

尾瀬ハイキングガイド

Oze Official Instagram (@discoveroze)

尾瀬国立公園 OZE NATIONAL PARK



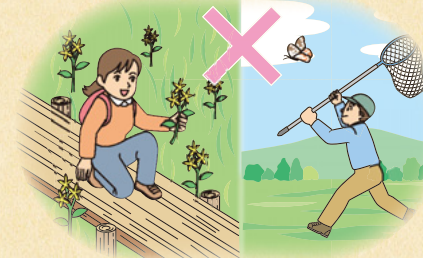
公益財団法人 尾瀬保護財団

尾瀬のルールとマナー

みんなの尾瀬を みんなで守り みんなで楽しむ

① 湿原には立ち入らない

湿原保護のため、木道から外れ湿原に立ち入ることはもちろん、写真撮影時に湿原に三脚を立てたり、木道や休憩所に座った時に足を湿原に置くことはやめましょう。



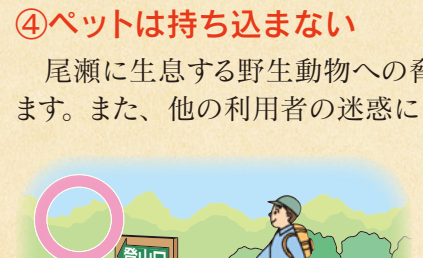
② 動植物を採取しない

尾瀬の生態系を維持し、自然景観を保つために、動物を捕まえたり、植物を採取することは法律で禁止されています。また、落ちている枝を杖代わりにしたり、落ち葉を拾うこともやめましょう。



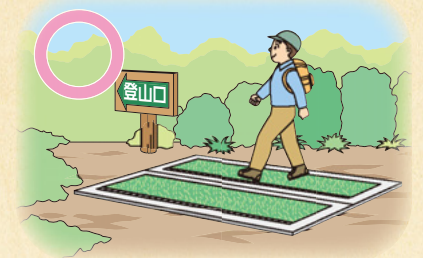
③ 尾瀬はゴミ持ち帰り

尾瀬ではゴミのポイ捨て、放置が規制されています。尾瀬にはゴミ箱はありませんので、自宅まで持ち帰りましょう。



④ ベットは持ち込まない

尾瀬に生息する野生動物への脅威となったり、伝染病などを伝搬する恐れがあります。また、他の利用者の迷惑にもなります。

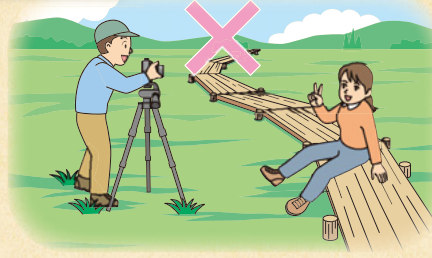


⑤ 移入植物の進入を防ぐ

入山口にある種子を落とすためのマットで靴底の泥を落とし、移入植物の進入を防ぎましょう。湿原に移入植物が侵入すると、本来湿原に生育する植物が脅かされます。

⑥ 木道や登山道から外れない

木道や登山道から外れて湿原や登山道脇の植生に立ち入らないようにしましょう。木道や登山道は右側通行・上り優先で、歩行中は禁煙です。



⑦ 公衆トイレを正しく利用しましょう

山岳トイレの維持管理には大変な労力がかかるので、備え付けのトイレトイレットペーパーを使用し、後に使う人のためにきれいに利用しましょう。費用の一部を利用者に負担してもらうため、トイレ入り口に募金箱がありますのでご協力ください。

⑧ キャンプ場は指定されています

キャンプ場は指定されていますので、指定地以外での幕営は禁止です。

⑨ 焚き火は禁止

焚き火は禁止で、コンロなども安全で迷惑にならない場所で使用しましょう。

⑩ お金は投げ入れない

池塘や川にコインを投げ入れることは尾瀬の自然にとって迷惑でしかありません。せつかくの厚意は募金箱にお願いします。



⑪ 登山には携帯トイレを携行しましょう

至仏山や燧ヶ岳にはトイレがありませんので、入山口の売店などで販売している携帯トイレを携行しましょう。

⑫ ストックにはキャップを付けましょう

木道や登山道を傷めないようにストックにはストックキャップを付けましょう。



尾瀬国立公園は自然公園法によって、特別保護地区及び特別地域に指定され、生態系や景観が厳しく保全されているほか、学術的価値が高いことから国の特別天然記念物に指定され、貴重な文化財として高い水準での保存が必要とされています。また、尾瀬はラムサール条約登録湿地であり、渡り鳥などの生物や貴重な生態系が国際的に守られています。

