

# 四国の「日本美しいの森～お薦め国有林～」の紹介

四国森林管理局

平成30年4月

# 目次

- \* 「日本美しいの森 ～お薦め国有林～」とは P1
- \* 剣山自然休養林 P4
- \* 石鎚風景林 P6
- \* 滑床自然休養林 P8
- \* 工石山自然休養林 P10
- \* 千本山風景林 P12

# 「日本美しいの森～お薦め国有林～」とは

- 林野庁では、平成28年3月に「明日の日本を支える観光ビジョン構想会議」が策定したビジョンを踏まえ、国有林の「レクリエーションの森」※を核とした山村地域における観光地域づくりの取組を推進しています。
- 平成29年4月、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認識されるレクリエーションの森を「日本美しいの森～お薦め国有林～」とし、有識者の意見を踏まえ、全国で93箇所選定し、四国では5箇所が選定されました。
- 四国森林管理局では、地元の皆様と連携して、多言語の標識類の設置、ウェブサイト等による情報発信や修景伐採、施設整備等による環境整備を進め、多くの皆様に日本の美しい森林景観を知っていただけるよう取り組んでまいります。

	名称(所在地)	森林管理署	概要
1	ツルギサン 剣山自然休養林 (三好市、つるぎ町、那賀町、美馬市)	徳島	多様な森林が連続して分布しており、四季折々の美しい表情を見せる森林で、登山リフトにより山域の中腹まで気軽に楽しめます。
2	イシツチ 石鎚風景林 (西条市)	愛媛	西日本最高峰(標高1,982m)の石鎚山を望み、新緑や紅葉が美しく、瀬戸内海等が一望できるなど風景が堪能できます。
3	ナメコ 滑床自然休養林 (宇和島市、鬼北町、松野町)	愛媛	日本の滝百選の「雪輪の滝」など見所が多くあり、キャンプ、野鳥観察、人気のキャニオニングなどが家族で楽しめます。
4	クイシヤマ 工石山自然休養林 (高知市、土佐町)	嶺北	天然林と人工林の調和のとれた森林で、「県民の森」「市民の森」としても親しまれ、幅広い年齢層の方が気軽に登山等が楽しめます。
5	センボンヤマ 千本山風景林 (馬路村)	安芸	日本を代表するヤナセスギを主とする天然林で、隣接している千本山保護林では樹齢約200年、樹高40mに達する巨杉が林立しています。

※国有林の中でも特に優れた自然景観を有し、森林浴や自然観察、野外スポーツ等に適した森林を「レクリエーションの森」に設定し、広く国民に提供しています。四国では32箇所(徳島県2、香川県2、愛媛県11、高知県20(重複を含む))を設定しています。

