



「美しい森」へ行ってみよう！

林野庁では、特に優れた自然景観を有するなど、観光資源としての潜在的魅力があるレクリエーションの森を「日本美しい森 お薦め国有林」とし、平成29年4月に全国で93箇所選定しましたので、各地の「日本美しい森 お薦め国有林」を一部紹介します。



レクリエーションの森ロゴマーク



エゾリス



北海道森林管理局

ポロト自然休養林

アイヌ文化と触れあえる、癒やしの森ポロト



概要

白老町にある周囲約4km、面積約33haのポロト湖（アイヌ語で「大きな沼」の意）を取り囲むポロト自然休養林は、市街地に隣接しながら、原始性に富んだ丘陵性の森林です。

望岳台からは樽前山、ホロホロ山、白老岳などの山岳や太平洋及び海岸線の雄大な景観を展望することができます。

平成32年には民族共生象徴空間（国立アイヌ民族博物館、国立民族共生公園）が隣接地に開設される予定で、アイヌの歴史、文化等の発信拠点として期待されています。

楽しみ方

自然休養林内のポロト湖の外周には約6kmの散策路（サイクリングロード）があり、四季折々の自然の彩りを楽しむことができます。林内には、いくつもの遊歩道があり、望岳台から樽前山を望んだり、秋にはもみじ平で紅葉を楽しむことができます。

キャンプ場、バンガロー、炊事場、トイレもあり、訪れる人の憩いの場となっています。冬はポロト湖が結氷しスケートやわかさぎ釣りを楽しむことができます。



緑あふれるポロト湖でカヌー体験

アクセス

札幌駅（JR室蘭本線：特急で60分）
→ JR白老駅（徒歩15分）→ポロト自然休養林入口



紅葉のポロトの森



ポロト湖のわかさぎ釣り と 樽前山



東北森林管理局

白神山地・ 暗門の滝 自然観察教育林



ヤマセミ

静と動が織りなす悠久の森
「白神のブナ林」と秘境「暗門の滝」



ブナ林に行く



暗門第一の滝



ヤマメ

概要

東アジア最大の原生的なブナ林が広がる白神山地世界遺産地域の北東側に位置しています。周辺は、深く切り立った渓谷沿いの地形となっていて、素晴らしい景観を楽しめます。

楽しみ方

世界遺産の径 ブナ林散策道には、歩道や階段が整備されており、新緑から紅葉まで、白神山地のブナ林を満喫しながら老若男女が気軽に散策できます（1周約2km、60分から120分）。

暗門渓谷ルートは、体力に自信がある上級者向けのコースです。しっかりした装備が必要となり、ガイドの同行を推奨しています。秘境の地にある3つの滝を訪ね、白神山地の奥深さを感じることができます（降水・増水時は通行止めになります）。

アクセス

弘前市内から、タクシーやレンタカーの使用をお勧めします。
東北自動車道 黒石IC → 国道102号 → 県道41号 → 県道28号
(32km / 50分) → 西目屋村役場(16km / 30分) → アクアグリーン
ンビレッジ ANMON



夏のブナ林散策



秋のブナ林散策



秋の暗門渓谷ルート



関東森林管理局

のぞり

野反自然休養林

みなも
天空の水面にかがやく森と花園
～野反湖～



概要

群馬・長野・新潟の3県にまたがる上信越高原国立公園にある野反自然休養林は、2,000m級の山々に囲まれた山岳、森林、草原などが一体となった自然景観を有しています。中心に位置する野反湖（標高1,513m）は、高山植物に可憐に彩られ、その湖面には抜けるような青空や燃えるような紅葉が映し出されます。



野反湖とノゾリキスゲ



野反湖とレンゲツツジ



ニジマス

楽しみ方

気軽に車で訪れることが可能で、休憩所や展望台、案内所が整備された湖畔を周回する遊歩道は、年齢を問わず高山植物を觀賞しながら散策を楽しむことができます。また、周囲の山々は、登山道が整備されており、大自然の中のトレッキングを楽しむことができます。

さらに、バンガローエリアとテントエリアがある野反湖キャンプ場をベースに、フィッシング・バードウォッチングなどアウトドアスポーツも楽しめます。

周辺には草津温泉をはじめとする多数の温泉地があり、そうした地域からの日帰り観光も楽しめます。



野反湖 湖面



野反自然休養林 遠望



雪に覆われた野反湖

アクセス

高崎駅（吾妻線：約80分）→長野原草津口駅（路線バス：約75分）→野反湖

中部森林管理局

おおみね

戸隠・大峰 自然休養林



キビタキ

木漏れ日・小鳥のさえずり・
花々に愛でる癒やしの森



戸隠神社参道の杉並木



鏡池からの戸隠山



飯縄山から望む戸隠連峰



大峰山物見岩から望む街並

概要

長野市街地から車で1時間程度の位置にあり、急峻な山岳風景を望むことができます。

戸隠山は約1200年前、日本の山岳宗教である修験道しゅげんどうの開祖として知られる役行者えんのぎょうじゃにより開山されたと伝えられ、その歴史は、現代生活の中に大切に伝えられ、活かされています。