ようこそ尾瀬国立公園へ

雪解けが進むころ湿原に咲くミズバショウや、周囲の山々が緑になるころ鮮やかな黄色が湿原に映えるニッコウキスゲに代表されるように、尾瀬には多くの美しい花が咲き渡ります。美しい花に象徴される尾瀬の自然は、山、湖沼、川、森林、そこに棲む動物が相まって初めて生まれるもので、貴重でかけがえのないものです。平野長蔵氏が尾瀬を開山してから100年以上経ちましたが、これまで尾瀬の自然は美しいままに守られてきていることから、「尾瀬は日本の自然保護の象徴」と言われるほどです。

尾瀬は、季節ごとに様々な表情を見せる自然や、それを取り巻く全てのものが私たちを魅了します。

尾瀬国立公園エリア紹介

尾瀬国立公園は、群馬、福島、新潟、栃木の4県にまたがっていて、広大な湿原である尾瀬ヶ原、尾瀬沼、そして至仏山や燧ヶ岳など日本を代表する名峰からなる「尾瀬エリア」、山頂付近の湿原にハクサンコザクラが咲きわたる会津駒ヶ岳を有する「会津駒ヶ岳エリア」、山頂湿原が有名な田代山やオサバグサの群落に出会うことができる帝釈山からなる「田代山・帝釈山エリア」の3つのエリアで構成されています。



尾瀬エリア (尾瀬沼)



会津駒ヶ岳エリア



田代山・帝釈山エリア

尾瀬のシーズン

● 春 (5月中旬～6月)

湿原の残雪が消える頃、ミズバショウが咲き始めます。枯草色の湿原の中に咲くミズバショウは湿原に舞い降りた白い妖精のようで、残雪の至仏山を背景に咲く尾瀬ヶ原のミズバショウは、日本を代表する自然景観の一つです。その他、リュウキンカなど多くの花が咲き始めます。



※場所によって異なりますが、この季節には残雪があることがあります。

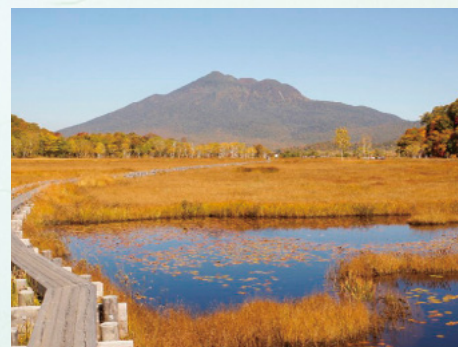
● 夏 (7月～8月上旬)

様々な花が咲きわたる最も華やかなシーズンです。夏の尾瀬を代表するニッコウキスゲは、尾瀬ヶ原や尾瀬沼周辺の大江湿原で見事な群落で花を咲かせます。また、至仏山のオゼソウ、会津駒ヶ岳のハクサンコザクラなど高山の花も咲き始めます。



● 晩夏～秋 (8月中旬～10月)

夏の花のシーズンが終わると、湿原ではエゾリンドウなどの秋の花とともに、湿原の草が紅葉して黄金色に輝く「草もみじ」が見頃を迎えます。また、周囲の山々も紅葉が進み、初雪の便りもそろそろ届きます。10月になると山小屋も営業を終え、尾瀬は長く厳しい冬の季節を迎えます。



装備・服装

帽子

つばのあるもの。風に飛ばされぬようにひもを付けよう。

ザック

肩ひもが細いものを選び、背中にフィットするもの。

シャツ

長袖で擦があるもの。ボタンで留められるものが適しています。

下着

速乾性素材のもの。

ズボン

できるだけ長ズボン。ジーパンは濡れると重くなり、乾きにくいので避けよう。

手袋

薄手でやわらかいもの。

登山靴

足首を保護してくれるもの。

登山靴

濡れた木道で滑らないもの。靴底がやや柔らかくグリップ性があるもの。古くなった靴は、ソール剥がれ(靴底剥がれ)に注意してください。至仏山や燧ヶ岳を登山する場合は、足首までガードしてくれるミドルカットやハイカットの登山靴を履きましょう。

