

大山隠岐

国立公園

◀三瓶山地域▶

National
Parks
of Japan

● Daisen-Oki National Park



西の原の牛の放牧

上空から見た三瓶山



三瓶山の成り立ち

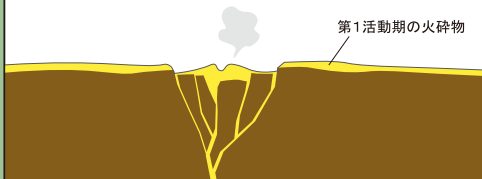
三瓶山さんべさんは島根県のほぼ中央に位置し、直径約5kmのカルデラの中に、標高1,126mの男三瓶山おをはじめ女三瓶山め(957m)、子三瓶山こ(961m)、孫三瓶山まご(907m)、日影山(697m)などの溶岩ドームが室の内と呼ばれる凹地をとりまくように連なっている独立峰です。約10万年前に活動をはじめた活火山で、数千年から数万年の間隔において活発な噴火が繰り返され、現在の山体は約4千年前の溶岩噴出によってつくられたと考えられています。

孫三瓶山と日影山の狭間から温泉が湧出していることや、室の内には「鳥地獄」と呼ばれる火山性ガスの噴気孔があることから、火山活動は今なお続いているといえます。

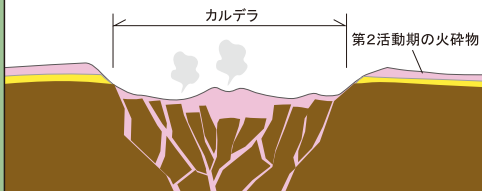
また、約4千年前の噴出物によって北麓の森林が立ったまま埋もれ、ほぼ縄文時代当時の姿のままで保存された「三瓶小豆原埋没林さんべあずきはらまいぼつりん」は国の天然記念物に指定されています。

三瓶山は、大山とともに中国地方を代表する名山として古くから親しまれおり、『出雲国風土記』の冒頭をかざる「国引き神話」の中では、引き寄せた島根半島をつなぎとめた杭と記されています。

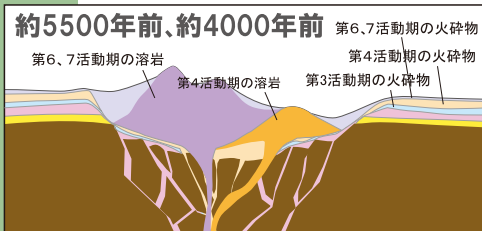
約10万年前



約7万年前



約5500年前、約4000年前



※火砕物

火山活動で放出された破片上の固体物質の総称。火山灰、火山礫、軽石など。

(万年前)

10

9

8

7

6

5

4

3

2

1

現在

第1活動期

●巨大噴火

第2活動期

●大火砕流の
発生と
カルデラの形成

第3活動期

九州始良火山の巨大噴火

始良(あいら) Tn火山灰

第4活動期

●日影山の形成

第5活動期

九州鬼界火山の巨大噴火

鬼界(きがい) アカホヤ火山灰

第6活動期

●現山体の完成

第7活動期

最新活動期

三瓶山の自然

三瓶山では、草原や森林、頂上部などで変化に富んだ自然があり、そこに見られる動植物たちも実にさまざまです。

●頂上部

頂上部一帯は、日本海から直接吹きつける冬の季節風などの強い風が吹く環境下で生育する植物で構成される草原や、ヤマヤナギを中心とした低木林となっています。シコクフウロやアカモノなど高山性の美しい草花が見られ、ヒメヒカゲなどの珍しいチョウも生息しています。春から夏にかけて上空にはアマツバメやイワツバメが飛び交い、私たちの目を楽しませてくれます。



男三瓶山頂のオオハギボウシと避難小屋



アカモノ



ヒメヒカゲ



アマツバメ

●森林

男三瓶山の北斜面や室の内には国の天然記念物である自然林が広がっています。標高約800m以上の部分はブナ林、それより下部はミズナラ林やシデ林となっています。林の中には、クロモジなどの樹木や、ミヤマカタバミやチゴユリなどの草花が咲き、美しいアサギマダラが林内を飛び交う姿も見られます。野鳥の宝庫としても知られ、キビタキやクロツグミなどの美しいさえずりが聞かれます。