# 四国の「日本美しの森～お薦め国有林～」

剣山自然休養林



滑床自然休養林



石鎚風景林



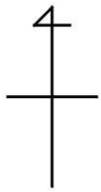
工石山自然休養林



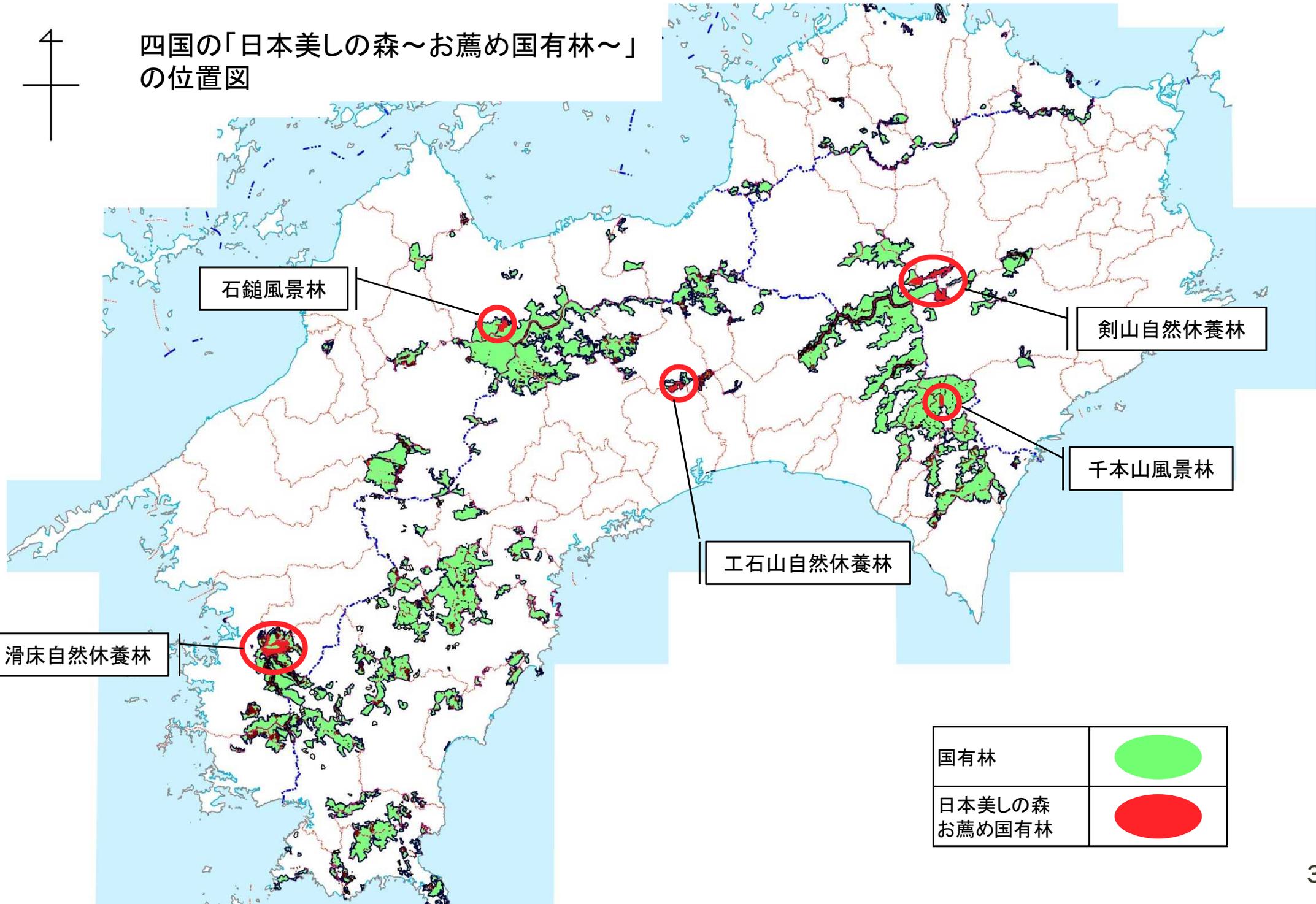
千本山風景林



※ 詳細は、四国森林管理局ホームページをご覧ください。 <http://www.rinya.maff.go.jp/shikoku/index.html>



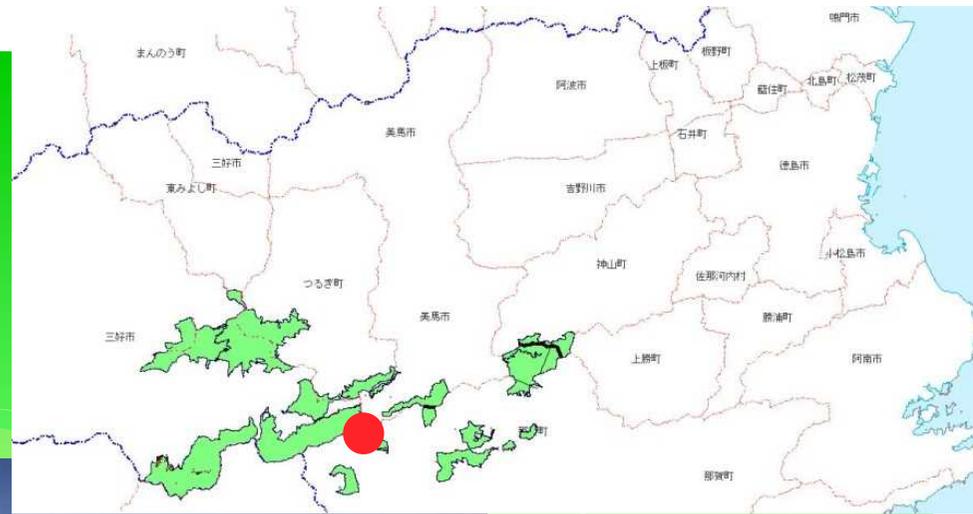
# 四国の「日本美しいの森～お薦め国有林～」 の位置図



ツルギサン

# 剣山自然休養林

〔三好市、つるぎ町、那賀町、美馬町〕



剣山頂上からの朝日



雪降る剣山



剣山周辺の紅葉



月夜の剣山

<お問い合わせ先>  
徳島森林管理署  
TEL088-637-1230

# 剣山自然休養林

## 概要

所在地 徳島県つるぎ町・那賀町・三好市・美馬町 面積 1271.56ha レクリエーションの森指定 昭和46年12月1日

## 特徴

剣山自然休養林は、見ノ越(みのこし)峠から、南側に剣山地区、北に葛箆(つづろ)地区、西に塔の丸地区、東に赤帽子地区の4地区からなる自然休養林となっています。

見の越峠を中心に北側へ丸笹山(1712m)、西側へ塔丸(1713m)、東側へ赤帽子山(1629m)を有しており、特に南側に位置する剣山地区は、剣山国定公園の一部を構成しており、西日本第二の高峰、剣山(1955m)をはじめ、西に次郎笈(じろうぎゅう)(1930m)、東に一ノ森(1879m)が連なり、山々の間をぬうように、吉野川の支流である祖谷川、貞光川、穴吹川の各河川や那賀川の支流である坂州木頭川が放射状に流下しています。

