



Welcome to National Parks Exhibition!

ようこそ！国立公園展へ

ご来場いただき、ありがとうございます

かんきょうしょう

中国四国地方にある環境省の事務所で働く11名の
アクティブ・レンジャーが、景色や生き物、保護の取り組みなど、
いろんな視点で自然のすばらしさを紹介します！

National Parks of Japan
Facebook

美しい日本の国立公園を見てみよう！



レンジャーと アクティブ・レンジャーのお仕事

日本を代表するすばらしい自然や風景、そこにすむ生きものを守ることで、人が長く
自然と親しむことができるよう、環境省の自然保護官（レンジャー）はお仕事をし
ています。自然保護官補佐（アクティブ・レンジャー）は、自然保護官をサポートしな
がら、一緒に国立公園や国指定鳥獣保護区で活動しています。

みはる

自然がこわされないよう、
ルールが守られているかを
みはります



まもる

ぜつめつ
絶滅しかけている
野生動植物を
守ります



つたえる

自然のおもしろさや
大切さを伝えます



しらべる

人と自然がどうすれば
良い関係になれるか、
利用方法や生き物などを
調べます



たもつ

外来生物やゴミなどを
取りのぞくなど、
今ある自然がずっと
続くようにたもちます



つくる

自然をこわさず
親しめるよう、
トイレや看板などを
つくります



中国四国地方の国立公園

国立公園は、次の世代も、私たちと同じ感動を味わい楽しむことができるよう、すぐれた自然を守り、後世に伝えていくところです。全国に35か所あり、中国四国地方には4つの国立公園があり、そのうち、3つの国立公園を紹介します。



Daisen-Oki National Park

大山隠岐国立公園

陸域面積：35,097ha 指定年月日：1936年2月1日



鳥取県、島根県、岡山県にまたがる変化に富んだ自然景観。数多くの歴史文化も魅力的！

【特 色】

- ・中国地方最高峰の^{だいせん}大山から歴史でつながる^{せんじょうさん}船上山や^{みとくさん}三徳山などの山々
- ・牧歌的な草原景観の^{さんべ}三瓶、^{ひるぜん}蒜山
- ・崖は海と風でつくられた自然芸術隠岐島^{おきののしま}
- ・美しい海岸風景と歴史ロマンの島根半島^{しまねはんとう}

Setonaikai National Park

瀬戸内海国立公園

陸域面積：67,280ha 指定年月日：1934年3月16日



日本で最初に指定された国立公園の1つ。

和歌山県から大分県までの1府10県にまたがり、海域を含めた広さは日本一！

【特 色】

- ・展望地や船からみられるのは、おだやかな内海に大小1,000あまりの島々が浮かぶ風景
- ・青々とした松林と白い砂浜、段々畑や古い港町など古くから人が暮らしてきた歴史と文化、自然が作りだした風景

Ashizuri-Uwakai National Park

足摺宇和海国立公園

陸域面積：11,345ha 指定年月日：1972年11月10日



高知県と愛媛県にまたがる四国西南部の海を中心とした国立公園。日本初の海域公園もあり、海の自然の豊かさはオリガミ付き！

【特 色】

- ・黒潮と温暖な気候による南国らしい高知県は、暖かい海の代表格サンゴの北限でもあり、ダイビングや釣りが楽しめるアウトドア天国
- ・複雑に入り組んだ海岸線としまなみの美しい愛媛県は、穏やかな海での養殖業が盛んで、内陸のユニークな地形や豊かな植生が魅力

全国各地にある35の国立公園。

日本の国立公園には、
有名な観光地も多く含まれており、
知らないうちに国立公園を
訪れているかもしれません。

そこには、四季折々に表情を変える
美しい自然があり、
日本を代表する風景やいきものが
多く存在します。

世代を超えてすぐれた自然に感動し、
楽しむことができるように、
その風景を守り、
後世に伝えようとする場所でもあります。

世界でも稀な、自然と人の暮らしが
ともにある国立公園。
壮大な景色や手つかずの
自然だけではなく、
その土地で生きる人々が、
自然と調和して作り出した
暮らし・伝統文化・食など、
そこにはさまざまな物語があります。