三瓶山自然林



クロモジ



キビタキ



アサギマダラ

三瓶山と三つの草原

●草原

裾野に広がる草原は、古くから行われてきた放牧や火入れなど人の手によってつくられ、維持されている景色です。これらの草原は、チガヤやシバ、ススキなどで構成されており、オキナグサ、マツムシソウなどの草やタニウツギ、レンゲツツジなどの低木が四季折々に美しい花をつけ、ジャノメチョウやヒョウモン類などのチョウが飛び交います。放牧の行われているところでは、牛の糞を食べるダイコクコガネやマグソコガネなどの昆虫も生息しています。また、ホオジロやカワラヒワ、ヒバリ、キジなどの草原を好む鳥も多く見られます。



オキナグサ



マツムシソウ



ホオジロ



ダイコクコガネ

●北の原

三瓶自然館をはじめ多くの施設が集まり、情報収集・利用の拠点です。年間を通して人気のある登山道の姫逃池コースや名号コース、東の原まで続くサイクリングもできる遊歩道の入口があります。



北の原とレンゲツツジ

●西の原

春には火入れ、春から秋にかけては牛の放牧、夏にはクロスカントリー、秋にはススキ草原が広がり、冬は雪原といった四季折々の景色を見せてくれます。原っぱを登っていくと、見晴らしのよい登山道に続く西の原登山口があります。



西の原

●東の原

三瓶観光リフトがあり、山上からの景色を楽しめる太平山の近くまで片道10分で行けます。登山利用だけでなく、気軽に三瓶山の展望を楽しむことができます。



東の原のリフト

三瓶山と三つの池

三瓶山には、浮布池、姫逃池、室の内池の3つの池があります。これらの池は三瓶火山の活動と密接な関係を持っており、それぞれ成り立ちも異なっています。

うきぬのいけ ●浮布池

周囲2kmほどの大きな池で、ボートもあります。新三瓶火山の噴出物が溪流をせき止めてできたせき止め湖で、天気がよく波がない日は湖面に三瓶山が映る逆さ三瓶を見ることができます。



浮布池

ひめのがいは ●姫逃池

北の原の中心部にある小さな池で、水深もわずか1mほどしかありません。この池は、三瓶山北麓のなだらかな斜面、凹地にできたもので、周辺にはカキツバタが群生しています。



姫逃池

むろ　うちいけ ●室の内池

4千年前の噴火によって、峰々に囲まれた部分が陥没して現在の地形が形成されました。室の内池は噴火口に水がたまっただけではなく、斜面の崩壊によって流入した土砂の層の上に雨水がたまっただけとされています。



室の内池

施設情報 (料金は平成30年3月現在のもの)

● 島根県立三瓶自然館サヒメル

三瓶や島根の自然紹介や、ドーム状のスクリーンで見る映画やプラネタリウムの上映や天体観察ができ、周辺には、散策が楽しめる自然観察路や姫逃池があります。

開館時間: 午前9時30分～午後5時 (4月～9月の
土曜日は午前9時30分～午後6時)

休 館 日: 火曜日 (火曜日が休・祝日の場合は翌平日)
※他臨時休館日あり

入 館 料: 大人400円 小・中・高校生200円
(企画展時は別料金)

(Tel) 0854-86-0500

13



●三瓶山北の原キャンプ場

オートキャンプ場など4つのキャンプスタイルから選んで利用できます。敷地内には、アスレチック、ドッグランなどもあり、ペット連れから大人数まで幅広く楽しめます。

料金(一泊): オートキャンプ3100円～

一般キャンプ(ウォークインキャンプ)900円～

ケビン 8700円～

ペット同伴バンガロー 6900円～(要寝袋)

