ長兵衛	090-3149-0964	9G
甲武信小屋	090-3337-8947	5E	酉谷山避難小屋	042-521-2947	5J
三条の湯	0428-88-0616	7I	鴨沢山の家	0428-86-2182	8J
東雲（しののめ）山荘	042-597-0501	8M			

峠

朝日峠	6D	仙元峠	6K
石丸峠	9H	大菩薩峠	9G
犬切峠	7G	突出（つんだし）峠	5G
大弛（おおだるみ）峠	6D	木賊（とくさ）峠	7B
小河内（おごうち）峠	8K	西原峠	9K
風張峠	9K	猫坂峠	8B
雁坂峠	5F	笛吹（うずしき）峠	10K
雁峠	6G	ブドウ峠	8G
サオラ峠	7H	孫四郎峠	5F
坂脇峠	8F	丸川峠	8G
鞘口（さいくち）峠	9J	三国峠	3E
地蔵峠	5I	柳沢峠	8F
十文字峠	4E	弓張峠	8C
将監峠	6H	和田峠	10B
信州峠	5B		
水晶峠	6D		



大菩薩峠付近からの眺望

河川・沢

青岩谷	7I	泉水谷	8G
青笹川	7E	惣小屋（そうごや）谷	6H
赤沢谷	4F	滝川	5G
梓川	4D	丹波（たば）川	8I
荒川	7C	千曲川	3C
一之瀬川	7H	秩父湖	4H
井戸沢	6H	千代田湖	10B
後山（うしろやま）川	7I	木賊（とくさ）沢	5F
枝沢	6G	徳和川	7E
大雲取谷	6I	鶏冠谷	6E
大丹波（おおたば）川	6M	中瀬川	6G
大血（おおち）川	4I	中津川	3E
大洞川	5I	西沢	4E・6E
奥多摩湖	8K	西股沢	5D
金山沢	6E	日原川	6J
釜ノ沢	5E	能泉湖	8C
唐松谷	6I	八百谷	5H
神流川	3G	東沢	6E
京の沢	6E	東股沢	5D
股ノ沢	4F	広川	6F
金峰山（きんぽうさん）川	4D	広河原沢	3F
久渡（くど）沢	6F	広瀬湖	6F
小菅川	8I	笛吹川	6F
小袖川	7I	本谷（ほんたに）川	6B
椹谷	6H	みずがき湖	6A
塩川	6A	峰谷川	7J
信州谷	5E	野猿（やえん）谷	8C
		柳沢川	7G

名勝地

青岩鍾乳洞	7I
稲村岩	6K
大岳鍾乳洞	8M
金峰渓谷	5C
五丈岩	6C
鷹見岩	6C
千曲川源流	5E
通仙峡（つうせんきょう）	6A
つづら岩	8M
燕岩岩脈（つばくろいわがんみゃく）	8B
中津峡	3G
西沢渓谷	6E
日原鍾乳洞	6K
ノゾキ岩	4F
御岳渓谷（みたけけいこく）	7M
御嶽昇仙峡	9B
三ツ岩	6H

滝

魚止の滝	6E
大滝	8C・8L
釜ノ滝	6J
唐沢の滝	5D
清（きよ）滝	2G
昇竜ノ滝	3G
白糸の滝	8H
清浄（せいじょう）滝	4I
仙娥滝	9B
天狗滝	9M
七ツ釜五段ノ滝	6E
ネジレ滝	8L
百尋（ひゃくひろ）ノ滝	6L
不動滝	4H
払沢（ほっさわ）の滝	9L
三重の滝	6E
三ツ釜滝	8L

東京都

東京都における秩父多摩甲斐国立公園は、通称奥多摩の名で親しまれています。本公園は、都心から2時間程度で気軽に素晴らしい自然にふれることができるため、多くの利用者が訪れます。また利用者の多くは、ハイキングや登山が中心ですが、キャンプやカヌーなど様々なニーズに応じた利用がされています。

―奥多摩と雲取山―

本公園の特徴は、山岳と渓谷ですが、東京都における代表的なものとして日本の百名山にも選ばれている雲取山があげられます。雲取山は、東京都最高峰であり標高は2,000mを越しています。また本格的な登山ができる山として多くの登山者が訪れており、山頂部北面には亜高山帯の植生が見られ、山頂周辺からは３６０度の大パノラマを楽しむことができる場所です。

小雲取山から

―奥多摩湖と渓谷―

東京都に属する探勝の地は、秋川渓谷と奥多摩湖の周辺であり、キャンプやハイキングなどに利用されています。日原、鳩ノ巣などの多摩川本流の険しい渓谷と対照的に、秋川には柔和な美しさをもつ渓谷がみられます。また奥多摩湖は、多摩川をせき止めた小河内ダムによってできた人工湖で、自然の景観と人工の建造物が良く調和しています。

鳩ノ巣渓谷

―利用の拠点―

東京都では、奥多摩、御岳、山のふるさと村にビジターセンターを設置して利用の拠点としています。各ビジターセンターでは、定期的に、自然教室や観察会などを行っており、多くの人たちに利用されています。

