

**森林浴の森 日本100選**

**“自然”という原点に戻る、雄大な富士の麓の小さな旅へ。**

日本全国、そして世界の人々から愛され、親しまれている“富士山”。五合目に向かう登山道には車が連なり、たくさんの登山者や観光客でにぎわいます。そんな“日本最高峰”としての魅力もさることながら、富士山にはもう一つ、大切な宝物があります。



富士山の裾野に広がる原生林は自然の宝庫。その中には無数の動植物が棲息し、森もまた世代交代を繰り返しながら、新しい生命を育んでいます。

富士山自然休養林は、“人と自然がふれあう森”として国(林野庁)から選定された国有林です。



富士宮市、富士市、裾野市、御殿場市、小山市にまたがる1,765haの山麓にはたくさんの遊歩道があり、誰もが気軽に散策や森林浴を楽しむことができます。雄大な原生林の中に身をゆだね、自然のリズムで歩いてみると、いつの間にか忘れていた、“ささやかだけれど一番たいせつなこと”に気がつくかもしれません。

ハイキングの所要時間は往復1時間から半日。独立峰ならではの植生や地形、展望を満喫できる、13のコースをご紹介します。安らぎと感動と元氣と。大自然の恵みをカラダいっぱい感じるひとときを、富士山麓の森でお過ごしください。