砂高戸隠連山国立公園



伊勢志摩国立公園



雲仙天草国立公園



阿寒摩周国立公園

日本の国立公園



知床国立公園



屋久島国立公園



富士箱根伊豆国立公園



十和田八幡平国立公園



三陸復興国立公園



西表石垣国立公園



釧路湿原国立公園



南アルプス国立公園



日光国立公園



上信越高原国立公園

国立公園は、時代のニーズにあわせて
指定が行われてきました。
現在の多様な国立公園があるのは、
時代とともに風景や自然の評価が
変化・多様化してきたからです。

- ▶ 名所・旧跡・伝統的な探勝地
- ▶ 山岳など原始性の高い自然の大風景
- ▶ 居住地に近接したレクリエーションに適した地
- ▶ 海蝕崖・リアス式海岸などの海の風景
- ▶ 自然性の高い生態系の景観
- ▶ サンゴなどの海中景観
- ▶ 野生生物の生息地
- ▶ 広大な湿原景観
- ▶ 生物多様性保全、環境文化型



米子水島公園（鳥取県）



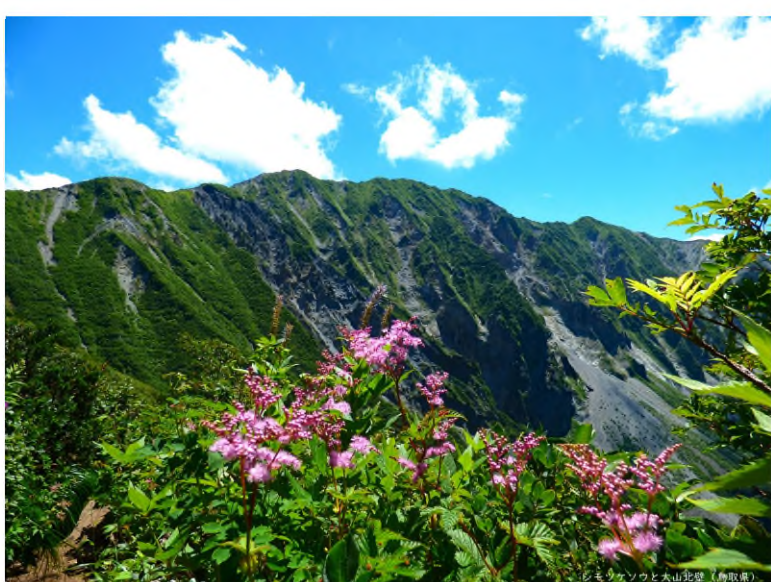
隠岐島・油井の瀬の洲（島根県）

神話がつなぐ山と島
神在ります山と連なる火山、
太鼓の記憶が息づく島

Mountains and Islands Where
Myths Interlace
A series of volcanoes where the
gods reside, and islands that
breathe with ancient memories

大山隠岐 国立公園

Daisen-Oki National Park



シモツケ山と大山北壁（鳥取県）



島門海峡の渦潮（徳島県）



センニンノ岬と佐田岬（愛媛県）

輝き続ける島と海
自然と暮らしが
調和する
内海多島海景観

Islands and the Sea that Keep
on Shining
The Archipelago seascapes of
the inland sea and islets
where people live in harmony
with nature.

瀬戸内海 国立公園

Setonaikai National Park



三日月岬（徳島県）



賢羽山（岡山県）



鹿島・漁村と段々畑（広島県）



柏島（高知県）



屋島（香川県）



五色台・風待ち船（香川県）

黒潮が育む大自然
豪快優美な海岸線
いのちきらめく
森と海

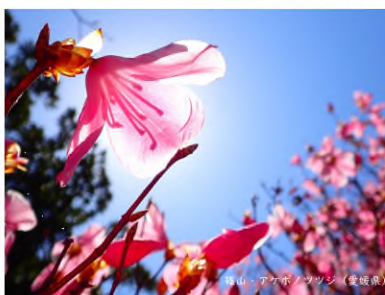
Great Nature Nurtured
by the Japan Current
The dynamic and
elegant coastline, the
forests, and waters
where life shines bright.

足摺宇和海 国立公園

Ashizuri-Uwakai National Park



見取岬・シコロサンゴ（高知県）



伊山・アケボノササシ（愛媛県）



冬のお楽しみ

Let's enjoy winter activities in Mt. Daisen

大山の麓の森を、スキーで歩いている様子です。ふかふかの雪の感触や、雪上の動物の足跡探しは、冬ならではの楽しみです。

2024年2月 大山町内（鳥取県大山町）



ノウサギの足跡

大山では、標高800m付近で毎年平均120cmほどの積雪があります。スキー場から真っ白な大山が見えることも。



下山野営場リニューアルオープン！

Shimoyama Campsite has reopened after renovation

大山・夏山登山口のすぐそばにある「下山野営場」が、2024年4月にリニューアルオープンしました！生まれ変わったキャンプ場を紹介するために職員出演のプロモーション動画を作成しました。