## みどころ

葛箆・塔の丸・赤帽子の3地区にある丸笹山、塔丸、赤帽子山は、剣山と谷を隔てて対峙するように位置するため、山頂から剣山・次郎岨を望むことができ、それらをバックに記念撮影ができます。

剣山については、山頂への登山ルートが、スーパー林道から登山できる南側ルートとリフトにより登山できる北側ルートがあり(そのほかにもルートがあります)、初心者から上級者まで体力に合わせたルートの選択が可能です。

南側ルートは、スーパー林道沿いから登山口が伸びており、上がるとすぐに当自然休養林に設定している区域を散策することができます。また、スーパー林道は一般車両も通行できるため(冬期は、全面通行止め)、道沿いから手軽に美しい紅葉を見ることができます。

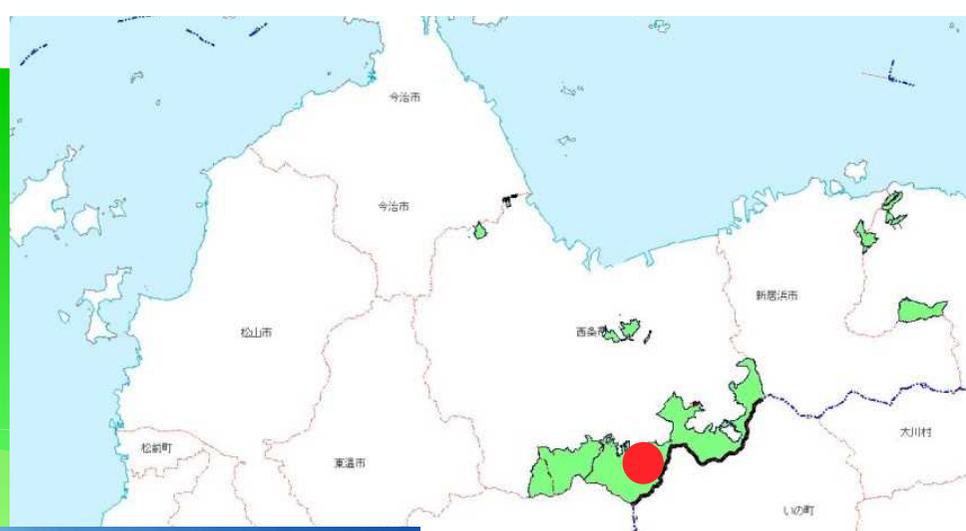
北側のルートは、剣山植物群落保護林に設定されている区域散策できます。三好市見ノ越(海拔1400m)から登るルートのほか、登山リフトを利用することで海拔1700m付近(西島駅)まで行くことができ、そこから3本のルートにて剣山頂上へ登ることができます。最短ルートであれば、リフトから40分ほどで剣山山頂へ登ることができます。山頂近くに位置する大剣神社の御塔石(おとういし)の下から湧出する御神水は、古くから病気を癒す若返りの水といわれています。ミネラル分を多く含み、名水百選の一つにも選ばれています。