**富士山自然休養林のご利用にあたって**

貴重な環境を後世に伝えるために

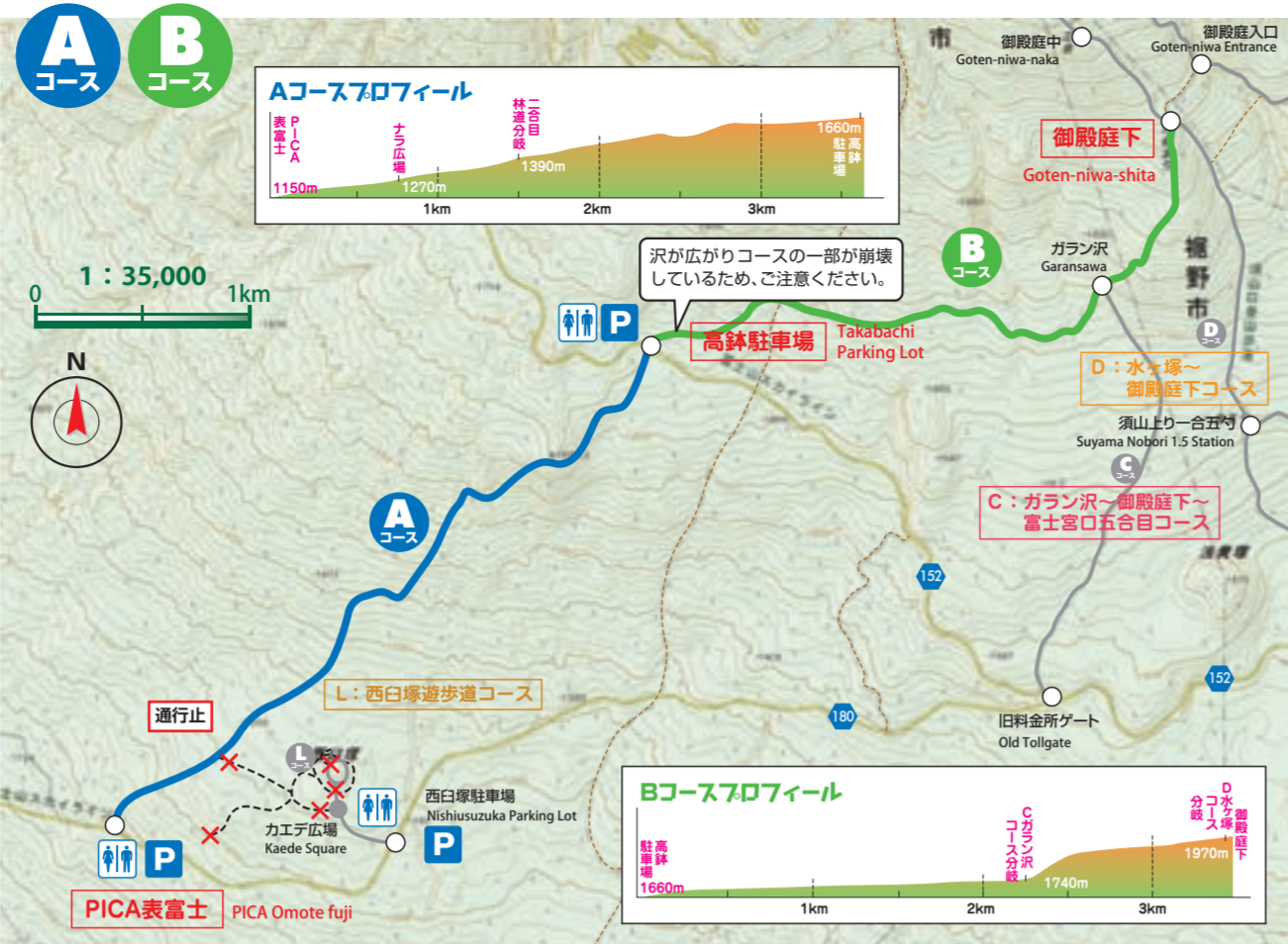
- 利用の心得**
- ①環境悪化と野生動物への悪影響を及ぼさぬよう袋を携帯し、ゴミは持ち帰りましょう。
  - ②登山道、ハイキングコース以外には入らないください。侵入により植生が荒らされ、落石の危険があります。
  - ③動植物の採集、樹木の伐採・枝折り、岩登・岩石・土痕など、自然物の採集・移動を行わないでください。
  - ④植生保護と崩落防止のため、ストックはできるだけ使用しないでください。使用する場合は先にキャップを装着してください。
  - ⑤野鳥鳥獣保護、他のハイカーへの配慮の観点からベツトや巻を連れた立ち入りは控えてください。
  - ⑥他の利用者とのすれ違い、追い越し時には、足下の植物に注意しながら互いに譲り合しましょう。また集団で歩道を利用する場合には、種一列歩行をし、他の利用者や動植物に細心の注意を払いましょう。
  - ⑦キャンプやたき火はできません。

