

# 摩周岳・西別岳 ガイドマップ



阿寒国立公園

## 摩周岳登山道ガイド

観光名所「摩周第1展望台」の脇に登山口があり、入林届を済ませたらスタート。登山道は摩周外輪山の尾根を歩いていきます。歩きはじめはだらだらとした下り坂が30分程続き、その後はだらだらとした登り坂が続きます。ハンノキやダケカンバが登山道にかかっているため、頭上を注意しながら歩きましょう。ある程度登ると根釧原野や西別岳・摩周岳などの眺望を楽しむことができます。摩周湖を左手に見ながら移動していくため、少しずつ摩周湖の形が変わっていく姿を見るのがまた素敵です。通称、風衝草原までたどり着くと摩周湖は全く違った姿を見せてくれます。西別岳への分岐点を過ぎ、最後の300mは一番キツイ登り坂となり、その先の頂上では眼下に摩周湖や爆裂火口、遠くには西別岳や藻琴山、雄阿寒岳までをも眺めることができます。

## 摩周岳「カムイヌプリ」

摩周岳はアイヌ語で「カムイヌプリ」とも呼ばれ、神の山を意味し、アイヌの人々の崇拜を集めてきた山です。カムイヌプリは珪長質安山岩の溶岩に富む小規模な成層火山です。およそ1000年前に発生した軽石噴火によって、頂上から眺めることのできる爆裂火口は直径1.5km×1.25kmの大きさで形成され、以後活動を休止しています。ハナヒリノキやオニシモツケなどの低木類、トドマツやエゾマツ、ダケカンバなどの大きな樹木も見ることができます。高山性の植物としてはクロバナハンショウツルやチシマセンブリ、スズランなど見事なお花畑も見どころです。頂上ではイワキンバイやイワギキョウなどが岩にしがみつくとように生えています。

## 西別岳登山道ガイド

弟子屈町方面から国道243号線経由で道道885号線に入り、西別岳登山道の看板を目印に農道、林道を車で進みます。中標津町からは150号線から林道を経由して、車で進むと西別小屋があり、駐車スペースに車を停めて、歩き始めることができます。始めは緩やかな坂から登り始めると、そのうち、通称「がまん坂」と呼ばれる坂に入ります。20分ほど我慢するとその先には高山植物のお花畑が広がり、天気の良い日には防風林で囲まれた北海道らしい広大な牧草が眼下に広がります。山頂では摩周岳や摩周湖の景色が広がり、雄阿寒岳や雌阿寒岳、知床の山々や、国後島までをも展望することもできます。車を2台用意することができれば、西別岳から摩周岳を経由して摩周第1展望台まで縦走するのもまた気持ちがいいです。

## 西別岳の特徴

西別岳は標高800mと比較的低い山ですが、標高1000mの藻琴山と比較しても、高山植物が多く、春から秋にかけて様々な花を楽しむことができ、西別岳の特殊性をうかがうことができます。そうしたことから、環境省では過去に荒廃した植生を回復するための事業などを行っています。また、地元山岳会などのご尽力により、外来種の駆除活動や登山道の整備などが行われています。

## 川湯エコミュージアムセンター



開館日/開館時間

4月～10月

8:00～17:00 (無休・4月水曜休館)

11月～3月

9:00～16:00 (水曜休館)

休館日 12月29日～1月3日

入館料 無料

088-3465

北海道川上郡弟子屈町川湯温泉 2-2-6

TEL 015-483-4100

FAX 015-483-4111

URL [http://www6.marimo.or.jp/k\\_emc/](http://www6.marimo.or.jp/k_emc/)

※スタッフによる手作りのため、実際とは多少異なることがあります。

## この登山道で見られるお花たち



エゾツツジ  
(6～8月)



ヨツバシオガマ  
(6～8月)



オオダイコンソウ  
(6～7月)



トウゲブキ  
(7～8月)



ヨツバヒヨドリ  
(7～9月)



ウメバチソウ  
(8月～9月)



ハクサンチドリ  
(6～7月)



コケモモ  
(6～7月)



ゴゼンタチバナ  
(6～7月)



チシマフウロ  
(6～8月)



ヤマハハコ  
(7～9月)



ヤナギタンポポ  
(8月～9月)



ヒオウギアヤメ  
(6～8月)



ガンコウラン  
(5～7月)



ウツボグサ  
(6～8月)



オトギリソウ  
(7～8月)



チシマアザミ  
(7月～9月)



モイワシジン  
(7月～9月)