山頂付近は広くなだらかな地形で、背丈の低いミヤマクマザサで覆われ、白骨林やゴヨウマツ、シコクシラベの群落もみられます。山頂からの眺望は、360度の大パノラマとなっており、室戸岬や足摺岬をはじめ、西日本の最高峰石鎚山などの山々も天候次第では望むことができます。

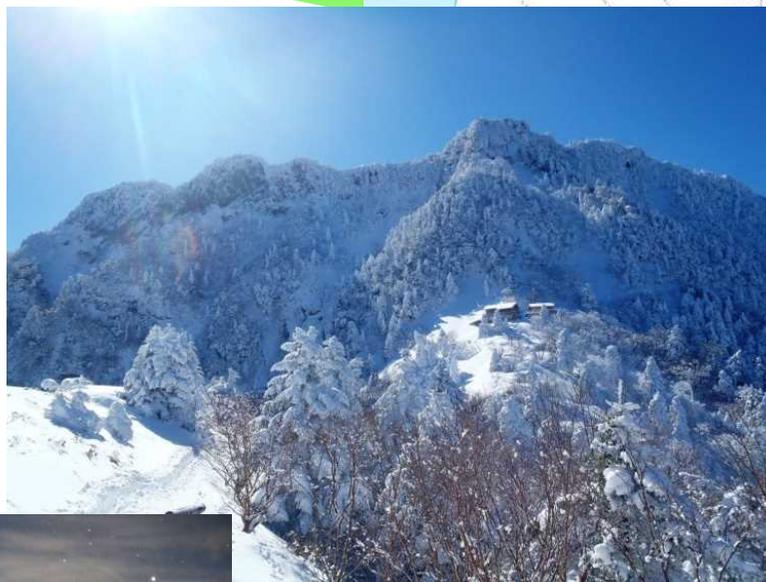
剣山自然休養林内には、高山植物の群生地や原生林もあり、春は若葉、初夏から夏にかけての花木の開花、秋は燃え立つような紅葉と四季それぞれの雄大な自然美を見せてくれます。登山、ピクニック、キャンプ、避暑、紅葉狩りなど様々な楽しみ方や見所があります。剣山から周りの山々を見渡すのもよし、周りの山から剣山を望むもよし、皆さんも「霊峰つるぎと秘境の里」を楽しんでみてはいかがでしょうか。

イシツチ

# 石鎚風景林 [西条市]



空からの石鎚山



夜明峠からの石鎚山



石鎚山と瀬戸内海



紅葉する  
天狗岳(山頂)

<お問い合わせ先>  
愛媛森林管理署  
TEL089-924-0550

# 石鎚風景林

## 概要

所在地 愛媛県西条市 面積 129.40ha レク森指定 昭和46年12月1日

## 特徴

石鎚風景林は、石鎚山北斜面の中腹部にあり、石鎚登山道沿いの区域(標高760~1600m)にあります。大部分が林齢約50~150年生の広葉樹を主とする天然林で、一部に林齢約40~60年生のスギ・ヒノキの人工林を含んでいます。

登山道を覆う天然林は、初夏の新緑や、秋にはカエデ、ドウダンツツジ等の紅葉が特に美しく、山頂付近では、晴天の日に瀬戸内海や九州までが一望される展望の優れた地域です。