リュックサックの中身 準備はコンパクトに!

- ラジオ □衣類 □雨具 □タオル □軍手
  - くすり □ヘッドランプ □食料
  - 地図(地形図もしくは登山地図) □磁石 など
- 登山(地形図もしくは登山地図) □磁石 など

服装 身なりを整えて快適なハイキングを!

- 服装**
- 日射病対策と障害物から顔面を守ってくれる帽子を。
  - 上着は長袖の方が寒暖の差に対応しやすいです。気象の変化が心配される時は、セーターなどを準備しておきましょう。
  - 登山靴やトレッキングシューズが靴底の厚いもので歩きましょう。
- 登山の注意!**
- クマ対策のため履跡など音の出るものを必ず携帯しましょう。
  - 携帯電話が通じない所が多くあります。ひとり歩きは避けください。
  - オアシズは、充分な知識やしっかりとした装備、計画等を持つと万全な準備をしない限り、登山しないでください。
  - 危険箇所の通行や雨天時は十分にご注意ください。無理せず引き返すことも重要です。



**Aコース PICA表富士～高鉢駐車場コース**

所要時間 ●上り 2時間00分 ●下り 1時間40分

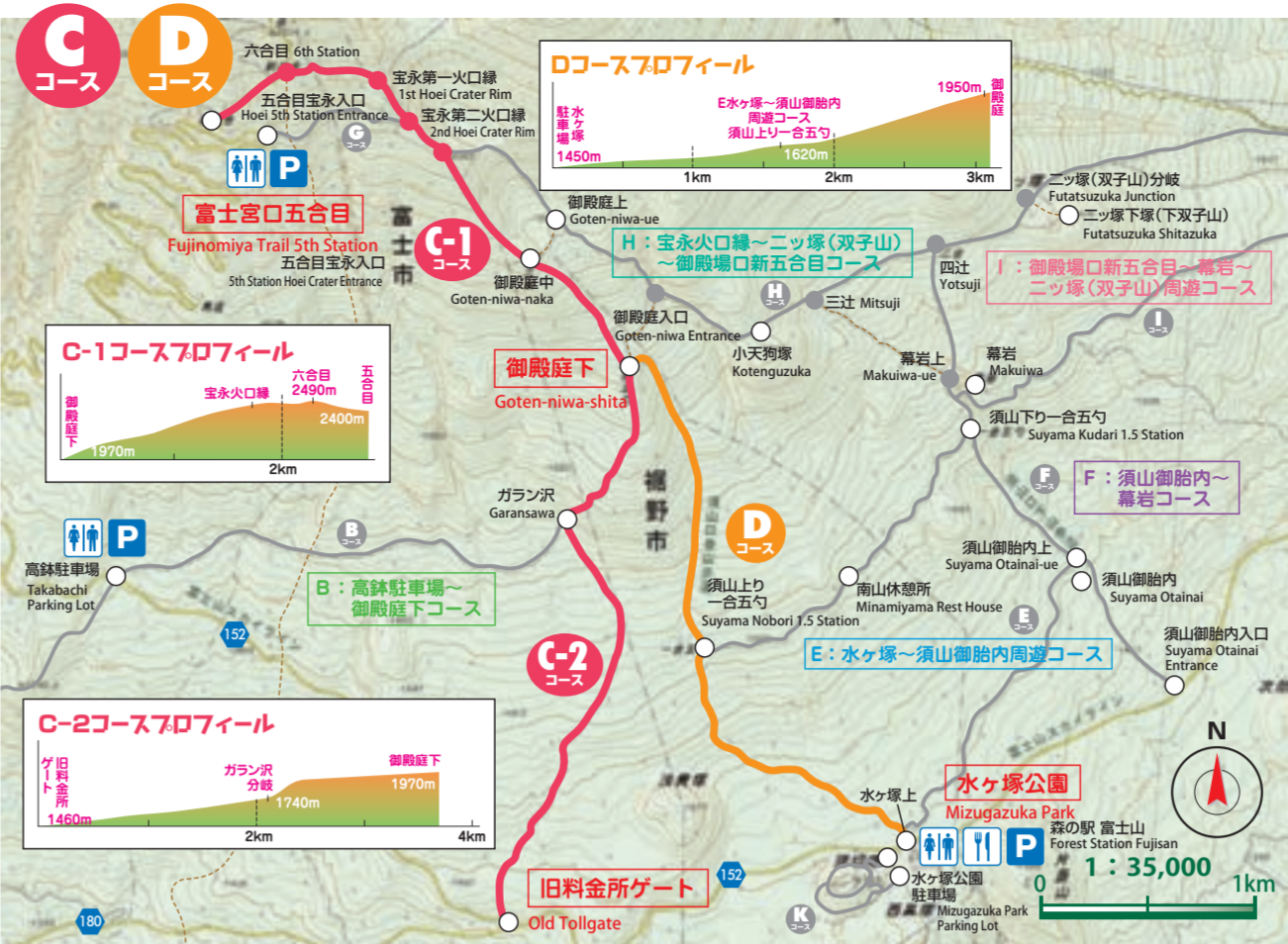
PICA表富士	二合目	高鉢駐車場
60分	60分	60分
50分	50分	50分

**Bコース 高鉢駐車場～御殿庭下コース**

所要時間 ●上り 1時間50分 ●下り 1時間30分

高鉢駐車場	ガラ沢	御殿庭下
60分	50分	50分
50分	40分	40分

森林浴と登山をコンパクトに満喫。森とカラマツの樹形美に、しばし時を忘れる。



**Cコース ガラン沢～御殿庭下～富士宮口五合目コース**

所要時間 ●上り 3時間40分 ●下り 3時間5分

旧料金所ゲート	ガラ沢	御殿庭下	宝永火口線	六合目	富士宮口五合目
60分	50分	70分	25分	15分	15分
50分	40分	50分	20分	25分	25分

