中部山岳国立公園 | 栂池自然園ハイキングコース

数十万年以上もの年月をかけてできた4つの湿原を巡る一周約3時間30分のコース。
約370種類にも及ぶ色彩豊かな高山植物が咲き誇り、展望湿原からは白馬大雪渓とアルプスの絶景が望めます。

ハイキングコースMAP

栂池自然園ガイドクラブ (ビジターセンター内)

園内の動植物、歴史、山、地形などを知り尽くしたガイドがご案内いたします。※予定日の3日前までに要予約

[お問い合わせ] ☎090-3241-3083

1 ビジターセンター

リニューアルオープン!

国立公園は、ここまで進化した!

2017年夏、中部山岳国立公園の玄関口にあるビジターセンターが大幅にリニューアル。訪れた方が楽しく滞在できるよう、様々なアクティビティを用意。暖炉が設置された趣きのある暖かな室内では、200インチの大型ビジョンで悪天候でも快晴時の自然園の様子を見ることができます。隣接する多目的ホールは、子どもから大人まで楽しめるスラックラインやボルタリングを常設しており、ちょっとしたアクティブスペースになっています。

2 フードショップ栂の木

営業期間 6月1日(木)~10月31日(火)
営業時間 10:00~16:00
疲れを癒す足湯に浸かりながら、おいしいメニューで一息。

おすすめグルメ情報

サクサクのかき揚げがのった人気NO.1そば!

かき揚げそば

地元のとちみつ(はちみつ)を使ったオリジナルプリン
栂池とちみつプリン

一つずつ丹精込めて手作り!
手作りおやき

小谷村特産「山ぶんど」(野生の山ぶどう)を使用したまろやかなご当地ソフトクリーム!
山ぶんどソフト

3 栂池高原「栂の湯」・売店(栂の湯1F)

営業期間 6月1日(木)~10月31日(火)
営業時間 温泉/12:00~21:00
(最終入館20:30)
売店/8:00~17:00
入 浴 料 大人700円、小児500円
ゴンドラ山麓駅すぐ下にある温泉はサウナや休憩所も完備。売店では、地元の特産品などを豊富にラインナップ。

地元特産の おすすめお土産情報

小谷村限定 地元グルメ

山ぶどう&さるなしゼリー 各250円

小谷産とちみつ

4 ロープウェイ自然園駅 雲上の売店

営業時間 8:30~16:40
数量限定「氷雪熟成酒 栂の森」を販売。あると便利な登山用品も取り揃えています。

地元特産の おすすめお土産情報

ドライフルーツ 各440円

栂池の雪の中で熟成

数量限定 氷雪熟成酒 栂の森 720ml 1,750円

P 駐車場 parking

●中央駐車場/480台 ●第1駐車場/150台 ●第2駐車場/300台
料金 中央駐車場500円、第1・第2駐車場無料

凡例: P 駐車場 / お土産 / レストラン / 車いす利用トイレ / トイレ / AED / 温泉・足湯 / エレベーター

ビジターセンター ▶ 風穴 ▶ 楠川 距離(往復):約2km 所要時間(往復):約1時間
ビジターセンター ▶ 風穴 ▶ 楠川 ▶ 浮島湿原 距離(往復):約3.5km 所要時間(往復):約2時間30分
ビジターセンター ▶ 浮島湿原 ▶ モウセン池 ▶ 展望湿原 ▶ ヤセ尾根 ▶ 浮島湿原 距離(往復):約5.5km 所要時間(往復):約3時間30分

❖ 大自然そのままの「栂池自然園」とは!?

白馬乗鞍岳の火山活動に伴って階段状の断層ができ、栂池自然園、天狗原の平坦面を形成。その平坦面の窪みに池ができ、ミズゴケやワタスゲなどの植物が自生しました。こうした植物が枯れても寒冷な気象条件のもとでは腐ることなく泥炭(でいたん)化し、その上に新たな植生が生まれ、長い年月をかけて現在の栂池自然園となりました。

❖ 高層湿原とは?

冷涼な地域では植物が枯れても微生物による分解がされず泥炭化し、周囲の地形よりも高く堆積(たいせき)したため、地下水の供給を受けず雨水のみで維持されるようになった湿原のことを高層湿原といいます。その堆積するスピードは1年間に0.5~1mm程度といわれ、周囲との高さにより「低層湿原」「中間湿原」「高層湿原」に分けられています。