西日本最高峰(標高1982m)である石鎚山は、日本百名山、日本百景のひとつに数えられています。また、日本七霊山のひとつであり、山岳信仰の山として現在も毎年7月1日から10日の間に「お山開き」の神事が執り行われ、多くの信者が参拝登山に訪れています。

風景林の下部には、成就野外スポーツ地域(石鎚スキー場)が隣接し、スキー・スノーボード等のウィンタースポーツ地として人気があり、シーズンになるとスキー客で賑わいます。

また、石鎚山では近年、星空観察スターナイトツアー、春のアケボノまつり、夏のBBQ、秋のもみじまつり、スノーカーニバル等、四季折々のイベントを開催されており、年間を通じて約6万人近くの登山、利用者が訪れています。

## みどころ

石鎚山山頂(1982m)に登山するルートは主に3つあり、ご年配の方でも登りやすく人気のある石鎚山南側(久万高原町側)の土小屋から尾根伝いに登る「土小屋コース」と、石鎚山北側(西条市側)の石鎚登山ロープウェイを利用して山頂成就駅から山頂を目指す古くから参道として使われている「成就神社コース」、面河渓谷から登る「面河コース」など、登山経験によって様々なコースを選ぶことができます。なだらかな斜面に広がる熊笹の中に整備された登山道を登れば、草原に吹く心地良い風を受け清々しい気分になれます。

また、石鎚山はかつて弘法大師空海も修行としたと言われ、現在でも厳しい修行をする修験の山の一つとして有名であり、山頂の手前には、垂直に切り立った崖を鎖を頼りに登る「鎖場」があります。(なお、迂回路も整備されているので、鎖場を通らず山頂へ登れます。)

山頂からは、瀬戸内海や土佐湾を始め、天気が良ければ中国山地や九州山地まで遠望でき、言葉にできない達成感と素晴らしい景色を味わうことができます。特に石鎚山を取り囲む周りの山々が紅葉で虹色に輝いて見える秋は、赤く染まる天狗岳の姿を一目見ようと多くの人々が訪れます。また、石鎚山系には、約1200種の植物が生育すると言われ、アケボノツツジやミヤマダイコンソウ、ササユリ、ナンゴククガイソウ、イヨフウロ等々、様々な花を楽しむことができます。

さらに石鎚風景林内の木製階段や木橋も登山者に優しい構造で見どころの一つです。愛媛森林管理署のグリーンサポートスタッフ(公募による森林保護員)が、巡視や啓発活動に取り組んでいますので、見かけた時は、是非、一声おかけ下さい。

その他にも、石鎚山中腹に位置する成就社(神社)は、「諸願成就の宮」として広く尊崇を集めています。また、南麓の「面河溪」は、自然の芸術品とも称される奇岩や溪流など、壮大な景観が自慢のおすすめスポットです。

みなさんも豊かな自然からパワーを感じながら、四季折々に様々な顔を見ることの出来る石鎚山への山歩きを是非お楽しみ下さい。

ナメトコ

# 滑床自然休養林

[宇和島市、松野町、鬼北町]



紅葉する滑床溪谷



高さ80m  
雪輪の滝



隣接する宿泊施設「森の国ホテル」

<お問い合わせ先>  
愛媛森林管理署  
TEL089-924-0550

# 滑床自然休養林

## 概要

所在地 愛媛県宇和島市・鬼北町・松野町 面積 1231.89ha レク森指定 昭和46年12月1日

## 特徴

滑床自然休養林は、宇和島市、鬼北町、松野町にまたがる山岳部に位置し、その魅力は、渓谷美、山岳美、森林美の全てが備わっていることです。エリアは、滑床、成川、鬼ヶ城山系の3つに大別されますが、水系で見れば日本最後の清流といわれる四万十川の上流部にあたります。