**Dコース 水ヶ塚～御殿庭下コース(須山口登山歩道)**

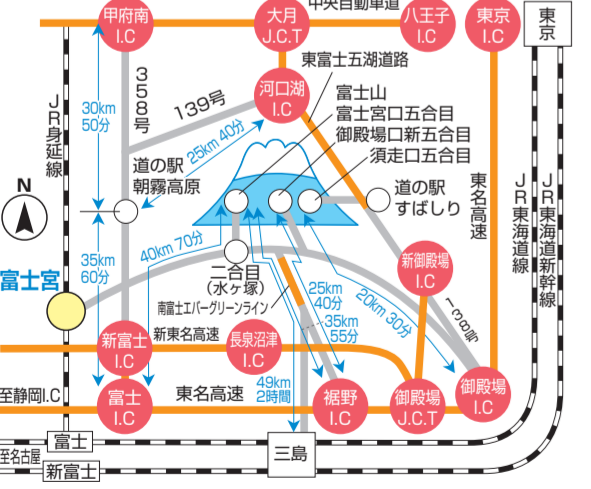
所要時間 ●上り 1時間45分 ●下り 1時間15分

水ヶ塚公園	須山御胎内上	須山御胎内	御殿庭下
45分	60分	60分	60分
30分	30分	45分	45分

刻々と変わり行く植生や、光きらめく原生林の表情を、風と一緒に追いかける。

**周辺施設のご紹介**

- 富士宮口五合目 **P 350台**
- 御殿場口新五合目 **P 450台**
- 須走口五合目 **P 200台**
- 高鉢駐車場 **P 20台** ※東名富士ICから約60分
- 水ヶ塚公園 **P 300台** ※東名富士ICから約55分
- 西白塚駐車場 **P 400台** ※東名富士ICから約50分
- PICA表富士 ☎0544-58-8881 ※東名富士ICから約45分



