



# 特集 レクリエーションの森 へ出かけよう!!

日本の国土の大部分は、豊かな森林につつまれています。  
林野庁では、みなさまに広く森林に親しんでいただけるよう、優れた自然景観を持ち、森林浴や自然観察など自然とのふれあいに適した国有林を「レクリエーションの森」に設定しています。  
その中から特にお薦めする7箇所を、今月号と9月号の2回に分けてご紹介します。

※記事で紹介した施設やイベントの営業・開催状況については、事前に主催者のHP等でご確認ください。

お出かけできないときは、  
WEBサイトで楽しんでみませんか？

レクリエーションの森のうち、特に景観が優れた93箇所を『日本美しい森 お薦め国有林』に選定しており、こちらからご覧になれます。

▶レクリエーションの森：林野庁



ドローンによる空撮映像はこちらをご覧ください。

▶ドローン空撮映像：林野庁



写真

左上：北海道局／藻琴山自然休養林(北海道) 右上：近畿中国局／松原風景林(福井県)  
左下：四国局／小田深山溪谷風景林(愛媛県) 右下：九州局／田代原風致探勝林(長崎県)





# 藻琴山自然休養林

北海道大空町・小清水町・美幌町 ※弟子屈町はレク森エリア外

## 東北海道が全部見える？ 家族みんなで登れてぐるり360°の 眺望と雲海は息をのむ絶景！

### 概要

北海道東部のオホーツク海から30km程度内陸に位置する藻琴山<sup>もことやま</sup>は、大空町<sup>おおぞら</sup>・小清水町<sup>こしみず</sup>・美幌町<sup>びほろ</sup>・弟子屈町<sup>てしかが</sup>の4町にまたがり、「北海道の百名山」に選ばれています。標高は約1,000m。山頂からは、眼下に日本最大のカルデラ湖である屈斜路湖<sup>くつしゃろ</sup>を見下ろし、遠景には阿寒摩周国立公園の硫黄山<sup>おあかん</sup>や雄阿寒岳、大雪山国立公園の大雪山系、知床国立公園の知床連山などの壮大な景観が一望できます。自然豊かで風光明媚な山として名高く、その懐に位置する藻琴山自然休養林は、全域が阿寒摩周国立公園の特別地域に指定されています。

### 楽しみ方

初心者やお子様でも気軽にトレッキングを楽しめます。また近くには、レストハウスやキャンプ場などもあります。

初夏から秋にかけて条件の良い早朝には屈斜路湖カルデラに広がる大雲海を見ることができます。豊富な植物群落や野生動物を観察でき、季節ごと、時間帯ごとに刻々と表情を変える様々な景観はまさに圧巻です。

代表的な登山ルートを2つ紹介します。

#### 小清水コース

小清水町の「ハイランド小清水725」から登る、1時間程度の軽登山コースです。ハイマツのトンネルのような登山道を抜け、標高940mを過ぎるとゴジラの背中のような屏風岩があります。

#### 東藻琴コース

1時間ほどの登山コースで、途中には、ほのかに甘みを帯びた名水「銀嶺水」が湧き出ており、乾いた喉を潤してくれます。



銀嶺水



藻琴山山頂より屈斜路湖を望む

### アクセス

#### 小清水コース 登山口まで

女満別空港から35km（車で約1時間30分）  
JR川湯温泉駅(弟子屈町)から17km（車で約40分）

#### 東藻琴コース 登山口まで

女満別空港から32km（車で約1時間30分）  
※いずれも公共交通機関の運行はありません。

### 参考URL

小清水町観光情報 藻琴山

<https://www.town.koshimizu.hokkaido.jp/sightseeing/detail/00007016.html>



NPO法人オホーツク大空町観光協会 藻琴山

[https://ooz-kankou.com/01kankou/01kankou\\_mokotoyama/](https://ooz-kankou.com/01kankou/01kankou_mokotoyama/)



川湯ビジターセンター ハイランド小清水725

<https://www.kawayu-eco-museum.com/highlandkoshimizu725/>



北海道森林管理局 藻琴山自然休養林

[https://www.rinya.maff.go.jp/hokkaido/policy/system/rekumori/sizen\\_kyuuyourin/mokotoyama/index.html](https://www.rinya.maff.go.jp/hokkaido/policy/system/rekumori/sizen_kyuuyourin/mokotoyama/index.html)