2024年7月 南光河原（鳥取県大山町）



大山の登山道に近くて便利！下山野営場の映像はこちら▶



豪円山野営場もあるよ！ファミリーキャンプに最適！豪円山野営場の映像はこちら▶



御幸行列

Traditional ritual at Mt.Mitoku

三徳山では3年に一度、権現様をお迎えしたと伝えられる御神輿を中心に「御幸行列」が行われます。修験道の聖地であった三徳山と、その参拝の前に心身を清めた三朝温泉は日本遺産に認定されています。

2023年4月三徳山三佛寺（鳥取県三朝町）



◀三徳山は「日本一危険な国宝」といわれる「投入堂」を有す山で、古くから山岳信仰の聖地として知られています。信仰の対象である三徳山の自然は大切に保護され、豊かな植生が残されています。



▲三朝温泉とともに、「六根清浄」と「六感治癒」の地、として日本遺産に選ばれています。三徳山参拝で六根（目・耳・鼻・舌・身・意）を清め、山を下り、三朝温泉で六感（観、聴、香、味、触、心）を癒やすという「人と自然が融合する日本独自の自然観」が特徴です。



冠雪と紅葉

Snow capped peak of Mt.Daisen and autumn leaves could be seen at the same time

限られた時間にしか見られない大山頂上に積もる雪と紅葉のコラボレーション。貴重な晴れ間の一コマです。

2024年11月 伯耆町内（鳥取県伯耆町）



◀登山までしなくとも、中腹の大山寺や大神山神社奥宮、その参道でも美しい自然が楽しめます。

▶大山の紅葉の見頃は、10月末～11月初旬。夏山登山道は、ブナの葉の黄色に包まれて美しく、登山におすすめです。





美保関灯台

Mihonoseki Lighthouse

美保関灯台は、^{かいぼつ}海拔70mの^{みさき}岬に立つ^{さんいん}山陰最古の灯台です。岬にある^{てんぼうだい}展望台からは、南は^{だいせん}大山、北は^{かなた}日本海の^{おきしよとう}彼方に^{おきしよとう}隠岐諸島を望むことができます。

2024年3月 美保関灯台（^{まつえ}島根県松江市）



夕日と経島

Sunset and Fumi shima Island

^{ひのみさき}日御碕にある^{にほんいさん}経島は、日本遺産「^{しず}日が沈む^{せいちいずも}聖地出雲」にも認定されており、美しい^{ゆうけい}夕景を楽しめます。夕日に照らされた^{ゆうけい}経島と、島に飛来する数千羽のウミネコは、公園を代表する風景の一つです。

2023年3月 日御碕（島根県出雲市）



三瓶山と三瓶そば

Mt.Sanbe and Sanbe buckwheat noodle (Sanbe Soba)

9月中旬～10月上旬頃に三瓶山の^{ふもと}麓では、ソバがきれいな白い花を咲かせます。三瓶山地域では、ソバは昔から盛んに^{さいばい}栽培されていた^{とくさんひん}特産品の一つです。

2023年10月 三瓶山（^{おおだ}島根県大田市）



三瓶山の地形

Topography of Mt.Sanbe

^{ふくすう}複数の^{みね}峰が^{くぼち}窪地を囲むように連なっている三瓶山。窪地は^{むろ}室の^{うち}内と呼ばれ、四方を峰に囲まれた景色は季節によって表情を変えます。男三瓶山頂は秋にはススキが広がり、日本海を見渡せます。

2024年10月 三瓶山 男三瓶（^{おおだ}島根県大田市）



カンムリウミスズメの親子

Crested murrelet family

国の天然記念物に指定されており絶滅のおそれがある海鳥です。
隠岐では周辺の無人島で4月頃に繁殖を行います。繁殖の時期には
本土と隠岐を結ぶフェリーから見ることもできるかもしれませ
ん。

