



◇「カヤの平高原」

「北信署」上信越高原国立公園の中心地、志賀高原の北に位置し、東に秋山郷、北に野沢温泉と奥信濃地域を代表する観光地に囲まれた標高一、五〇〇メートルの緩やかな高原台地で、日本一美しいとも評される樹齢二百五十年前後のブナ原生林やシラカバの群生地が広がっています。

周辺には牧場・キャンプ場や、一般人達も気軽に利用し、森林整備にも参加できる様々な自然とのふれあい拠点等があり、家族やグループでも利用できるファミリー・フォレスト・ガーデン（FFA）



子供達もブナ林でリフレッシュ

G）や企業参加による法人の森などもあります。

春の残雪の中、可憐なミズバショウやブナの芽吹き・新緑は眩く別世界を感じさせます。また、五月ではめずらしいブナの根開け等も遅い春を演出させてくれています。

夏は、湿性植物の宝庫である「北ドブ湿原」を中心にワタスゲをはじめ、タテヤマリンドウ、トキノソウ、ジャコウソウなどの湿原植物やニッコウキスゲ、ヤナギラン等可憐で貴重な高山植物の花のオンパレードになります。

植物分布上、南限の群生地として知られるチシマウスバスマシレ、オオバタチツボスマシレなどの植物の群落が広がっています。圧巻はなんといつても 七月下旬から湿原一面を黄金色で埋め尽くすニッコウキスゲです。

秋は、シラカバ、ブナ林の紅葉がひときわ美しい姿を見せてくれます。

一帯は自然休養林ですが、現在、モデルプロジェクト（北信濃くらしと健康を支える森林づくり）、レク森林リフレッシュ対策、森林セラピー基地など、地域からも大きな期待が寄せられている高原です。

◇アクセス

上信越道豊田飯山インターから、千曲川を渡り、木島平村の糠塚集落から清水平林道を車で約一時間（三〇キロメートル）



ニッコウキスゲの群生

また、カヤの平高原から志賀高原、秋山郷、野沢温泉にそれぞれ約三十分。