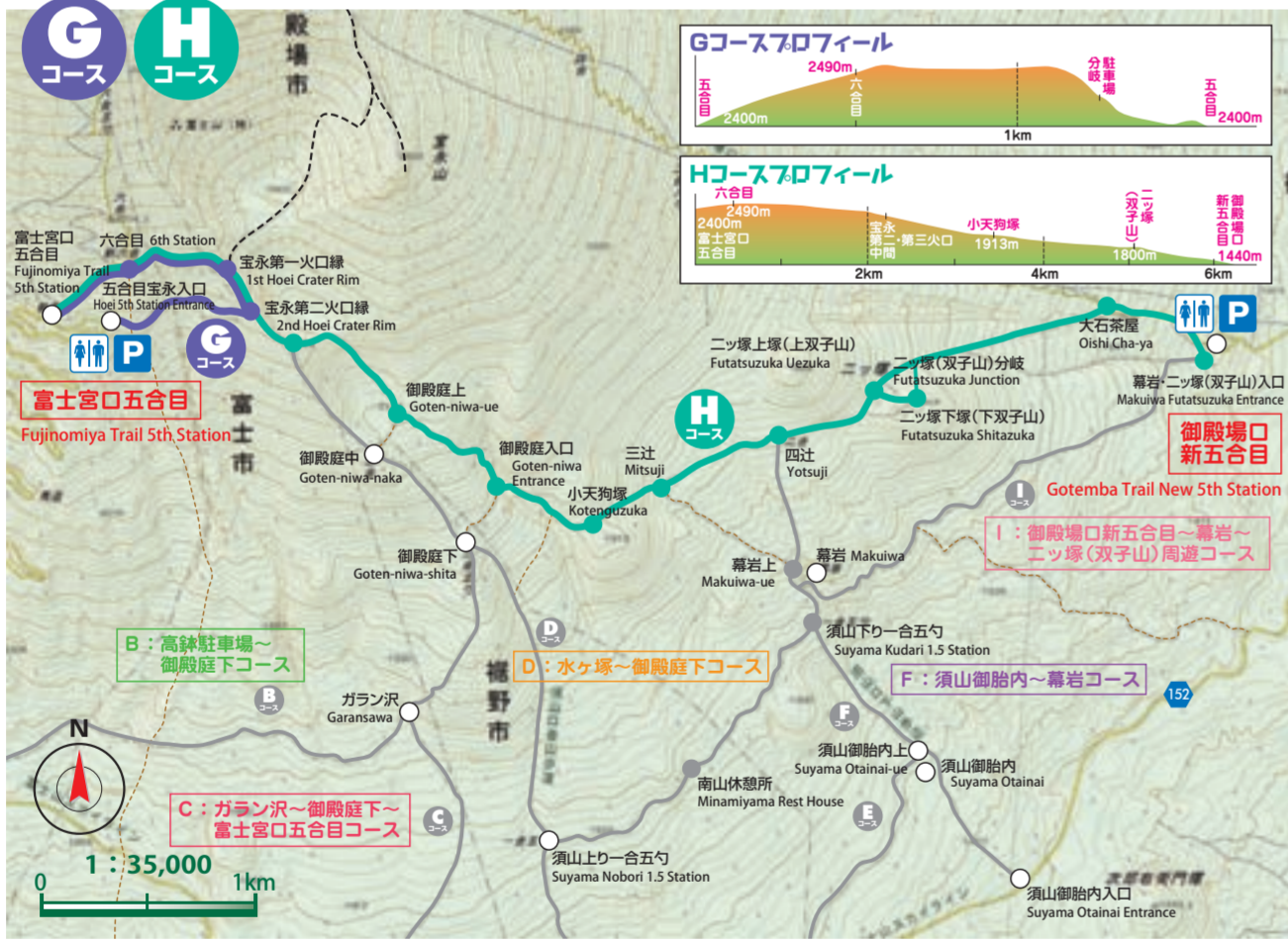
**路線バスのご案内**

○8月下旬から9月上旬は富士宮口五合目まで、8月下旬から11月下旬までは二合目(水ヶ塚)まで三島駅より運行します。○登山シーズン(7月上旬から9月上旬)は、新富士駅・富士宮駅・御殿場駅より運行します。詳しくは各バス会社にお問い合わせください。

お問合せ先 富士急シティバス ☎055-921-5367  
富士急静岡バス ☎0545-71-2495  
富士急モビリティ株式会社 ☎0550-82-1333