雨具

雨の中でも快適に余裕を持った行動をするためには、雨具やザックカバーが必須です。雨具は上下が分かれたセパレート型で、防水透湿素材のものがよいでしょう。

ザック

万が一の転倒などに対処するためにも、ハンドバッグなどではなく、しっかりと両肩で背負えるザックがよいでしょう。肩への負担を軽減するために、ザックについているベルト類を調節し、体にフィットするように背負いましょう。

服装・履き物リスト		
品名	日帰り	宿泊
下着 (速乾性のもの)	●	●
長袖シャツ	●	●
セーター、フリース	●	●
防寒具 (ダウンなど)	△	△
ズボン	●	●
靴下	●	●
帽子	●	●
手袋	●	●
スパッツ	△	△
雨具	○	○
登山靴	●	●
ザック (ザックカバー含む)	●	●
ストック	○	○
雨具	●	●

携行品リスト		
品名	日帰り	宿泊
地図・コンパス	●	●
水筒	●	●
ごみ袋	●	●
タオル・ハンカチ・ティッシュ	●	●
折りたたみ傘	○	○
洗面用具	○	○
メモ帳・筆記用具	●	●
サングラス	△	△
ナイフ	○	○
食器類	○	○
コンロ	○	○
ヘッドランプ (予備電池含む)	●	●
クマ鈴 (不要な場所ではご配慮ください)	●	●
非常食	●	●
ファーストエイドキット (救急用品)	●	●
小銭 (トイレチップ用)	●	●
携帯トイレ	△	△
健康保険証	●	●

●必須品 ○あると便利 △時期やコースによって準備

尾瀬の保護にご協力いただいた企業・団体を紹介합니다。

【特別協賛寄付者のご紹介】

あいおいニッセイ同和損保 あおいニッセイ同和損保は尾瀬の環境保全活動を支援してまいります。	Asset Management One 私たちは投資信託を通じて、環境保護財団に寄付を行うことで、環境保護活動を支援してまいります。
糸井商事 糸井商事は群馬のスポーツや群馬ダイヤモンドバスの活動と合わせながら、尾瀬の自然環境保護の応援をさせていただきます。	株式会社エコ計画 エコ計画は事業テーマの「貢献」活動の一環として尾瀬の環境保全活動を支援してまいります。
ISUZU 尾瀬の自然を未来永劫、維持出来るよう、微力ながらご支援させていただきます。	株式会社群馬銀行 群馬銀行は、今後とも尾瀬の環境保全に貢献してまいります。
群馬トヨベット 群馬トヨベット株式会社 We love OZE!	株式会社ジーシーシー ジーシーシーは、今後とも尾瀬の環境保全に貢献してまいります。
第一生命 第一生命保険株式会社群馬支社 第一生命は、今後とも尾瀬の環境保全に貢献してまいります。	株式会社第四北越銀行 これからは尾瀬の自然保護をはじめとした環境保全活動に取り組んでまいります。
第四北越証券 第四北越証券(株)は、尾瀬の自然保護を通じてこれからも環境保全に貢献してまいります。	株式会社東邦銀行 尾瀬の自然環境を後世まで守り続けるため、皆さまと共に力を尽くしてまいります。

【協賛寄付者のご紹介】

クラブツーリズム株式会社	一般財団法人群馬県警察厚生会
群馬県ビルメンテナンス協同組合	GN群馬日産自動車株式会社
KDDI 株式会社	佐田建設株式会社
スマーク伊勢崎	利根郡信用金庫
株式会社とりせん	NICHINEN 株式会社ニチネン
株式会社原田	ひかり接骨院

クレジットカード で寄付ができます! 詳しくはこちら

問合せ先 公益財団法人 尾瀬保護財団
〒371-8570 群馬県前橋市大手町1-1-1
TEL ● 027-220-4431 FAX ● 027-220-4421
URL ● https://oze-fnd.or.jp

スマートフォンで情報発信中

2024.3

アクセス