2024年5月 隠岐の島町 近海（島根県隠岐の島町）



冬の壇鏡の滝

Dangyo Falls in winter

写真の左側の建物は壇鏡神社です。長年の風雨によって深くえぐ
られた部分に建てられています。2023年に大山隠岐国立公園に指
定されました。

2025年1月 壇鏡神社（島根県隠岐の島町）



隠岐古典相撲

Oki Traditional Sumo

隠岐の島町で12年ぶりの「隠岐古典相撲」が開催されました。
島内で祝い事があったときにのみ開催され、島を挙げて夜通し取
組が行われることが特徴です。

2024年9月 隠岐の島町内（島根県隠岐の島町）



自然をまもる歩道整備活動

Pathway maintenance activities to protect nature

隠岐を代表する景勝地「摩天崖」で、“近自然工法”による歩道整
備ワークショップを行いました。美しい景色の中、石や倒木など
の資材を背負子で運んでいる様子です。

2024年11月 摩天崖（島根県西ノ島町）

【近自然工法】とは

主に現地の自然物（倒木
や石）を活用して施工し、歩
道周辺の土壌を保全することで、
生態系の基盤を回復させること
を目指す工法です。



<施行前>



<施行後>



不要な場所？

Unnecessary place？

梅雨の季節、宮島の湿地ではハンゲショウの花を見ることができます。不要な場所として埋め立てられてきた湿地ですが、貯水作用や浄化作用、生物多様性など生き物にとってかけがえのない場所です。

2024年6月 宮島（広島県廿日市市）



▶ハンゲショウ（半夏生・半化粧）は花だけでなく、葉も白くなるのが特徴です。虫たちに花粉を運んでもらうため、アピールしていると考えられています。



▲水場を求めてシカや野鳥、産卵や生活の場としてトンボやカニなど、湿地は様々な生き物にとって、なくてはならない場所となっています。



自然と人工

Natural and Artificial

重要湿地・ハチの干潟は、カブトガニをはじめ多くの希少種が生息している生物多様性の宝庫。その先には鉛の精錬所・契島が見えます。瀬戸内海では隣り合った自然と人工が垣間見えます。

2024年9月 ハチの干潟（広島県竹原市）



◀島全体が鉛の精錬所（社有地）となっているため、立ち入りはできません。その様子から、「瀬戸内海の軍艦島」と言われています。

▶ハチの干潟で見られる生き物
左上：カブトガニ（幼体）
左下：ハクセンシオマネキ
右上：チゴガニ
右下：ヨコヤアナジャコ
※泥の中にはたくさんの生き物が暮らしています。足下に気をつけましょう。また、生き物は持ち帰らないようにしましょう。



花より団子

Dumplings rather than flowers

桜が開花し、嬉しいのは私たち人間ばかりではありません。メジロたちが桜の蜜を吸いに、木々の間をしきりに飛び交っていました。

2024年4月 黒滝山（広島県竹原市）



さがそう！磯のいきもの

Let's look for creatures on the rocky shore!

満潮時には海、干潮時には陸になる岩場を「磯」といいます。干満差が4メートルもある瀬戸内海では、磯でたくさんの生き物を見ることができます。

2024年9月 上蒲刈島（広島県呉市）



◀蒲刈で見つかった磯の生き物
左上：アミの仲間
中：ピンノ 右上：ゴンズイ
左下：カニダマシ
中：ヤツデヒトデ
右下：オヨギイソギンチャク

▶蒲刈の自然のお宝を見つけるべく、20人の子どもパークレンジャーたちが山や海をかけ回り、生き物や天体などを調べました。





皇踏山からの眺め

View from Mt.Otozan

皇踏山は登山口から1時間ほどで登ることができる標高394メートルの低山ですが、山頂の展望台からは、美しい瀬戸内海の風景を眺めることができます。

2023年12月 小豆島（香川県土庄町）



小豆島の玄関口、土庄港近くにある二十四の瞳の石碑、その奥にそびえ立つのが皇踏山です。むかって左の頂上から右の頂上につながる遊歩道が整備されています。道沿いには展望台や休憩所の他、中世のものと思われる山城跡や寺院や山岳霊場もあり、魅力的なハイキングコースになっています。



荒れた瀬戸内海ー鴨之越

The rough Seto Inland Sea - Kamonokoshi

荒れることの少ない瀬戸内海で沖の方にも白波が立つのは珍しいことです。そんな荒れた鴨之越の干潮時に、少し沖にある岩場まで迫ることができました。

2024年11月 鴨之越（香川県三豊市）



普段は穏やかな鴨ノ越



珍しく荒れた海。
夢中でシャッターを切るAR



干潮時には丸山島と陸続きになる
陸繋島（トンボロ現象）が出現！



ニホンカモシカ

Japanese serow (*Capricornis crispus*)

かつて幻の獣であったニホンカモシカは、国の対策等により生息数を回復してきました。主に母子で暮らす彼らは、群れをつくるニホンジカの増加によって、再び生息地を追われつつあります。