楽しみ方

戸隠エリアはパワースポットとして人気を博している「戸隠神社五社巡り」に加え、日本三大蕎麦に名を連ねる「戸隠蕎麦」人気も手伝って、国内外問わず多くの観光客で賑わいを見せています。

また、五社のエリア内には戸隠流忍者のからくり屋敷等があり、忍者体験もできます。

これらの観光施設に囲まれた「戸隠森林植物園」は、その入り口に「森のまなびや」という森林学習館があり、戸隠の自然をジオラマや映像で学ぶことが出来ます。園内には一部バリアフリーの木道もあり、車椅子やベビーカー等でもゆったりと小川のせせらぎや野鳥のさえずりを満喫しながら春から秋にかけての園内の散策を楽しむことができます。

冬期は、2m近い積雪に覆われた植物園内をスノーシューやクロスカントリースキーを履いて自由に歩き回り、動物の足跡や食痕、春を待つ木々の芽を観察する雪上散策イベントが人気です。特に、植物園から奥へ進むと現れる一面結氷した鏡池とその背後にそびえる真冬の戸隠連峰の景色は圧巻です。

アクセス

- ・長野駅－（路線バス・タクシー：約60分）→戸隠方面
- ・長野駅－（タクシー：約30分）→大峰山方面



冬の戸隠連山





近畿中国森林管理局
おうぎのせん
**扇ノ山森林
スポーツ林**



オオルリ

秀峰扇ノ山の麓 家族で楽しもう
バードウォッチングと森林浴



概要

扇ノ山は、^{ひょうのせんうしろやまなぎさん}氷ノ山後山那岐山国定公園の北端に位置し、近畿・中国地方を代表する火山の一つです。山頂からは、鳥取市街や日本海、遠く^{だいせん}大山を望むことができます。



八頭町の田園風景



ブナ林とバンガロー



ツリークライミングの様子



若桜駅機関車



若桜鉄道若桜駅（登録有形文化財）

楽しみ方

林内には遊歩道が整備されており、ブナ林の中を散策しながら野鳥観察、森林浴を楽しむことができます。春は新緑、夏は避暑、秋は紅葉を楽しむことができます。

扇ノ山の山頂を目指す登山口は、レクリエーションの森の上流2.5kmのところであり、登山口から1～2時間程度で山頂に到着できます（行程約2km、高低差約400m）。

林内にあるキャンプ場には、バンガロー、キャンプファイヤー広場、シャワー施設、バーベキューハウスが整備されています。年間約2万5千人の利用者があり、ご家族やグループでの利用に最適です。

また、扇ノ山は、鳥取県でも有数の野鳥観察ポイントです。春から秋にかけて、アカショウビン、ブッポソウ、オオルリなど様々な野鳥が観察できます。

アクセス

鳥取駅（若桜鉄道：約45分）→丹比駅（タクシー：約20分）→扇ノ山森林スポーツ林



四国森林管理局

千本山風景林

見上げて体感、
巨木・ヤナセスギの真髄



ニホンカモシカ



鉢巻落し



千本並木

概要

徳島県境に近い高知県東部の最深部に位置し、標高 1,000m クラスの山々が幾重にも連なる県内有数の大森林地帯となっています。

平家落人の里と伝えられる魚梁瀬集落の奥山では、戦国時代から築城や社寺仏閣の造営に適した良質の巨木が産出されてきました。「千本山」の由来も「数え切れないほどの木のある山」の意味で“千本”の字が当てられたと言われています。



楽しみ方

千本山は、この風景林と連続している国有林にあり、千本山から山頂まで登山道が整備されています。

登山口脇には、「森の巨人たち 100 選（国有林内で選定された、次世代への財産として健全な形で残していくべき、その地域を代表する巨樹・巨木）」に選ばれた「橋の大杉」をはじめ、木の先端部を見るために鉢巻きが頭から落ちるほど見上げなければならないことからその名がついた「鉢巻落し」、さらに姿形が特に美しいことで名付けられた「真優美杉」などの名木をはじめとして、見渡す限りスギの巨木が林立しています。これらの巨木は登山口から中腹で出会えますので、体力にあまり自信のない方でも他の山では見ることができない圧倒的な景色を堪能することができます。帰りは麓の温泉（「やなせの湯」や「馬路温泉」）で疲れを取りつつ、ゆず料理に舌鼓を打ってはいかがでしょうか。



魚梁瀬杉を測る



魚梁瀬杉を見上げる



新緑と溪流

アクセス

高知駅（JR 土讃線・土佐くろしお鉄道「ごめん・なはり線」：約 90 分）→安田駅（バス：約 40 分）→魚梁瀬地区下車（約 10km、約 40 分）→千本山風景林