**富士山自然休養林保護管理協議会**

静岡森林管理署・静岡県・富士宮市・富士市・御殿場市・裾野市・小山市(公社)静岡環境光協会・富士急行(株)(株)と富士山須山口登山歩道保存会



**Gコース 富士宮口五合目～宝永火口線周遊コース**

所要時間 ●周遊 1時間25分

富士宮口五合目	六合目	宝永火口線	五合目
25分	25分	35分	25分

**Hコース 宝永火口線～ニッ塚(双子山)～御殿場口新五合目コース**

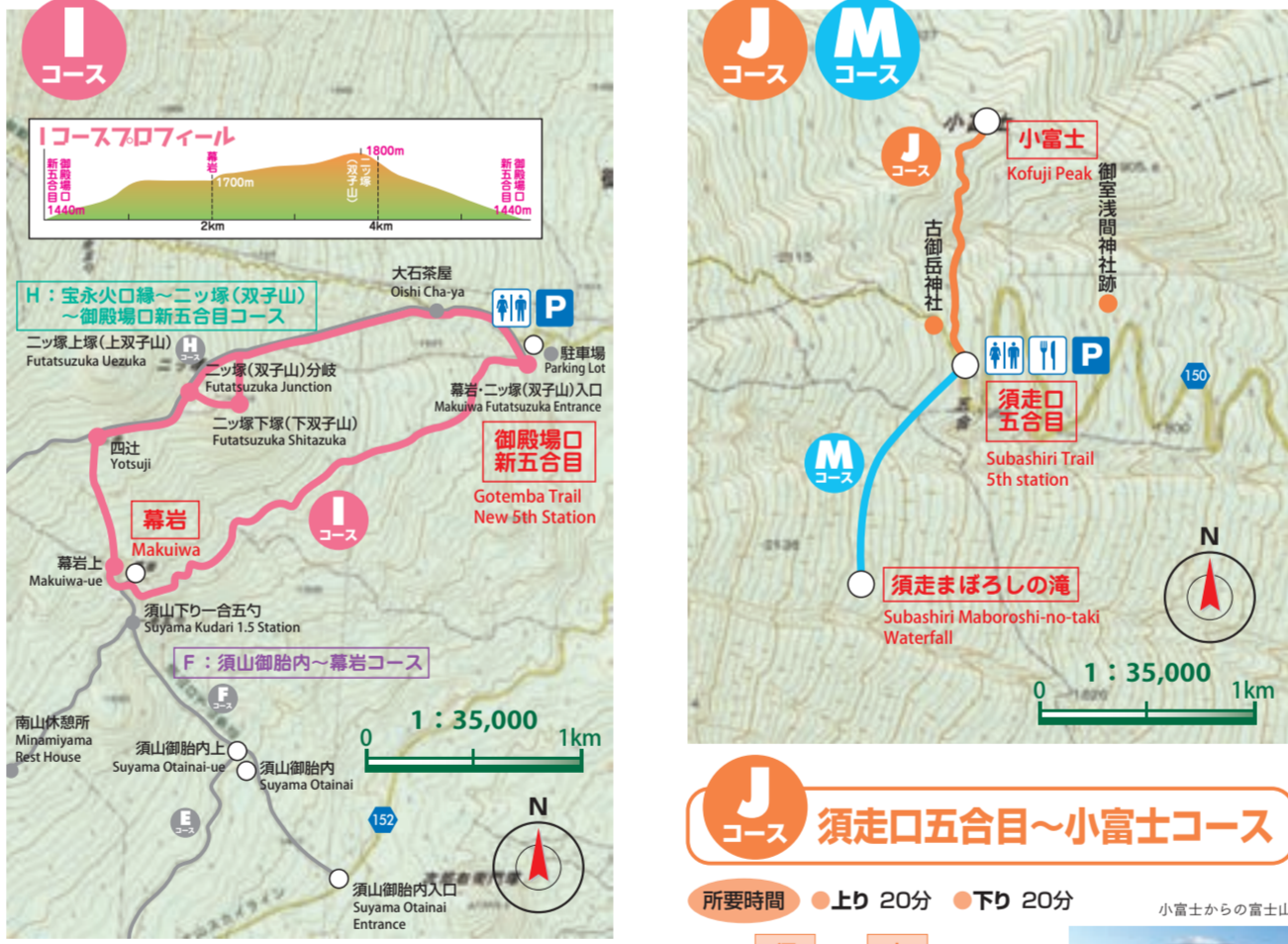
所要時間 ●上り 3時間45分 ●下り 2時間55分

富士宮口五合目	六合目	小夫狍塚	二ツ塚下	二ツ塚上	御殿場口新五合目
25分	80分	40分	30分	30分	30分
15分	115分	45分	45分	50分	50分

**大草原を眼下に宝永大噴火の火口を探検する。約1時間の小さな旅は、壮大な感動の連続。**

見ごたえたっぷりの山岳コース。富士山胴部の砂地帯をダイナミックに横断する。

富士宮口五合目から六合目に向かえば、六合目の山小屋からは平らな道が続き、駿河湾、相模湾、伊豆半島の眺望ができる。宝永火口線では、まるでペリヤの円形劇場を思わせる岩壁の迫力に圧倒される。時間にゆとりがあるなら、第一火口線に降りて空を仰いでみよう。第二火口線と下り出した所で周遊道に合流し、カラマツやタケカンに覆われた山道を降りる。沢を横切り、下流の展望が開けてくると、まもなく五合目駐車場の奥奥に出る。



