

ひだかさんみやくえりもとかち  
日高山脈襟裳十勝

こくりつこうえん  
国立公園を  
知ろう！



National  
Parks  
of Japan



国内陸域最大の国立公園  
日高山脈襟裳十勝国立公園

日高振興局保健環境部環境生活課  
〒057-8558 浦河郡浦河町栄丘東通56号  
TEL.0146-22-9254

十勝総合振興局保健環境部環境生活課  
〒080-8588 帯広市東3条南3丁目1番地  
TEL.0155-26-9028

日高山脈襟裳十勝国立公園・十勝環境保全委員会  
【事務局】  
帯広市都市環境部環境室環境課  
〒080-8670 北海道帯広市西5条南7丁目1番地  
TEL.0155-65-4136

表紙写真提供：環境省、十勝総合振興局、中札内村



# 「国立公園」ってな〜に？

**国立公園とは、いわば、自然の風景地の「日本代表」です。**

日本の国立公園は、すぐれた自然だけでなく、その地域の暮らしや文化を体感できる場所です。次の世代も、私たちと同じ感動を味わい楽しむことができるように、世界的にもすぐれた美しい自然を日本の宝として未来に引き継ぐため、国が区域を指定し、関係機関と協力しながら管理を行っています。

## どんな国立公園があるの？

全国で**35**か所 / 北海道内で**7**か所

環境省  
「国立公園に、行ってみよう！」  
<https://www.env.go.jp/nature/nationalparks/list/>

## 日高・十勝の「国立公園」 日高・十勝地域を含む国立公園

- 1 ひだかさんみやくえりもとかち  
**日高山脈襟裳十勝国立公園**
- 2 だいせつざん  
**大雪山国立公園**
- 3 あかんましゅう  
**阿寒摩周国立公園**

日高・十勝は雄大な自然環境に囲まれており、管内には3つの国立公園があります。

## 国立公園の保護と利用の管理

国立公園では、公園の自然の風景を壊してしまうおそれのある行為は制限されています。これは、すぐれた自然を次の世代へ残せるように保護するためです。

### 特別保護地区・特別地域等で規制されることの例



※特別地域：優れた風致景観を有する陸域。特別保護地区：特別地域の中でも、特に景観の維持を図る必要のある地区。  
※規制内容は、場所によって異なります。許可を取得すれば行為を行うことができる場合もあります。

# 日高山脈襟裳十勝 国立公園を知らう！



日高山脈襟裳十勝  
国立公園は、

内陸部から海まで、  
南北約 140km に連なる  
日高山脈を中心とした

**国内陸域最大の  
国立公園です。**

国内でもっとも手つかずの自然が残されている公園でもあります。「北海道の背骨」と呼ばれる日高山脈の雄大な山並みは、山からはなれた平野部からでも存分にその眺めを楽しむことができ、地域の人々の「原風景」として親しまれています。

見に行ってみよう！

帯広市役所展望ホール(11階)からの眺め



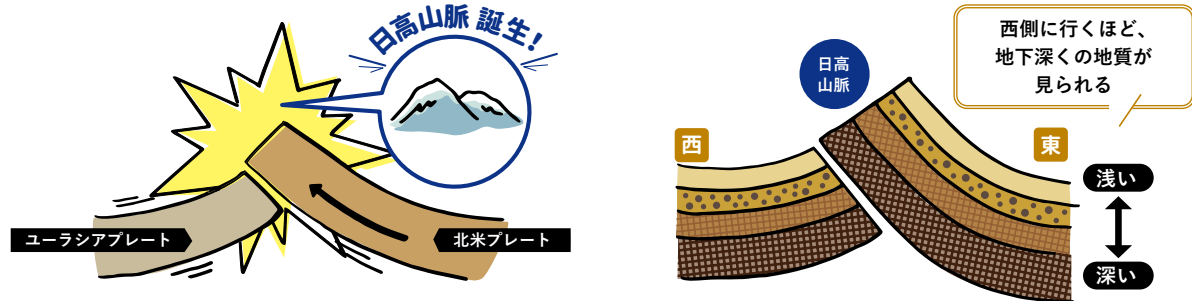
# 日高山脈は どうやって生まれた??

## 成り立ち

日高山脈は2つのプレート<sup>(※1)</sup>がぶつかって生まれました。



この衝突により、東側のプレートが西側のプレートに乗り上げるように動き、めくれ上がった部分を上昇して日高山脈となりました。つまり、私たちは日高山脈を通じて、本来見ることはできなかったはずの地球のはるか内側を知ることができているのです。



日高山脈は、規則正しくならんだ地下の地質を、地表において連続的に観察することができる場所で、これは世界的に見ても珍しく、高い学術的価値を持っています。<sup>(※1)</sup> 2つのプレート：北米プレート、ユーラシアプレート