※魚梁瀬地区から登山口（約 10km）への公共交通機関及びタクシー等はありません。





九州森林管理局

くまもと自然休養林

武蔵、漱石ゆかりの山路と熊本県民のオアシス菊池渓谷



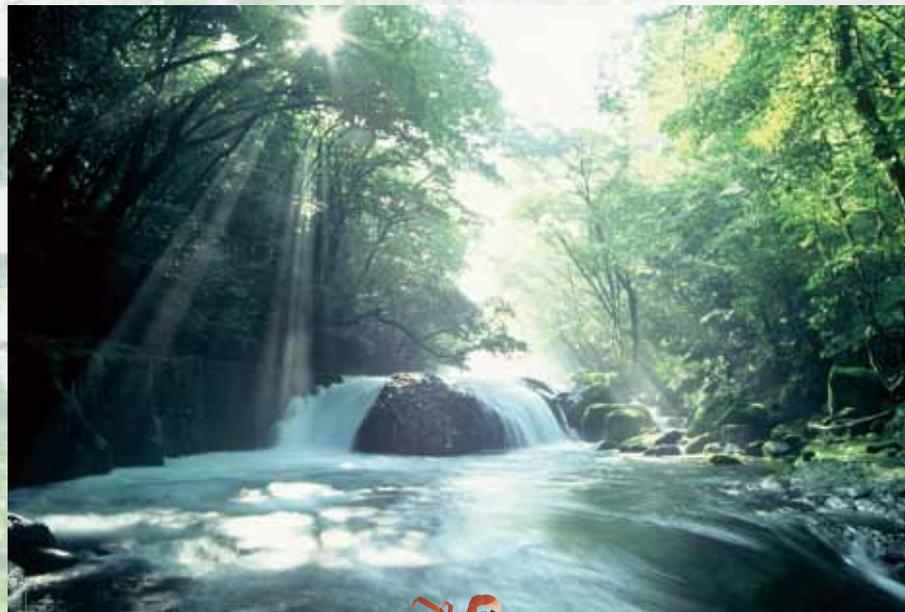
ヤマメ



初夏の金峰山と段々畑



金峰山頂上から有明海と雲仙普賢岳を望む



天然クーラーの菊池渓谷

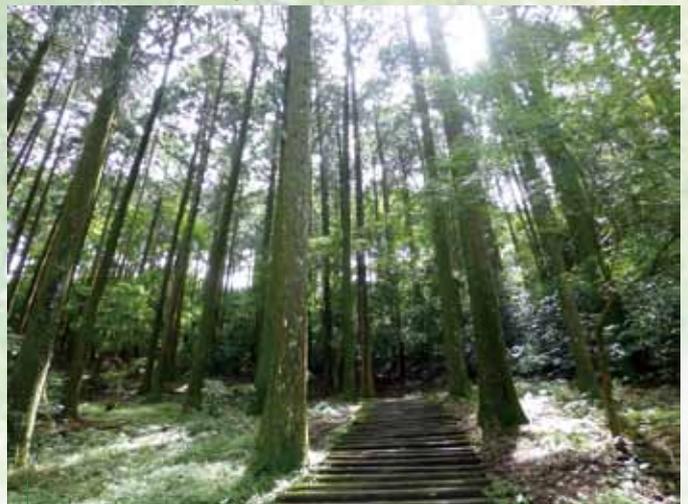


沢ガニ

概要

金峰山は小規模ながらまとまった二重式成火山です。金峰山周辺には宮本武蔵が「五輪の書」を著した場所としても知られている「霊巖洞」や、夏目漱石の著書「草枕」のモデルとなった歩道や小説ゆかりの「峠の茶屋」公園があります。

菊池渓谷は阿蘇外輪山の北西部に広がる標高 500～800m の山々の間にあり、清流菊池川の源流を擁し、大小様々な瀬・淵・滝が織りなす景観が美しい渓谷です。その原始的な自然美から、TV ドラマの舞台（空想世界の古代の設定）となりました。



金峰山登山道に木漏れ日が映えるスギ林

楽しみ方

金峰山の頂上からの眺めは素晴らしく、熊本市街をはじめ、有明海や雲仙、阿蘇、九州山地、天草の島々など雄大な景色を一望できるほか、夜景の名所としても知られています。

菊池渓谷は夏の平均水温は 13℃と低く、天然クーラーと称されており、避暑地として最適です。多様な瀬・淵・滝における清涼な流れとともに、春から初夏にかけては瑞々しい若葉、夏は緑陰、秋は紅葉といった四季折々の森の姿を楽しむことができます。



アクセス

- ・金峰山：熊本駅(市電：31 分)→本妙寺電停前(産交バス：13 分)→峠の茶屋バス停(徒歩：約 30 分)→金峰山登山口
- ・菊池渓谷：熊本市交通センター(熊本電鉄バス：約 60 分)→菊池温泉(タクシー：約 30 分)→菊池渓谷

今回紹介した「日本美しい森 お薦め国有林」の詳細や、これ以外の「日本美しい森 お薦め国有林」についても 30 箇所をウェブサイトで紹介していますのでご覧下さい。

日本語ページ：http://www.rinya.maff.go.jp/j/kokuyu_rinya/kokumin_mori/katuyo/reku/rekumori/

英語ページ：http://www.rinya.maff.go.jp/e/national_forest/recreation_forest/index.html