**Iコース 御殿場口新五合目～幕岩～ニッ塚(双子山)周遊コース**

所要時間 ●上り 2時間45分 ●下り 2時間25分

御殿場口新五合目	幕岩	ニッ塚下	ニッ塚上	御殿場口新五合目
90分	45分	30分	30分	90分
80分	35分	50分	50分	80分

**Jコース 須走口五合目～小富士コース**

所要時間 ●上り 20分 ●下り 20分

須走口五合目	小富士
20分	20分
20分	20分

**Kコース 水ヶ塚公園遊歩道コース(腰切塚展望台)**

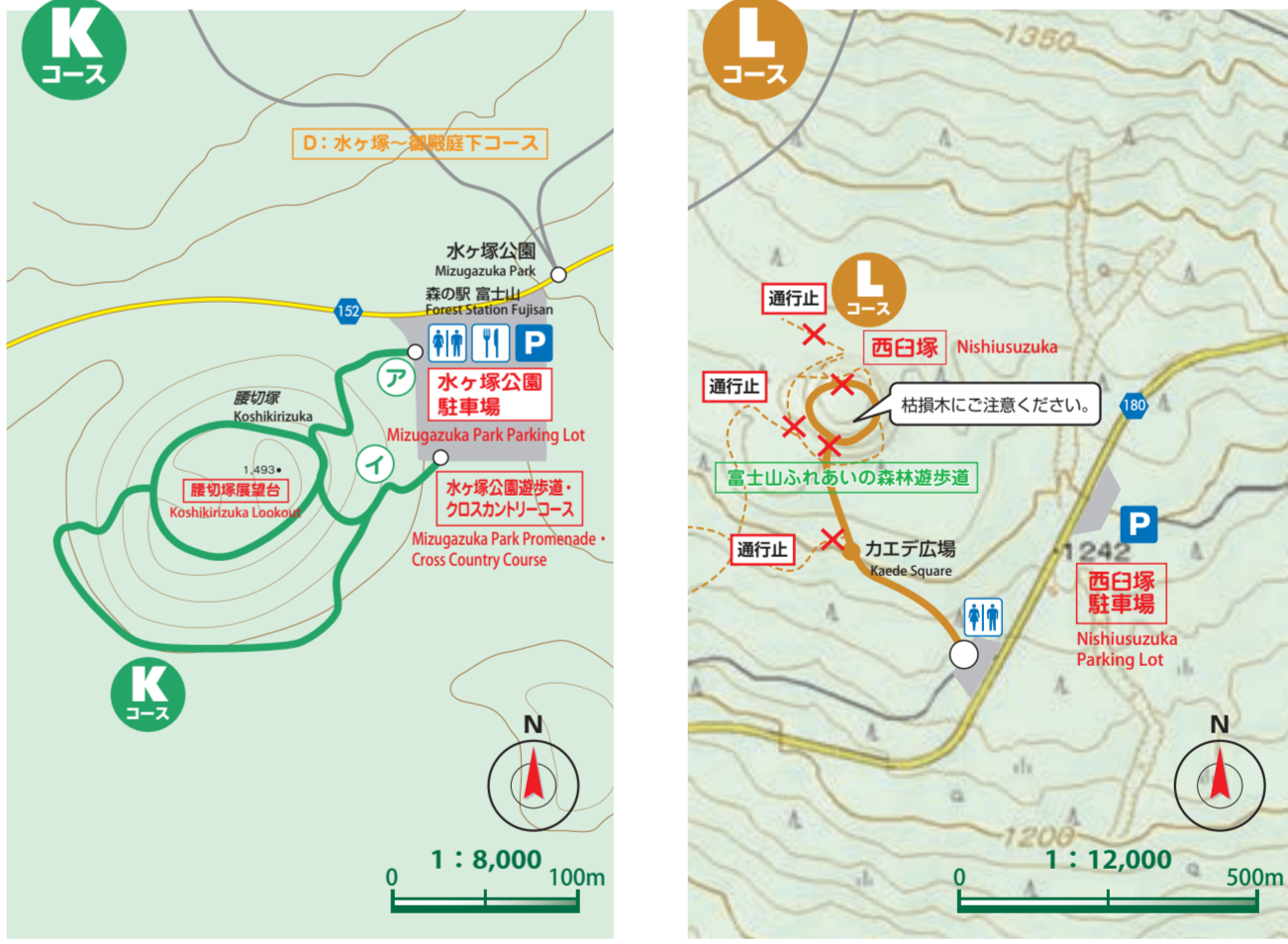
所要時間 ●上り 15分 ●下り 20分(最短コース)

