

参加費無料

志賀高原の自然の魅力を探索しましょう

<夏休み自然教室 ネイチャーガイドウォークコース案内>

志賀高原は上信越高原国立公園の核心部で、志賀山一帯は特別保護地区です。標高 1300~2000mの起伏にとんだ火山跡地には、湖沼、湿原、草原、原生林など豊かで多彩な自然環境が存在しています。そこで生育・生息している生き物たちをウォッチングしてみませんか。思わぬ発見に出会うかもしれません。

●家族向けコース

①奥志賀白樺苑コース (3.5 km 1時間 30分 標高差 50m)

ペンションより白樺やブナ林をぬけて森林浴をしながら気軽に奥志賀の自然に触れられる。折り返しの白樺池周辺では様々な湿生植物やトンボ、チョウがみられる。



②東館山高山植物園コース (リフト利用 1時間 標高差 520m)

出発地「高天ヶ原」までバスで 15分

高天ヶ原からリフトで 2030mの山頂に。山頂からは志賀高原のほぼ全域が眺望できる。山頂に広がる 10ha の高山植物園には志賀高原に自生する数百種の高山植物があり、季節の様々な高山植物が楽しめる。



●一般向けコース

③しなの木・せせらぎコース (4 km 2時間) 出発地「プリンスホテル西館」までバスで 10分

ゲレンデの斜面林を抜けながら途中全国 1.2 を争うしなの木の巨木に会い、雑魚川沿いの遊歩道を湿原の花々を愛でながらの高天ヶ原まで散策。原種イワナの魚影もみられる。



④志賀自然探勝コース (5.5 km 2時間 30分 標高差 160m) 出発地「木戸池」までバス乗り継ぎ 40分

緑に映える木戸池、湿原植物の田ノ原湿原、ツガ・クロベの原生林、ヒカリゴケなど魅力たくさんの“特別保護地区”を蓮池まで巡る。コース途中の信州大学自然教育園の高山植物の「ロックガーデン」も見どころ。



⑤奥志賀溪谷探勝コース (4.5 km 2時間) 出発地「大滝入口」まで車で 15分

信濃川に向かう雑魚川中流沿いを歩く溪谷コース。ブナ・ミズナラの原生林、川沿いのシオジ、ハンノキ河畔林、様々なカエデなど積雪地帯の森を楽しむ。大小様々な滝や流れに浸食され露出した川底のグリーンタフ(緑色凝灰岩: 志賀高原の下層の 1500 万年前の海底堆積層)等 見どころも多い。



⑥角間川溪谷コース (4 km 1時間 30分 標高差 220m)

出発地「サンバレー」までバスで 35分

サンバレーから木戸池まで角間川溪谷沿いを歩く。志賀山の溶岩地形や角間川の河床のグリーンタフ、コース沿いのセンジュガンピやエゾアジサイの群落が見事。コース途中の溶岩の柱状節理の幕岩がこのコースのハイライト。



⑦カヤの平ーブナ林・湿原コース (5.3 km 2時間 30分)

出発地「カヤノ平案内所」まで車で25分

カヤの平は志賀高原の北に広がる標高1400~1700mの高原で、その大半を占めるブナの原生林は、日本で一番美しいとも言われている。カヤの平の北に広がる北ドブ湿原では、キヌガサソウ、ニッコウキスゲ、オオバタチツボスミレなどの湿生植物が見られる。



⑧池めぐりコースー四十八池・大沼池 (10.3 km 4時間 標高差 350m)

出発地「ほたる温泉」までバス乗り継ぎ45分

渋池、湿生植物が咲き乱れる四十八池、コバルトブルーに輝く大沼池など、大小様々な湖沼や湿原など“特別保護地区”を巡るコース。オオシラビソ、シラビソ、コメツガなどの亜高山針葉樹林も見られる。



⑨まがたまの丘コース (3.5 km 2時間 30分 標高差 170m)

出発地「信大自然教育園」までバス乗り継ぎ35分

信州大学自然教育園から約5万年前に志賀山から流れてきた溶岩台地「おたの申す平」のまがたまの丘までを往復するコース。溶岩ブロックやそれに絡まるクロベ、コメツガなど針葉樹原生林の神秘を体感できる…



●健脚向けコース

⑩焼額山ーお花畑・探蝶コース (9 km 3時間 30分 標高差 400m)

ペンションから展望の開けたゲレンデ草原・お花畑を登り、オオシラビソの林を抜け山上の別天地 高層湿原と稚児池へ。ゲレンデのお花畑を一ノ瀬に向かって下山。お花畑ではヤナギラン、ヨツバヒヨドリ、クガイソウの群落と、それに群がるアサギマダラを始め様々な山のチョウに出会える。



⑪志賀山登山コース (12.6 km 5時間 30分 標高差 450m)

出発地「ほたる温泉」までバス乗り継ぎ45分

池めぐりコースの途中で分かれ、志賀山・裏志賀山を縦走し、四十八池湿原へ下り、池めぐりコースと合流する。山頂からは志賀高原のほとんどの山や大沼池、四十八池湿原などが望める。尾根沿いに咲く高山植物も楽しめる。



●その他 岩菅山、笠ヶ岳、鉢山/横手山、本白根山 登山コース 等

詳細はお打合せの上ご案内します。

*表記(歩行時間)は標準時間につき、ガイドウォーク時は1~2時間増になります。

*コースによっては出発地点や到着地点への移動にバス代(一日乗り放題の得々切符1000円)やゴンドラ・リフト代等がかかります。

■申込み: ミニトークの後にスタッフに直接参加申し込みをしてください。



東館山眺望 左から岩菅山、裏志賀山・志賀山、ドーム状の笠ヶ岳、笠ヶ岳の左後方は横手山

ペンション・シャレ-クリスチャニア

& NPO 法人 山の自然学クラブ

<https://shiga-shizen.jimdofree.com/>