# 松原風景林

福井県敦賀市

## クロマツとアカマツの織りなす

はくしゃせいしょう

## 白砂青松の松原と

こんぺき

## 紺碧の日本海を満喫

### 概要

白砂青松のコントラストが印象的な松原風景林は、敦賀湾に面し東西約1 km、南北400 m幅の高低差のない風光明媚な松林で、広く一般的には「気比の松原」という名称で観光客や地元住民に親しまれるとともに、市街地を潮害から守る保安林として住民の生活に役立っています。

気比の松原は、虹の松原(佐賀県)、三保の松原(静岡県)と並び、日本三大松原の一つで、日本の白砂青松100選や日本の自然100選に選ばれ、さらに国の名勝や若狭湾国定公園にも指定されています。

また、その昔、聖武天皇の時代に異賊が攻め寄せてきた時、敦賀の地は突如震動し一夜にして数千の松が浜辺に出現し、気比神宮の使鳥である白鷺の大群が松の木の上に多数とまった。異賊にはこれが数万の軍勢の旗に見えて、恐れをなして退却したという伝説もあります。



気比の松原

### アクセス



#### 公共交通機関の場合

JR敦賀駅→(コミュニティバス「松原線」:約12分)→「気比の松原」バス停  
JR敦賀駅→(「ぐるっと敦賀周遊バス」:約15分)→「松原海岸」バス停



#### 自動車の場合

北陸自動車道 敦賀IC→一般道:約10分→松原風景林駐車場(無料。ただし、海水浴シーズンには有料となる場合があります。)

### 参考URL

敦賀観光協会

<https://tsuruga-kanko.jp/>

敦賀商工会議所女性会(波音ハンモック)

<https://tsuruga-joseikai.com/namioto-hammock>



### 楽しみ方

アップダウンのない林内は、一年を通してウォーキングや散策の場として多くの方々に利用されています。

夏には海水浴場が開設される他、毎年8月には「とうろう流しと花火大会」が県内屈指の規模で盛大に開催されます。また、秋口には波音を聞きながら、美しい夕日や星空を眺めるイベント「波音ハンモック」が開催されています。



とうろう流し(敦賀観光協会提供)



波音ハンモック(敦賀商工会議所女性会提供)



# 小田深山溪谷風景林

愛媛県内子町

いつ来ても楽しめる自然豊かな  
溪谷で、日常の煩わしさを忘れる  
心穏やかなひと時を！

## 概要

小田深山溪谷風景林は、愛媛県内子町の山間部に位置する、土佐湾に注ぐ仁淀川水系源流域のひとつで、標高は700mから1,320m、溪谷本流は約10kmにも及びます。

樹齢100年を優に超えるモミ、ツガ、カエデ等の天然林に覆われた溪谷は、初夏の新緑や秋の紅葉に映え、風光明媚な素晴らしい景色が魅力となっています。

また、一部地域は、昭和39年に四国カルスト県立自然公園に指定されています。

## 楽しみ方

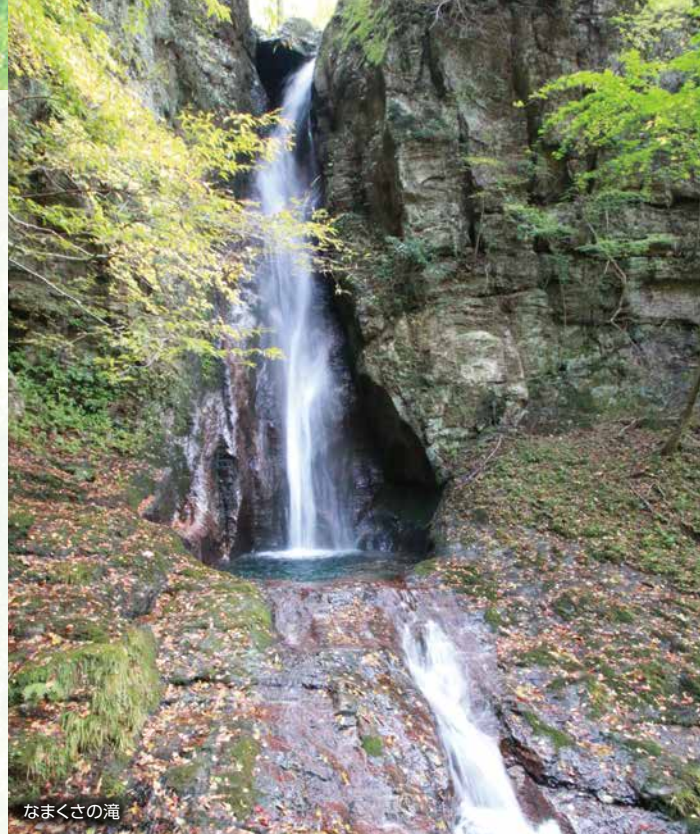
周辺には遊歩道が整備されており、四季折々の溪谷美を感じながらのハイキングや、澄んだ溪流での「アマゴ」釣りを楽しむことができます(溪流釣りには、面河川漁協の鑑札が必要です。)

