久保谷山風景林森歩きマップ。

太古からの原生林がダイナミックに循環しながら世代交代をくりかえし、生き続けている森です。
針葉樹、広葉樹が複雑に重なり合い混生している暖温帯の代表的な林相です。
梼原町が「鎮守の森づくり条例」として後世に残す森として指定しています。

やさしさが漂うツガの純林。
ツガは木の母。

オレンジに輝き西方を守護する。
縄文杉を彷彿させる風格。
アカガシ

あでやかにつややかにこわく的にたたずむ
森の貴婦人
ヒメシャラの郡落

大回転し、腕を天にのばす
天然ヒノキ

アカガシ郡生

いにしえびと
● 古人が往来した往還道。深い山に囲まれた松原、久保谷と窪川、松葉川を結び、文化や情報、物資が旅人とともに行き来した道。わらじで越えていた人々の足音が聞こえてきそうです。

● 杖立からのパノラマは、鈴ヶ森、四国カルスト、森内の山並、そして天候に恵まれれば太平洋が眺望できます。

● 風景林は国民みんなの財産、国有林です。
原生林は約125haにおよびます。

鈴ヶ森
1054m
6.5km
杖立
832m
松葉川
4km

ハイノキ
5月には星をちりばめたような小さな白い花をつける。

シャクナゲ

●日あたり良光
木もれ日に光輝く。
尾根とわれた風。時に優しく、時に厳しく。

山の神や森の妖精の気配がします。
畏敬の念をもって風景を体感してください。
重々無尽に広がる濃密な世界です。

双子のアカガシ

春の山桜　若葉に萌える初夏の新緑
錦織りなす秋の紅葉　凍てつく樹氷の厳冬。
四季の奏でる森と風と生命のざわめきの
聴こえる原生林は、森林生態系の魅力や
不思議さ、そして尊さを伝えてくれます。
荘厳で美しく貴重なこの森を大切に守り
向き合いながら地球環境に思いを馳せましょう。
そして、あとから来る生きもの全てのかわいい子孫のために
今自分ができる何かをして下さい。

ユスノキ
古い切株
久保谷
3km

道しるべ

● 生態系の豊かなこの森は
生き物たちの楽園
ヤイロチョウ、コノハズク、アオバト、ヤマドリ
ムササビ、ノウサギ、シカ、ネズミ、クマ…
鳥たちのうた声や
動物たちのささやきにも
ちょっと聞き耳を。

谷

リスもいるよ。

あまみず
● 森に降った天水は、ゆっくりと土壌に浸透し、ろ過され、清らかな水となり安定的に流れ出します。
森がたくわえた水はまろやか。身も心も清めてくれる。

天然ヒノキやモミなど巨木の林立する迫力は圧巻。

ちょっとハードな登山道

歩行は順調に

● クマに鳥扁されないように。

満天星に出会える

森林療法

○ 森林浴は免疫力の向上やストレスの低下をはじめNK細胞の増加など多くの健康増進効果があります。
（ナチュラル・キラー細胞、がんを抑制する。）

谷

モマくんがお出迎え。

松原から12km
730m
春分峠
P

松葉川まで15km

桝の平

● 時々ふりかえるとまたちがった景色が楽しめます。

● 落葉をしきつめた平坦な歩道。
樹々の発散する芳香や足元の感触に生きている幸せを感じる。

土の中には発芽を待つドングリが何百年も眠っている。（シードバンク）

● コケや草本、キノコなど足元に広がる小さな森や土壌内部の見えない森にも目と思いを向けて下さい。

タイムコース
春分峠——杖立——道しるべ——春分峠
約20km　1時間
久保谷往還道——道しるべ——杖立
約3.0km　1時間30分（上り）

○ 風景林のシンボル
奉納自若　巨大アカガシ
樹令500年

● 森では思わぬアクシデントも。
万全の体調と装備で入山して下さい。
夏は雷が多発する森です。
十分に注意して下さい。

● 悠っくりとマイペースで歩きましょう。

● 森からの生命力を感じれば、身も心も穏やかに健やかになります。

※注意事項
森の樹々はとってもデリケートです。
根を踏んだり、よじ登ったりするのはマナー違反。
そして、太古の森が一瞬で灰になる火は厳禁。
森の環境に悪影響を与えるゴミは持ち帰りましょう。