なかでも滑床渓谷は、自然休養林内でも中心的な景勝地であり、渓流一帯は見どころでいっぱいです。

滑床渓谷の周囲には鬼ヶ城山系といわれる山々が連なっており、渓谷の北側には、鬼ヶ城山系の最高峰である高月山(1,229m)がそびえ、南側には、日本三百名山の一つ、三本杭(1,226m)、高知県境には八面山(やつづらやま)(1,165m)があります。それらの山頂からは、宇和海のリアス式海岸を見渡すことができ、その向こうに佐田岬や、海の向こうには九州の山並みを望むこともできます。

植生は、1,000mを超えると、ブナなどの冷温帯林となり、山頂付近では、ミヤコザサ、スズタケのササ原が広がっているところがあります。

## みどころ

滑床自然休養林は、足摺宇和海国立公園の一角となっています。渓谷美と野生ザルで知られる滑床渓谷の名前の由来は、ほぼ全域が花崗岩から成り立っており、その岩肌が長年の浸食によって滑らかになっていることに因みます。

滑床の景観で、とりわけ美しいのが「雪(ゆき)輪(わ)の滝」です。高さ80メートルの滑らかな岩肌を清流がなめるように雪の輪のような水紋を残しながら流れ落ちる様は雄大にして華麗で、日本の滝100選に選ばれています。

また、渓谷には、2つに割れた巨岩の上に、バランス良く岩が乗っている「鳥居岩」があり、自然の奇跡ともいえるその姿には近寄りたがたい神秘さを感じさせます。

さらに、滑らかな一枚岩の「千畳敷」や、平らな岩の上をさらさらと滑るように水が流れる「出合滑」などは、渓谷全体の岩盤が清流で洗い清められ、柔らかな滑らかさを持っています。渓谷を流れる目黒川は、鬼ヶ城山北麓四万十川水系の支流でもあり、周辺の森林は、1995年(平成7年)に「水源の森百選」の1つ「滑床水源の森」として選定されています。

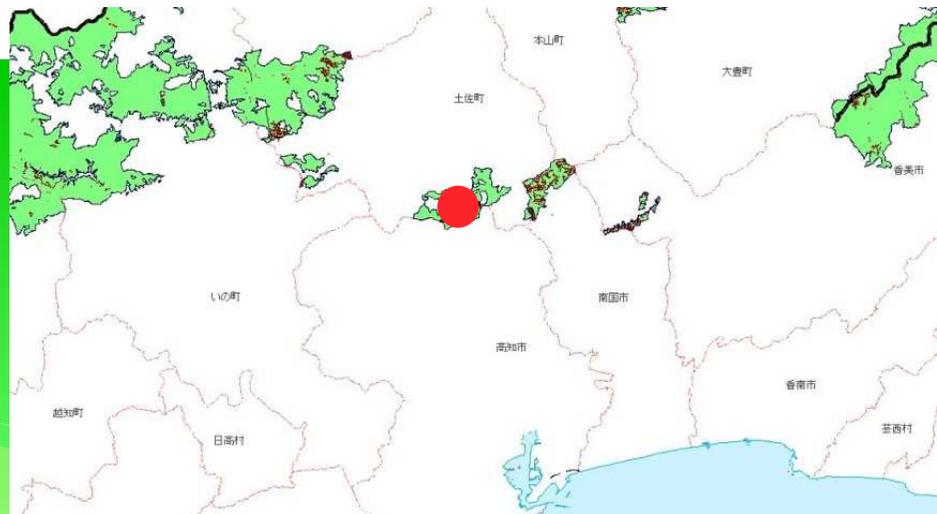
そのほかにも「霧ヶ滝」、「象頭岩」、「太鼓岩」などの景勝地があり、豊かな自然の中で、野生のシカやサルも顔を出す遊歩道の散策や、キャンプ、清流を流れる下流のキャニオニング、トレッキング、釣りなど、ネイチャーガイドの案内で幅広い世代が楽しめるコンテンツがあり、また「森の国ホテル」といった宿泊施設も揃っています。