水ヶ塚公園	腰切塚展望台	水ヶ塚公園
15分	20分	15分
15分	20分	15分

**Lコース 西白塚遊歩道コース**

所要時間 ●上り 20分 ●下り 20分

西白塚駐車場	西白塚
20分	20分
20分	20分



**Mコース 須走口五合目～まぼろしの滝コース**

所要時間 ●上り 20分 ●下り 20分

須走口五合目	まぼろしの滝
20分	20分
20分	20分

**Nコース 須走口五合目～まぼろしの滝コース**

所要時間 ●上り 20分 ●下り 20分

須走口五合目	まぼろしの滝
20分	20分
20分	20分

**展望台からの富士山は一見の価値あり。忘れられない絶景が待っている。**

御火山(高生火山)である腰切塚への高遊コース。水ヶ塚公園駐車場に隣接する「雪道び広場」の入口から出発する。ウラジロモミの樹林を進み、急な階段を登り切り、左手に小さい窪地の火口を見送ると、早くも腰切塚に着く。頂上展望台からは、宝永火口線が開けた富士山や富士山頂上、山麓の広大な原生林が見渡せる。また、水ヶ塚公園内にはウッドチップを敷設したクロスカントリーコースがあり、ウォーキングやジョギングを楽しむことができる。



**Oコース 水ヶ塚公園遊歩道コース(腰切塚展望台)**

所要時間 ●上り 15分 ●下り 20分(最短コース)

水ヶ塚公園	腰切塚展望台	水ヶ塚公園
15分	20分	15分
15分	20分	15分

**Pコース 西白塚遊歩道コース**

所要時間 ●上り 20分 ●下り 20分

西白塚駐車場	西白塚
20分	20分
20分	20分

**寄生火山の火口をウォッチング。周囲の遊歩道と組み合わせれば、自然との出会いも広がる。**

富士山スカイライン途中の西白塚駐車場から、寄生火山を巡るコース。南側の駐車場のトイレ横の山道を出発。モミ林から風情木帯を過ぎ、さらに進んでいくと西白塚に着く。土層の木の階段を登れば火口の縁に出る。脇には両がけ、カエデやヒメシャラの木立が並び、砂利道を南に行くとかエド広場に至る。遊歩道案内図を見ないと迷ってしまうほど、付近にはたくさんの遊歩道が整備されている。オリエンテeringなどの目的に合わせてコースをアレンジしても楽しめる。カエデ広場



「この地図の作成に当たっては、国土院地理院の承認を得て、同院発行の2万5千分の1地形図を使用した。(承認番号 平25農林第72-GISMAP2430号)」

富士山自然休養林保護管理協議会 <http://www.kyuyorin.jp>

**Mt. FUJI ハイキングマップ**

富士山自然休養林

透き通る風を感じ、野鳥のさえずりを聞きながら、自然のやさしさとふれあうひととき。富士山頂にはない魅力がそこにはあります。富士山麓の壮大なフィールドで、森を歩くの楽しさを体感しよう。