## 地形的特徴

### カール

氷河が時間をかけて流れ落ちる時、氷河がもつ圧力によって岩盤が削られてできるU字上の地形のこと。スプーンで削られたような形になっています。



写真提供 / 環境省

### ナイフリッジ

両側が切れ落ちて、ナイフの刃のように鋭く切り立った尾根のこと。通過するには危険を伴います。



写真提供 / 環境省

## 日高山脈の歴史が 感じられる場所

### アポイ岳

アポイ岳は、日高山脈を作ったプレートの衝突の際に、地下深くから現れた「かんらん岩」によってできた山です。高山植物が多く存在することから「花の山」として有名です。



### えりもみさき 襟裳岬

襟裳岬では、約2kmにわたって、海から岩が見え隠れする「岩礁地帯」が続きます。これは、日高山脈が徐々に標高を下げ、海に続いていることを物語っています。



写真提供 / 環境省

# 日高山脈の 豊かな動物・植物

日高山脈襟裳十勝国立公園は南北に長く、標高差が大きいことから、さまざまな自然環境が広がり、生物多様性に富んでいます。

## 植物

### 高山植物からなる お花畑



北海道  
だけに生育

山だけでなく、海岸の岩場などにも植生しています。



アポイ山塊  
だけに生育

葉っぱはハートのかたちをしています。



一度壊れた  
自然の回復はとても  
難しいものです。

かつての大量盗掘による被害を受け、急激に衰退したヒダカソウ。一度壊れた自然の回復はとても難しいものです。



## 動物

### エゾナキウサギ

氷河期の生き残りと言われるナキウサギ。環境省レッドリストで準絶滅危惧種とされている希少な動物です。名前のおり、「ピイッ」という鋭い鳴き声の特徴的です。



ゴワ〜



### ゼニガタアザラシ

襟裳岬の岩礁で観察できます。名前は真ん中に穴の開いた銭に似た銭形模様があることに由来しています。

希少な植物・動物のすみかとなっている日高山脈ですが、人間が持ち込むゴミや排泄物により生息環境を汚してしまったり、無理に近づこうとして植物を踏み倒してしまうと、その回復は簡単ではありません。

ありのままの  
自然をずっと  
見守りましょう。

写真提供 / 環境省

# 日高山脈襟裳十勝国立公園とその周辺のみどころ

## ひだか 日高エリア

### 1 ひだか こくさい じょう 日高国際スキー場

標高 751m の北日高岳山頂から北西斜面に位置する日高国際スキー場は、本国立公園内唯一のスキー場です。リフト乗り場が沙流川温泉ひだか高原荘と隣接し、コースは緩急の変化に富み、初心者から上級者まで楽しめます。眼下に沙流川、遠く夕張岳や芦別岳などを眺めることができます。



### 2 幌尻(ポロシリ)岳



日高山脈の最高峰であり、アイヌ語で「大きい・山」を意味する「ポロ・シリ」として敬われてきた山です。夏には一面高山植物のお花畑となる山頂付近のカル状の大地や豊富な動植物群、山頂からは幾重にもなる日高山脈の山並みが一望できます。

### 3 にぶたに 二風谷コタン



二風谷地区は、北海道内のアイヌ民族にとって重要な生活文化の中心地の一つとなっています。二風谷コタンには、二風谷アイヌ文化博物館や沙流川歴史館、平取町アイヌ文化情報センターなどアイヌ文化関連施設が集積しています。

### 4 サラブレッドを育む風景



全国有数の馬産地である日高地方では、雄大な日高山脈を背景に広々とした牧場風景が広がっています。

牧場見学のルール & マナー  
(北海道日高振興局 HP)



### 5 アポイ岳



アポイ岳は、日高山脈形成時にプレート衝突によって、上部マントルが押し上げられ、地表に露出した幌満かんらん岩体からなる貴重な山です。特異な地質や冷涼な気象などにより、標高 810m と低標高ながら、ヒダカソウやエゾコウゾリナなどの固有植物をはじめ、多彩な高山植物が咲き誇ります。

### 6 えりもみさき 襟裳岬 とよにこ 豊似湖



襟裳岬は、風速 10 m/s 以上の風が一年のうち 260 日以上も吹く風の岬で、ゼニガタアザラシの生息地としても有名です。原生林に囲まれた豊似湖は、上空から見ると湖面がハートの形に見えることから「ハートレイク」とも呼ばれています。

### 10 さつないがわ えんち 札内川園地 ピョウタンの滝



国立公園の入口に位置し、園内では、キャンプ場が整備され、アスレチック、レンタサイクルなどが楽しめます。入口付近に位置する「ピョウタンの滝」では、10 m の落差で札内川の清流に豪快に流れ落ちる様子を見ることができます。この滝は、中札内村や更別村の一部地域に電力を供給するための小水力発電所用の農協ダムが、昭和 30 年の洪水により埋没した名残です。

### 11 れきふねがわ 歴舟川



日高山脈を水源とする歴舟川は、環境省の日本一の清流に何度も選ばれています。また、激しい川の流れにより、上流から運ばれてきた砂金が眠る川でもあります。

### 12 たき フンベの滝



広尾町からえりも町へ向かう国道 336 号（通称：黄金道路）沿いにあるフンベの滝は、湧き出した地下水が直接道路際に落下している珍しい滝で、冬には見事な氷柱となります。

## とち 十勝エリア

### 7 つるぎやま 剣山



帯広などの市街地からも間近に眺めることができる剣山。アイヌ名はエエンチエンヌプリで、「とがった山」の意味。その名から想像できるように、山頂付近は、切り立った花こう岩の岩壁となっています。山頂付近ではハシゴを登るなど、スリリングな部分もあるものの、日帰り可能な山として人気があります。

### 8 新嵐山スカイパーク展望台



芽室町に位置する、標高 340 m の展望台です。十勝の雄大な景色を 360 度のパノラマで望むことができるため、反対方向に位置する日高山脈と雌阿寒岳の両方の眺めを楽しむことができます。芽室町市街から車でおよそ 15 分です。

### 9 とち ぼろしりだけ 十勝幌尻岳



1,846 m の標高を誇り、十勝平野から眺めたとき、ひときわ大きくそびえて見えるのがこの山で、十勝のランドマークとしても住民に広く親しまれています。切り立った稜線と山頂付近に発達するカル地形はまさに日高山脈らしい景色です。