みなさんも友達や家族と休日には、鬼ヶ城山系を登山して心身をリフレッシュさせ、滑床渓谷の水のせせらぎに癒やされてみませんか。

クイシヤマ

# 工石山自然休養林

〔高知市、土佐町〕



シャクナゲ街道



5月上旬が見所のオンツツジ



屏風岩と青空

<お問い合わせ先>  
嶺北森林管理署  
TEL0887-76-2110

サンショウウオが住む  
賽の河原

# 工石山自然休養林 概要

所在地 高知県土佐町・高知市 面積 286.88ha 指定 昭和46年2月23日

## 特徴

工石山自然休養林は、高知市と土佐郡土佐町へまたがり、土佐湾へそそぐ鏡川と、紀伊水道へそそぐ吉野川の支流地蔵寺川との流れをへだてる分水嶺に位置しています。

工石山自然休養林には、樹齢200年に及ぶモミ、ツガ、ブナ、ヒメシャラ等の天然林とスギ、ヒノキの人工林からなっており、シャクナゲ、ツツジ等の低木類、足下ではバイカオウレン、リンドウなどが、四季に応じて花を咲かせています。

また、キジ、山鳥をはじめ約100種の野鳥やウスバシロチョウ、キアゲハなど約50種の昆虫、リス等の獣、溪流「さいの河原」には、サンショウウオが生息し、「動植物の宝庫」となっています。

工石山の標高は、1,176mとなっており、山頂へ続く登山道は緩やかで、途中には休憩所が整備され、お年寄りや子どもでも気軽に登ることができます。

さらに、登山口が高知市中心部から約26km(車で1時間弱)と近距離にあるため、手軽に自然に触れ合える「県民の森」、高知市の「市民の森」として親しまれており、都市近郊林としてトレッキングを楽しむことができます。

## みどころ

工石山は石灰岩の山で、セメントなどの原料となる鉱石のドロマイト(苦灰石)の採石がされていた歴史があります。変わった形の岩が多く、後述しますが、妙体岩やヒノキ屏風岩、白鷺岩、さいの河原などの名前が昔から付けられ親しまれています。

工石山山頂への登山コースは、土佐町側と高知市側とありますが、主なコースは、高知市側の赤良木トンネル南口(青少年自然の家)の登山口から登る「北まわりコース」と「南まわりコース」があります。

北まわりコースは、岩の形が鷺のくちばしに似ていることが特徴の「白鷺岩」や、トドの頭に見えることから「トド岩」と呼ばれる岩があり、その岩からは、石鎚山系や剣山系、嶺北地域の棚田などが見渡せます。また、「赤良木園地展望台」があり、工石山の中でも、最も広く視界が開けている場所となり、眼下には高知市、南国市、香美市そして、その奥に広がる太平洋などの風景がパノラマビューで楽しめます。さらに、山頂までの間には、昭和38年の台風の強風により、スギが根元から曲がりそのまま成長した「根曲り杉」や、猛烈な風の襲来に耐えきれず倒れてしまった「天然ヒノキ風倒根」などのポイントを見ながら、1時間少々で山頂まで登ることができます。

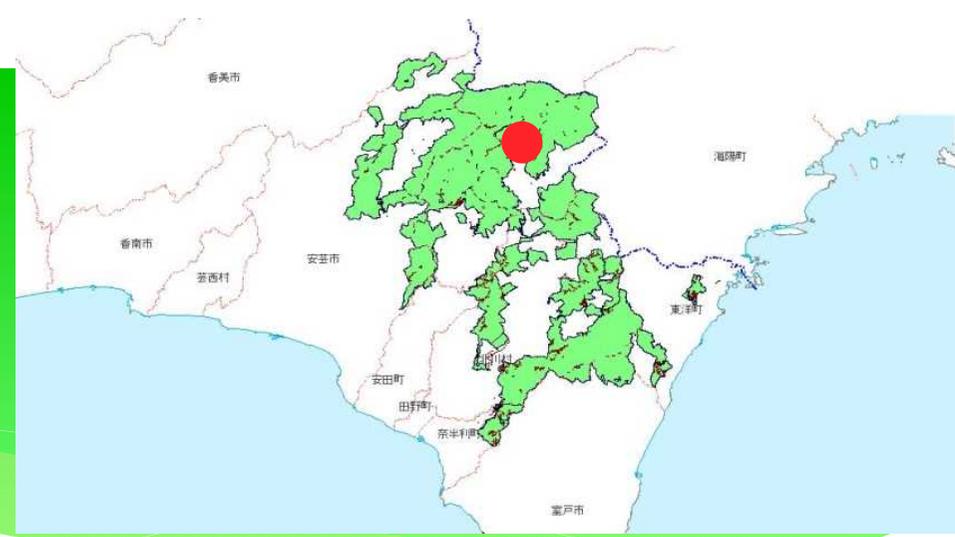
南まわりコースは、眼下に鏡川の流れを見渡すことのできる「ヒノキ屏風岩」といった展望ポイントや、鏡川源流の一つである「さいの河原」などがあります。また、アケボノツツジとともに春の工石山を楽しませてくれるシャクナゲの群生地である「シャクナゲ道」があり、花やその風景を見ながら、約2時間で山頂まで登ることができます。