2024年3月 剣山山系（高知県香美市）



緑青腐菌

Patina rot fungus

山中で青緑色に染まった倒木や木片を見かけたら、それは『ロクショウグサレキン』のしわざです。鮮やかで小さなきのこ(子実体)に出会い、その美しさに目を奪われました。

2024年3月 剣山山系（高知県香美市）



倒木を染める
ロクショウグサレキン



林内に転がった小枝に
子実体(しじったい) がびっしり



春霞の来島海峡

The Kurushima Strait in Early Spring

亀老山 急潮望む 初桜

標高300mほどでもこの絶景。展望台の設計は隈研吾氏で、景観に配慮した「見えない建築」も楽しめます。頂上手前で撮影しました。

2023年3月 亀老山（愛媛県今治市大島）



出石山より大洲盆地を望む

The Ozu Basin From Mt. Izushisan in Summer

杉木立 秋風抜ける 出石寺

撮影時は8月中旬でしたが、標高812mの山頂にある境内には涼しい風が。弘法大師ゆかりの寺で、銅鐘は国の重要文化財となっています。

2024年8月 金山出石寺（愛媛県大洲市）



シマモクセイの花

Flowers of *Osmanthus insularis* Koidz., Takaikamishima Island

長月に 離島で開く 白い花

材は鉋が折れるほど固いことから別名ナタオレノキ。花は奥ゆかしげで、柑橘に似たほのかな香りがしました。愛媛県では絶滅危惧種。

2024年10月 高井神島（愛媛県上島町）



冬の大角海浜公園

Osumi Seaside Park in Winter, Imabari

水仙や 岡村島を 望む瀬戸

中央の「桴磯灯標」は来島海峡の航路標識で2番目の古さ（1915年設置）。早春はカワツザクラ鑑賞、夏には海水浴も楽しめる公園です。

2023年2月 大角海浜公園（愛媛県今治市）



水鏡に映える夏雲

Water mirror shine summer clouds

水平線まで見渡せる海、白い砂浜が美しい大岐の浜。
潮の満ち引きによって砂浜が空を映す鏡となり幻想的でした。
絶滅危惧種のアカウミガメが産卵しに上陸する浜でもあります。

2024年7月 大岐海岸（高知県土佐清水市）



冬の到来、だるま夕日

“Daruma Sunset” The arrive of winter

11月から2月に見られる蟹気楼の一種。大気と海水の温度差が大きく、
水平線上に雲がない日に見られるだるま状の夕日。この一枚を狙って冬
になると夕方の空模様をチェックするようになります。

2024年12月 足摺岬（高知県土佐清水市）



柏島の人気者

Local celebrity

橋を渡っていたら、気持ち良さそうに泳ぐイルカに遭遇。そこにいる全
員の視線を釘付けにするアイドルの出現に、場の一体感を感じました。
そんな幸せな空気も味わうことができる場所、柏島。

2024年11月 柏島（高知県幡多郡大月町）



夏の夕暮れ

Summer dusk

愛媛の南端、高茂岬。空の青、海の碧、草花の
緑、夕暮れに吹き抜ける風に心奪われ思わず
撮った一枚。最近、トイレや休憩所、遊歩道も
きれいになりました。

2024年8月 高茂岬（愛媛県南宇和郡愛南町）



氷の壁出現

Ice Wall

駐車場から雪道を歩くこと90分、お目当ての「大くらの滝」に到着しま
した。厳寒期のみ見ることのできる氷瀑はまさに圧巻でした。危険な箇
所もあるので、装備や情報を整えて行ってみてください。

2025年1月 滑床溪谷（愛媛県北宇和郡松野町）



発見！！“ヤッコソウ”

Discovery！！“Yakkosou”

ヤッコソウは白皇山で見られる葉緑素を持たない寄生植物で、シイの木
の根元などに寄生します。大名行列の奴が練り歩く姿に似ていることか
ら牧野 富太郎博士により命名されました。