また、近辺に小田深山溪谷キャンプ場やスキー場があり、夏はキャンプやボート遊び、冬はスキーなど年間を通じてアウトドアを楽しめます。

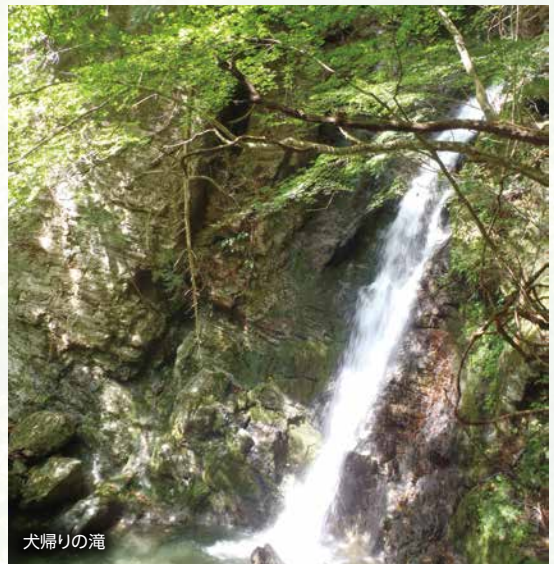
毎年夏休みには、スキー場のゲレンデで「ワンツーツリーフォレスト」という林業学習型アウトドアイベントが開催されており、林業機械試乗、ドローン操作や木工など様々な体験ができます。



安芸貞淵



なまくさの滝



犬帰りの滝

## アクセス

### 松山方面より

内子五十崎ICから車で約1時間

### 高知方面より

高知市内から久万高原町(柳谷)経由。車で約2時間10分

## 参考URL

内子町観光サイト

<https://www.we-love-uchiko.jp/spot/odamiyama/>



ワンツーツリーフォレスト実行委員会

<https://www.1234est.com/>





# 田代原風致探勝林

長崎県雲仙市

## ミヤマキリシマの 咲く放牧草原

### 概要

田代原風致探勝林は、雲仙市の国見町と千々石町の境界にあたる奥雲仙と呼ばれる地域にあり、日本初の国立公園（雲仙天草国立公園、1934年指定）内に位置しています。三方を九千部岳（1062m）、吾妻岳（970m）、烏甲岳（822m）に囲まれるこの風致探勝林には、江戸時代から続く島原半島唯一の放牧地が残されており、NPO法人「奥雲仙の自然を守る会」や自治体等による牛の世話や草原の手入れが行われています。春に風致探勝林を一望すると、そこには美しいミヤマキリシマ(注)と放牧牛がくつろぐ景色が広がっています。

### 楽しみ方

4月下旬頃から徐々に咲き始めるミヤマキリシマは、5月のゴールデンウィークに見頃を迎え、放牧牛のいる草原の風景とともに楽しむことができます。また、朝には霧がたちこめることが多く、幻想的な風景も楽しむことができます。近接地には田代原野営場があり、夏には涼しい中キャンプを満喫できます。さらに、キャンプ場から九千部岳へ続く九州自然歩道では、7月頃には、吾妻岳の山腹にヤマボウシの白い葉を眺望しながらハイキングを楽しむことができます。車で20～30分ほどの距離に雲仙温泉街と小浜温泉街もあり、温泉に入り1日の疲れを癒すことができます。



田代原風致探勝林



田代原野営場



ミヤマキリシマ

注：九州地方の火山（主に高山帯）に固有なツツジ類。葉などに毒があり、放牧地では牛が食べないため優占種として群落を形成しています。国の天然記念物で長崎県の花にも指定されています。

### アクセス

島原駅から車で約40分 雲仙温泉街から車で約20分  
諫早ICから車で約60分 小浜温泉街から車で約30分  
多比良港から車で約30分

### 参考URL

雲仙市観光局  
<https://unzen-dmo.com>



雲仙市 田代原野営場  
(キャンプ場、トレイルセンター)  
<https://www.city.unzen.nagasaki.jp/kiji0032204/index.html>



島原半島情報WEBサイト  
<https://www.shimakanren.com>



長崎県 九州自然歩道  
<https://www.pref.nagasaki.jp/bunrui/kurashi-kankyo/shizenkankyo-doshokubutsu/riyoukanri/naturetrail/>

