

Nature Guide片手に歩いてみよう！おすすめのエリアをイラスト地図で紹介します。

信州自然ガイド No.7 ~乗鞍高原~

乗鞍高原 火山が作った自然景観

乗鞍火山の溶岩でできた高原です。池や 滝、ミダヤコケの森、どんぐりの森を歩けば、さまざまな動植物を観察できる。ギョウと魅惑のつまたコースをご紹介します♪(5月~10月下旬の期間)



原生林の径
ミラビユ、オオミラビユ、ユメツグ、ダケカンバが中心の原生林の森。岩や倒木は苔におおわれ、ミダヤ類も観察できる。静かな散策を楽しめる。
・野鳥 ~ ミソサザイ、クロジ、ウグイス など

牛留池 標高1,590m
くぼ地に雨水がたまり、池となっている。ミツガシラなど、氷河時代の生き残りといわれる植物をみられます。
・高山性トボの **カオシロトボ** や、**シリイトボ** も生息。
・6~7月は **モリアオガエル** の卵塊もたくさん見えます。
・野鳥 ~ **メボソムシクイ**、**カクコウ**、**ホトトギス**、**ミソサザイ**、**コウ**、**クロジ** など、**マガモ**、**イワツバメ**

善五郎の滝 標高1,525m
落差30m。乗鞍岳の滝は溶岩流の末端部などで形成されていることが多く、板状節理の傾斜面を流る流水が侵食するため、年月と共に落下口が後退する。現在の滝の下流には古い滝の跡も見ることが出来る。
・樹木 ~ **クロバ**、**ユメツグ**、**ブナ**、**ムラサキヤシ**、**コシノキ** など
・野鳥 ~ **オトリ**、**イソムシクイ**、**セキレイ** など

歩きかた2パターン

スタート	時間	ポイント	時間	ポイント
14:07発		③ 休暇村	12分	③ 休暇村
16:07発など		↑		① 原生林の径入口
		↑	30分	② 牛留池(東屋)
		↑	8分	③ 休暇村
		↑	23分	④ 善五郎の滝
		↑	25分	⑤ 善五郎の滝
		↑	20分	⑥ 滝入口(滝見館横)
		↑	7分	スタート 観光センターP
		↓	12分	③ 休暇村
		↓	30分	① 原生林の径入口
		↓	8分	② 牛留池(東屋)
		↓	33分	④ 善五郎の滝
		↓	25分	⑤ 善五郎の滝
		↓	20分	⑥ 滝入口(滝見館横)
		↓		観光センターP

8:52発
11:42発など

- コースタイム 2時間15分
- 滝の周辺はアップダウンがあります
- ①~⑥はこのマップ内の目印です。現地に番号はついていません。
- トイレは観光センターPをご利用ください

(乗鞍高原自然保護センター 中村 桃子)