(Tel) 0854-86-0152

14



●国立三瓶青少年交流の家

豊かな自然環境の中で、登山、歩くスキー、スノーシューハイキングなど四季を通じ、様々な自然体験活動が実施できる宿泊施設です。活動に必要な用具（登山用ポール、スキー用具等）の貸出、施設（研修室、体育館、テニスコート、野外炊飯場等）の利用は無料です。学校団体はもちろん、家族でも利用することができます。

(Tel) 0854-86-0319

15



●山の駅さんべ

三瓶の魅力を伝える情報発信の場、憩いの場。持ち出して西の原で読むことのできるミニ図書館も併設されています。地産食材を中心とした軽食や飲み物、三瓶土産も購入できます。

営業時間：午前10時～午後3時（休日は日暮れまで）（冬期休業あり）

定休日：水曜日（祝日の場合は翌平日）

（Tel）0854-83-2053

16



●三瓶小豆原埋没林公園

縄文時代の森が三瓶火山の噴火で地中に立ったまま埋もれていた、国の天然記念物である三瓶小豆原埋没林を、発掘された場所でそのまま展示公開しています。

開園時間：午前9時～午後5時

休 園 日：12月第1月曜日から金曜日までの
5日間、12月26日から1月1日

料 金：大人300円 小中高校生100円
(Tel) 0854-86-9500



●三瓶そば

三瓶山麓は、高原気候で、湧き水も豊富であり、そばの栽培に適しています。この環境で育った三瓶そばは、三瓶山を代表する味覚の一つです。



●温泉

山麓一帯には三瓶温泉、湯抱温泉などの温泉が散在し、昔から多くの湯治客が訪れています。三瓶温泉街には、日帰り風呂や、温泉を携えた宿泊施設があり、山登りのあとに汗を流すのにおすすめです。



三瓶温泉

【おねがい】

国立公園にはさまざまな動植物が生育・生息しています。大切な動植物を採ったり傷つけたり、外来生物を野外に放さないようにお願いします。

また、登山やピクニックなどのレクリエーションで出たごみは持ち帰るようにして下さい。



画像提供：島根県立三瓶自然館・公益財団法人しまね自然と環境財団、佐々木俊和、独立行政法人国立青少年教育振興機構 国立三瓶青少年交流の家、株式会社necco、大田市（敬称略）



リサイクル適性 

この印刷物は、印刷用の紙へリサイクルできます。

国|立|公|園|と|は|

日本を代表するすぐれた自然風景地について国が指定し、管理する公園を国立公園といいます。そこに生きる動植物をはじめ、質の高い自然を保護するとともに、国民がその自然から学び、自然と親しむためのものです。

現在、北は利尻礼文サロベツから南は西表石垣まで、全国に34の国立公園が指定されています。

大山隠岐国立公園の概要

- 指 定 昭和11年2月1日(隠岐島地域編入 昭和38年4月10日)
(島根半島地域編入 昭和38年4月10日)
(三瓶山地域編入 昭和38年4月10日)
(蒜山区域拡張 昭和38年4月10日)
(毛無山区域拡張 平成14年3月26日)
(三徳山区域拡張 平成26年3月19日)

- 面 積 陸域35,353ha(三瓶山地域2,679ha)
海域公園地区57.5ha(三瓶山地域 なし)

- 都道府県 島根県・鳥取県・岡山県

- 特 徴 中国地方の最高峰、大山をはじめ、蒜山、三瓶山などの火山群とその山麓の高原地帯、島根半島のリアス式海岸、隠岐の火山群島などがあります。植物は、山岳部と海岸部の両方のものがみられ、貴重な動物の繁殖地にもなっています。

- 本公園のテーマ
神話がつなぐ山と島一神います山と連なる火山、太古の記憶が息づく島一

- 公園についての問い合わせ先

環境省大山隠岐国立公園管理事務所 (Tel) 0859-34-9331
〒683-0067 鳥取県米子市東町124-16
米子地方合同庁舎4階

松江管理官事務所 (Tel) 0852-21-7626
〒690-0841 島根県松江市向島町134番10
松江地方合同庁舎5階