さらに、ほかのコースとして登山口を異にする妙体コース及び沢登りコースもあり、中でも妙体コースには、「妙体岩」と呼ばれる太平洋を見下ろす絶壁の大岩があり、その昔、山内一豊公がこの大岩を目標として土佐に入国したという伝説があります。

工石山の登山コースは、いずれも初心者でも登山できます。登山道もよく整備されており、頂上や岩山からの景観はもちろんのこと、道中の様々な場所で自然美や雰囲気を楽しむことができます。皆さんも「草木の花咲く道の先、太平洋と山々の織りなす雄大な景観」を楽しみながら、工石山の魅力を五感で味わってみませんか。

センボンヤマ

# 千本山風景林 [馬路村]



霧の中の風景林



新緑の溪谷



ヤナセスギを見上げる



ヤナセスギ

<お問い合わせ先>  
安芸森林管理署  
TEL0887-34-3145

# 千本山風景林

## 概要

所在地 高知県馬路村 面積190.93ha レクリエーションの森指定年月日 昭和39年10月20日

## みどころ

千本山風景林は、土佐湾東部に注ぐ奈半利川上流部の魚梁瀬ダムの湛水上流部に所在し溪谷と魚梁瀬スギの美林に囲まれた地域に所在しています。標高は溪谷部の440mから千本山山頂の1,084mまで標高差600mに及んでいます。

千本山への到達路は、県道魚梁瀬公園線の終点付近を起点として中川、西川の両林道が風景林を縦断しています。本地区を象徴する魚梁瀬スギの利用は古文書の記録から想定しても600～700年前の吉野朝の頃以前から始まったとみられており、戦国時代以降領主らの手厚い保護を受け、明治時代以降は国有林となり現在に至っています。また、魚梁瀬天然スギは、屋久スギや秋田スギとともに我が国を代表する天然スギとして知られています。

千本山登山口の千年橋では、川のせせらぎが心地よく、春は新緑にあふれ、秋は紅葉につつまれます。歩道沿いは、ヤハズアジサイやオンツツジ、タブノキ、ミズメ、サカキなど様々な樹種を観察することができ、展望台からは魚梁瀬貯水池や野根山街道を望むことができます。この風景林に隣接して千本山保護林が設定されており、23.90ヘクタールの区域の中に樹齢約200年以上、胸の高さの直径が80cm、樹高が40mに達する巨杉が林立する壮観な景色が視界に広がります。

なお、千本山風景林が所在する中芸地域は、かつて西日本最大の森林鉄道が敷設されていた地域であり、平成29年4月28日、中芸地域5町村が申請した「森林鉄道から日本一のゆずロードへ」が日本遺産※に認定されました。魚梁瀬丸山公園内では、昭和期に中芸地域を駆け巡っていた森林鉄道の乗車体験ができます。

※日本遺産とは・・・地域の歴史的魅力や特色を通じて我が国の文化・伝統を語るストーリーを「日本遺産(Japan Heritage)」として文化庁が認定するものです。