2024年11月 佐田山シイ保護林（高知県土佐清水市）



御嶽山から一望する笠岡諸島（笠岡市）
The view of the Kasaoka Islands from Mt.Mitake



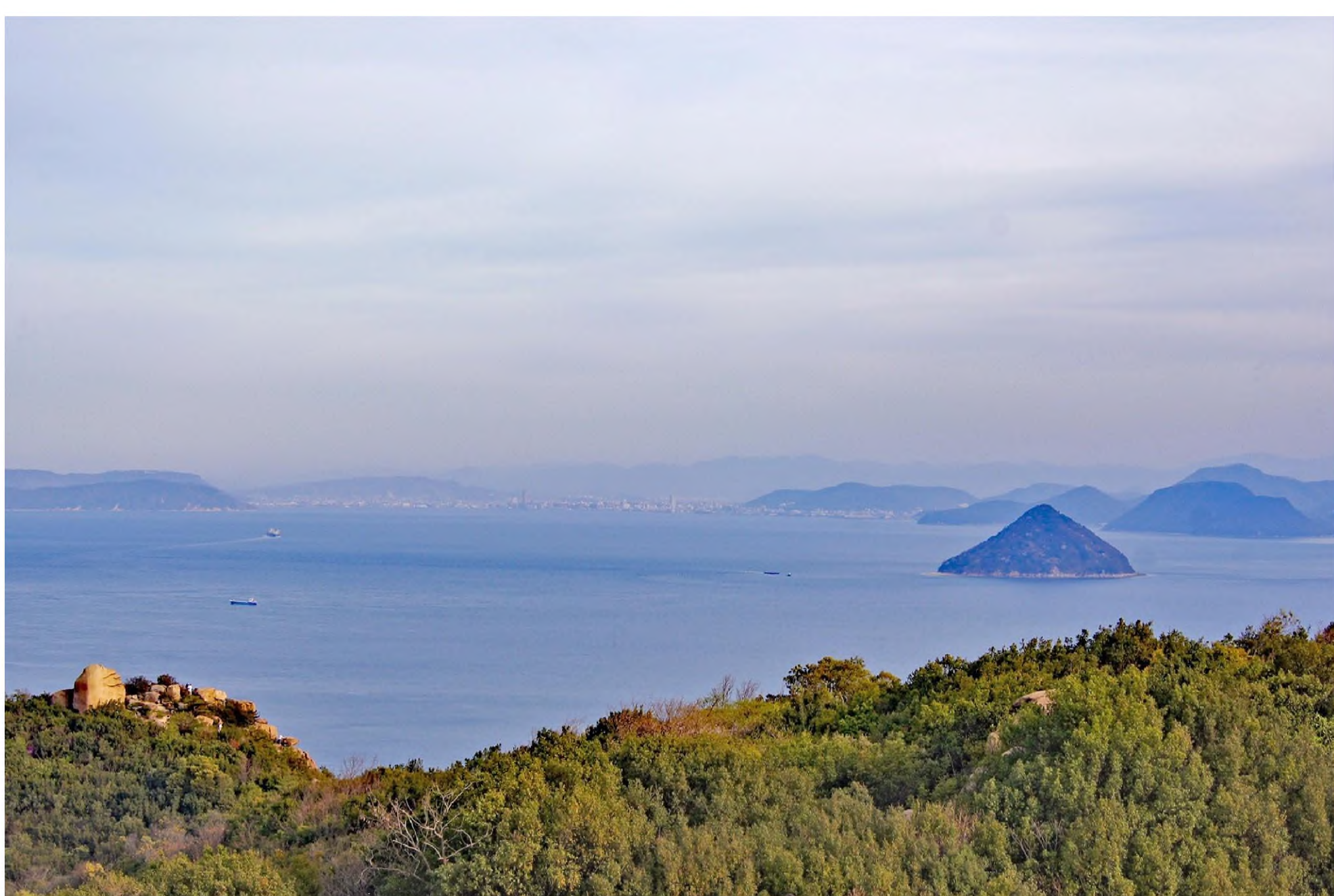
日の出に染まる三ツ山（浅口市）
Mt.Mitsuyama dyed by the sunrise



金甲山から見渡す直島諸島（岡山市・玉野市）
The view of the Naoshima Islands from Mt.Kinko



瀬戸内海国立公園の決め手となった鷲羽山（倉敷市）
Mt.Washu, the deciding factor for Setonaikai national park



王子が岳 - 海を見つめるニコニコ岩 -（倉敷市・玉野市）
Mt.Ojigatake The Smiling Rock Staring at the Sea



朝焼けの虫明湾に浮かぶかき筏（瀬戸内市）
Oyster rafts floating in Mushiage Bay at sunrise



夕立受山 - 雲の合間から光さす日生諸島（備前市）
Mt.Yudachi-Ukeyama, The Hinase Islands, where light shines through the gaps in the clouds

瀬戸内海国立公園

－岡山県－

★番外編★

中国四国地方環境事務所国立公園課職員が紹介する
瀬戸内海国立公園の風景