埼玉県

埼玉県における秩父多摩甲斐国立公園は、東京から荒川をさかのぼること100kmあまりの場所に位置し、奥秩父と呼ばれています。

ほとんどの山が山麓から山稜まで深い原生林に覆われており、美しい山岳と渓谷美が特徴です。日本百名山にも数えられる甲武信ヶ岳や両神山をはじめとし、首都圏から至近の距離にありながら本格的な登山が楽しめます。

両神山

―栃本―

栃本は、雁坂峠を越えて甲州へ抜ける秩父往還と、十文字峠を越えて信州方面への信州往還との分岐点にあたり、かつては往来が多かった場所です。栃本関所は今から４００年前に設けられ、現在では国指定史跡となっています。

関所跡前の国道１４０号は（秩父往還）は、「日本の道」百選の一つに選ばれています。

―中津峡―

県指定名勝地の中津峡は荒川上流の一支流中津川の一部、塩沢地区から中津川地区間のおよそ１０km にわたる天然美に富む渓谷です。

春はツツジ、夏は青葉、秋は紅葉と四季の変化があり、特に紅葉がすばらしい場所になります。

栃本関所

中津峡

山梨県

山梨県の北部に位置する本公園は、日本百名山として人気のある瑞牆山、金峰山、甲武信ヶ岳、雲取山、大菩薩嶺があり、ハイキングから本格的登山まで楽しめ、毎年多くの登山客が訪れています。

また、御嶽昇仙峡や西沢渓谷などの自然探勝をはじめ、金桜神社・雲峰寺などの武田史跡めぐりや保養温泉地の増富ラジウム温泉郷があるなど、四季折々の美しい景観とともに、多様な活動を楽しめるエリアです。

―御嶽昇仙峡―

御嶽昇仙峡は令和２年６月に、昇仙峡一帯から産出された水晶とその加工技術が宝飾産業の礎となり、現代の科学技術に繋がっていることから、美しい渓谷や神社などを構成文化財として日本遺産「甲州の匠の源流・御嶽昇仙峡」として認定されました。国の特別名勝にも指定されており、日本一美しい渓谷として有名です。

金峰山・国師ヶ岳を源とする荒川の中流に位置し、長い年月をかけて削り取られた美しい花崗岩の断崖や天狗岩、らくだ石などその名に相応しい奇岩怪石が続いており、渓谷沿いに整備された遊歩道では、四季を通じて変化する渓谷美を楽しめます。

昇仙峡（覚円峰）

―西沢渓谷―

西沢渓谷は、巨大な花崗岩を清流が侵食していくつもの滝を作り壮大な造形美を造り出し、原生林を流れる渓流が神秘的な迫力に満ちています。三重の滝、魚止の滝、竜神の滝、恋糸の滝などの名をもつ滝が続き、圧巻は七ツ釜五段の滝です。渓谷沿いにハイキングコースが設けられ、渓谷ならではの四季折々に変化する美しい景観は、年間を通じて訪れる人々が絶えません。特にピンクのシャクナゲの大群落が咲き誇る5月中旬頃や紅葉の見事な10月下旬頃は多くの利用者が訪れます。

西沢渓谷（七ツ釜五段の滝 ）

長野県

本公園の北西部を占める川上村は、日本最長である千曲川（信濃川）の源流部に位置し、国内有数の高原野菜の産地として広く知られています。また、豊かな水を育む「千曲川源流の森」は水源の森 100 選に選定され、村の農業を支えています。高速交通網の整備により、首都圏からの交通も改善され、手軽に訪れることができるようになりました。本公園は、川上村の４６％を占めており渓谷と山岳を中心とする変化に富んだ地域であり、宿泊施設等も充実しています。

金峰渓谷

―金峰渓谷と金峰山―

金峰山川を溯ると、「金峰ふれあいの森」及び「満天星（どうだん）の森」が整備されています。標高 1,500mの森林公園であり、中にはキャビン、バーベキューハウスなどがあり、遊歩道を散策するなど、家族で楽しめる場所です。

金峰山の登山口である廻り目平には、キャンプ場と金峰山荘があり、特に金峰山荘は天然カラマツ材を使用した宿泊施設であり、木のあたたかさにふれることができます。屋根岩などの岩峰が周囲を囲み、フリークライミングのメッカとしてもその名が知られています。

金峰山は、花崗岩の巨石が山頂を覆う、明るく開けた山です。北斜面は、一面ハイマツの群落が広がり、針葉樹林の多い奥秩父の山の中では、高山性に富んだ山岳であり、アルプスの雰囲気を味わうことができます。

―千曲川源流と甲武信ヶ岳―

千曲川を溯ると、甲武信ヶ岳や十文字峠への登山口である毛木平があります。十文字峠は、苔むした原生林に被われた静かな峠ですが、アズマシャクナゲが群生しており、開花時は鮮やかな色で被われます。西沢に入り、ごうごうたる千曲川源流に沿って進むと、最後はわずかな湧き水となり、そこに「千曲川信濃川水源地標」が立っています。甲武信ヶ岳は、奥秩父を代表する山であり、甲斐、武蔵、信濃の三国にまたがるため、その名が付けられたと言われています。山頂は亜高山性の針葉樹林で被われており、その奥深さからこの山の雄大さを感じることができます。

甲武信ヶ岳